VII Convención Internacional de Actividad Física y Deportes

AFIDE 2017

Deporte y desarrollo humano

20-23 noviembre, 2017
Palacio de Convenciones de La Habana

Programa científico

VII Convención Internacional de Actividad Física y Deportes

Deporte y desarrollo humano

20-23 noviembre, 2017
Palacio de Convenciones de La Habana

PALACIO DE CONVENCIONES DE LA HABANA
EDICIÓN Y CORRECCIÓN: SERVICIOS A CONFERENCIAS
REVISIÓN: COMITÉ ORGANIZADOR
IMPRESIÓN: PALCOGRAF

Estimado(a) colega:

El Instituto Nacional del Deporte, Educación Física y Recreación de la República de Cuba, principal organizador de la ***VII Convención Internacional AFIDE 2017****, se complace en darle la más cordial bienvenida a Cuba.*

Después de seis exitosas ediciones, se ha logrado una madurez y un espacio reflexivo, comprometido y multidisciplinario, y además, dedicado a la discusión de los tópicos más variados que permiten un crecimiento tanto en alcance temático como en proyección. En esta ocasión, el tema central es: "Deporte y desarrollo humano".

El objetivo del evento es propiciar el intercambio, promoción y divulgación de experiencias y resultados de las investigaciones en las áreas de las ciencias aplicadas a la Actividad Física y el Deporte, la formación de profesionales, su gestión y dirección, así como la utilización del tiempo libre. ***AFIDE 2017*** *aspira, igualmente, a promover el desarrollo sostenible con el fin del mejoramiento de la calidad de vida.*

Para Cuba constituye un placer y un privilegio recibirlo a usted, y a delegado de diferentes países y regiones del mundo.

El Comité Organizador y todos los miembros de la delegación cubana, estamos seguros de que este encuentro será propicio para estrechar aún más los lazos de colaboración ya existentes, y para que surjan otros, encaminados a la integración de esfuerzos comunes en la noble y humana tarea de contribuir al bienestar de nuestros pueblos.

Éxitos, y le deseamos una grata estancia en la histórica ciudad de La Habana.

Comité Organizador

Distinguished colleagues:

The National Institute of Sports, Physical Education and Recreation of the Republic of Cuba, the main organizers of this ***7th Convention AFIDE 2017****, is pleased to offer you the most cordial welcome to Cuba.*

After six successful editions, we have gained more experience and the event has become a reflexive, committed and multidisciplinary meeting, aimed to discuss a wide variety of topics that allow for an increase in both subject range and projection. The main topic of the conference is: "Sports and human development".

The purpose of the event is to bring about the exchange and promotion of experiences and results achieved in researches related to sports and physical activity, professional training, its management and administration, and the use of leisure time. Besides, ***AFIDE 2017*** *hopes to promote sustainable development in order to improve the quality of life.*

It is a pleasure and a privilege for Cuba to welcome you, delegates from different countries and regions of the world.

The Organizing Committee, together with the members of the Cuban delegation, agrees that this meeting will be an excellent occasion to tighten the existing cooperation ties and favour new relations in order to integrate common efforts in the human and noble task of contributing to our peoples' wellbeing.

We wish you a successful and pleasant stay in the historic City of Havana, Cuba.

Organizing Committee

ÍNDICE

Organizan *6*

Comité de honor *6*

Comité organizador *7*

Oficina Afide 2017 ..... *8*

Comisión científica *9*

Información general *11*

Orientaciones generales sobre el desarrollo de las actividades científicas 13

Cursos Preconvención Afide 2017 ..... *16*

Esquema de la distribución por salas de las comisiones de trabajo *17*

Leyenda *18*

Programa detallado por eventos asociados* *19

Martes 21-sesión de la mañana *19*

Martes 21-sesión de la tarde *20*

Miércoles 22-sesión de la mañana *24*

Miércoles 22-sesión de la tarde *32*

Jueves 23-sesión de la mañana *41*

Jueves 23-sesión de la tarde *50*

Trabajos en póster por eventos *52*

Mi programación de la VII Convención Afide 2017 ..... *65*

VII CONVENCIÓN INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES

ORGANIZAN

Instituto Nacional del Deporte, Educación Física y Recreación (INDER)
Comité Olímpico Cubano
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"
Instituto de Medicina Deportiva
Centro de Investigaciones del Deporte Cubano
Cubadeportes, S.A.
Palacio de Convenciones de La Habana

COMITÉ DE HONOR

Miguel Díaz Canel Bermúdez
Miembro del Buró Político del Comité Central del Partido Comunista de Cuba
Primer Vicepresidente de los Consejos de Estado y de Ministros

Mercedes López Acea
Miembro del Buró Político del Comité Central del Partido Comunista de Cuba
Vicepresidenta del Consejo de Estado y de Ministros

Olga Lidia Tapia Iglesias
Miembro del Buró Político del Comité Central del Partido Comunista de Cuba
Miembro del Secretariado del Comité Central del Partido

José Ramón Fernández Álvarez
Presidente del Comité Olímpico Cubano

Ena Elsa Velázquez Cobiella
Ministra de Educación de Cuba

Elba Rosa Pérez Montoya
Ministra de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente de Cuba

José Ramón Saborido Loidi
Ministro de Educación Superior de Cuba

Roberto Morales Ojeda
Ministro de Salud Pública de Cuba

Sucelys Morfa González
Secretaria General de la Unión de Jóvenes Comunistas

Raúl Alejandro Palmero
Presidente de la Federación Estudiantil Universitaria de Cuba

COMITÉ ORGANIZADOR

Presidente
Dr. C. Antonio Eduardo Becali Garrido
Presidente, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Secretario general
M. Cs. Osvaldo Vento Montiller
Vicepresidente, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Secretario ejecutivo
Dr. C. Mélix Ilisástigui Avilés
Directora de Ciencia y Técnica, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

MIEMBROS

Lic. Roberto León Richards
Vicepresidente Primero Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Dr. C. Gladys Béquer Díaz
Vicepresidenta Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

M. Cs. Jorge Polo Vázquez
Vicepresidente, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

M. Cs. Omar Venega Echemendía
Vicepresidente, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

VII CONVENCIÓN INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES

M. Cs. Oscar Valentín Acosta Hernández
Director de Economía, Instituto Nacional de Deportes,
Educación Física y Recreación

M. Cs. Israel Perera Rozón
Gerente general CUBADEPORTES, S.A.

Dr. Jorge Pável Pino
Director Instituto de Medicina del Deporte

Lic. Marta Lidia Pérez Ruiz
Directora, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Dr. C. Héctor Noa Cuadro
Rector, Universidad de Ciencias de la Cultura Física
y el Deporte "Manuel Fajardo"

Epg. Tomás Benítez Cartaya
Director CINID, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

OFICINA AFIDE 2017

M. Cs. Erie Reyes López
Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

M. Cs. Luis del Toro Reyes
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

M. Cs. Tania Ivette Hernández Echevarría
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

Ing. Gréthel Visanzay Fernández
Informática, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Lic. Alicia García González
Organizadora Profesional de Congresos
Palacio de Convenciones de La Habana

COMISIÓN CIENTÍFICA

Dr. C. Mélix Ilisástigui Avilés
Director, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Lic. Erick Gutiérrez Rodríguez
Director, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Dr. C. Aldo Pérez Sánchez
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

Lic. Arnaldo Rivero Fuxa
Director, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

M. Cs. Irina Méndez Noriega
Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Dr. C. Mayda Losada Robaina
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

Dr. C. Beatriz Sánchez Córdova
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

Dr. C. René Romero Esquivel
Director del "Centro de Investigaciones del Deporte Cubano"

Dr. C. Víctor M. Cabrera Oliva
Instituto de Medicina del Deporte

Dr. C. Hermenegildo Pila Hernández
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

Dr. C. Omar Paulas González
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

M. Cs. Adelaida Ramos Puig
Directora, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Dr. C. Santiago León Martínez
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

Dr. C. Francisco García Ucha
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

Dr. C. Emilia Rebeca Hernández Mezonet
Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

Dr. C. Ana María Morales Ferrer
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

M. Cs. Jesús Barroso Gutiérrez
Comisión Nacional de Béisbol

INFORMACIÓN GENERAL

SEDE

La sede del evento es el Palacio de Convenciones de La Habana, en cuyas instalaciones se celebrarán todas las sesiones de trabajo. Entre las facilidades generales, el Palacio cuenta con librería, tiendas de artesanía y música cubana, llamada general y llamada a los autos en el parqueo.

El acceso a sus áreas es a partir de las 08:30 h, y los participantes deben asistir con ropa ocasional de acuerdo con el protocolo de nuestros eventos.

OFICINA DEL COMITÉ ORGANIZADOR

El Comité Organizador y el Comité Científico radican en la oficina 1115 ubicada en la planta alta. Podrán comunicarse a través de la pizarra por el 7202 6011 al 19, extensión 1115.

OFICINA DE INFORMACIÓN

Durante los días del evento funcionará el Buró de Información 1 que se encuentra ubicado en el vestíbulo principal del Palacio de Convenciones. Teléfonos: 7208 0450, 7208 7558 y 7202 6011 al 19, extensiones 1210 y 1211, donde usted podrá solicitar cualquier información.

POSTA MÉDICA

La posta médica brinda servicio durante todo el tiempo que sesione el evento. Está ubicada en la planta baja, local 617, teléfonos: 7202 6011 al 19, extensión 617.

BUROES DE TURISMO

Los Buroes de Turismo radican en los diferentes hoteles donde se alojan los participantes, los que pueden solicitar reservaciones para visitar centros turísticos y otros lugares de interés.

COMUNICACIONES

En la primera planta, próximo a la cafetería se brindan servicios de correo, llamadas internacionales, venta de tarjetas telefónicas, sellos, postales y souvenirs.

El Centro de Negocios del Hotel Palco dispone de facilidades para el envío de fax, acceso a Internet, correo electrónico, impresión de documentos, fotocopias y venta de periódicos en el horario de 08:30 a 17:00 h.

SERVICIOS GASTRONÓMICOS

Restaurante "El Bucán", *situado en la planta baja, frente a la entrada principal, ofrece servicio de almuerzo a los participantes, en el horario de 13:00 a 14:30 h.*

Snack Bars*, ubicados en la primera planta, ofrecen sus servicios a partir de las 08:30 h, con ofertas de café, bebidas y alimentos ligeros.*

MEDIOS AUDIOVISUALES

Las salas de conferencias disponen para las presentaciones de:

- *Proyector de datos*
- *Computadora*

Las presentaciones en CD, DVD, memorias USB y otros medios de almacenamiento masivo que acompañen los trabajos, deben ser entregados por los propios ponentes en la Oficina de Recepción de Medios Audiovisuales, ubicada al lado del Buró de Información 1, un día antes de su presentación y en el horario en que se encuentre sesionando el evento. No se aceptarán en las salas de trabajo.

ORIENTACIONES GENERALES SOBRE EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES CIENTÍFICAS

El programa científico se estructura en variadas actividades, referidas al contenido de las temáticas convocadas por el evento:

- Cursos preconvención, dirigidos por prestigiosos educadores e investigadores
- Conferencias magistrales y principales
- Foros
- Paneles
- Ponencias orales
- Mesas redondas
- Póster

Los cursos preconvención se desarrollarán el lunes 20 de noviembre en tres sedes: la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" y el Centro de Investigación del Deporte Cubano, sitos en Ave. Santa Catalina, No. 12453, entre Boyeros y Primelles, Cerro, La Habana, Cuba, y el Instituto de Medicina del Deporte, sito en Calle 110 y Perla, Los Pinos, La Habana, Cuba. Los cursos se realizarán de 13:30 a 16:30 h El resto de las actividades científicas de la **VII Convención** se desarrollará en el Palacio de Convenciones de La Habana, a partir del martes 21 de noviembre en el horario establecido en el programa.

El Comité Organizador se reserva el derecho de modificar el programa ante cualquier eventualidad, y los ajustes se anunciarán oportunamente en el área de información general y en las pizarras que se encuentran a la entrada de cada una de las salas de sesiones.

Diariamente sesionarán de forma independiente y paralela las salas 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11 y 15.

En la sala 1, el martes 21, en la sesión de la mañana y de 09:00 a 12:30 h, se desarrollará una conferencia magistral y un panel en sesión plenaria para todos los delegados.

Se utilizará la modalidad de paneles para privilegiar algunos talleres. Comenzarán con una intervención introductoria por parte del moderador o coordinador, y tendrán una duración de 10 minutos. Continuará un debate en el que los ponentes expondrán resultados, inquietudes e intereses de intercambio, sin la presentación formal de sus trabajos, y, finalmente, cualquier participante en la sesión podrá expresar sus opiniones o realizar preguntas.

Los pósteres permitirán incorporar al programa otra alternativa para una eficaz interacción entre ponentes y participantes. Se montarán según el programa, pues cada evento asociado dispondrá de una sesión con los autores.

Es responsabilidad de cada autor la colocación, presentación y recogida del póster. Se iniciará en la sesión del martes 21 por la tarde.

En el caso de que la temática particular lo exija, la comisión de trabajo funcionará con la presentación de ponencias orales, que dispondrán de una duración de 15 minutos por ponente, incluyendo el espacio destinado al debate.

Además, se incluyen para cada evento actividades generales, como mesas redondas debidamente identificadas en el programa de los mismos. Estas mesas redondas propiciarán que los participantes, bajo la dirección de un moderador o coordinador, expresen sus opiniones y diferentes enfoques sobre un mismo aspecto. La participación del público asistente será a través de preguntas que podrán formular y enviar por escrito al coordinador al finalizar la exposición.

Los paneles abordarán diferentes aspectos de un tema y puede haber participación del público, mediante preguntas o expresión de sus experiencias y opiniones sobre el trabajo en cuestión. El panel tendrá un coordinador que controlará además el tiempo.

En el programa científico de los eventos se identifica la fecha, hora y lugar de realización de cada actividad.

Al final del programa científico se encuentra la relación de pósteres de los diferentes eventos asociados. Usted podrá encontrar la relación de ponencias de acuerdo con el código de cada evento, y la numeración del trabajo.

En el CD de las memorias de la Convención, que se le entrega a cada delegado, aparecen los resúmenes y síntesis de los trabajos entregados.

Para lograr el adecuado desarrollo del programa, todos los participantes deberán estar en la sala 10 minutos antes del comienzo de la sesión y los ponentes se ajustarán a la forma de organización adoptada y al tiempo asignado para las presentaciones.

Los asistentes deberán portar en lugar visible la credencial, tanto para las actividades científicas como para las sociales. Los acompañantes deberán estar igualmente acreditados y portarán la credencial que los identifica para asistir específicamente a la ceremonia de apertura y clausura.

Los participantes extranjeros podrán recoger su certificado de asistencia a partir de las 09:00 h del jueves 23 en el Buró de Información 1 del Palacio de Convenciones. Los nacionales los recibirán el mismo día y desde la misma hora, en la oficina del Comité Organizador.

Los delegados podrán solicitar en el momento de la acreditación las visitas especializadas a centros vinculados con las temáticas de la convención. Las visitas se efectuarán los días 22 y 23 en el horario de la mañana. La salida hacia esos destinos será desde el propio Palacio de Convenciones, de acuerdo con el programa establecido.

El Comité Organizador solicita a los ponentes cumplir las normas de tiempo establecidas para cada actividad del programa, y sugiere brevedad y síntesis en la exposición de los principales resultados alcanzados, las vías y procedimientos empleados, y en el aporte de sus puntos de vista y experiencias, para contribuir al desarrollo exitoso del debate.

CURSOS PRECONVENCIÓN AFIDE 2017

Durante el **20 de noviembre de 2017** (primer día del evento) se impartirán ocho cursos preconvención. Sesionarán en el horario de la tarde, desde las 13:30 hasta las 16:30 h, en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", en el Centro de Investigación del Deporte Cubano y en el Instituto de Medicina del Deporte.

Curso 1 **LA CREATIVIDAD EN LA DISCIPLINA EDUCACIÓN FÍSICA**
Profesora: Dr. C. Ana María Morales Ferrer. Cuba

Curso 2 **MASAJE DEPORTIVO**
Profesor: M. Cs. Domingo Vega Alfonso. Cuba

Curso 3 **ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN LAS EDADES INFANTO-JUVENILES**
Profesor: Dr. C. José Rodolfo Falero Rodríguez. Cuba

Curso 4 **ESTUDIO DE ADVERSARIOS Y PROTECCIÓN DE LA INFORMACIÓN DEPORTIVA (EAPID)**
Profesor: M. Cs. Luis del Toro Reyes. Cuba

Curso 5 **CONTROL PSICOLÓGICO DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**
Profesor: Dr. C. Luis Gustavo González Carballido. Cuba

Curso 6 **ECOGRAFÍA DEL SISTEMA OSTEOMIOARTICULAR**
Profesor: Dr. C. Ricardo Anillo Badía. Cuba

Curso 7 **ACTUALIZACIÓN DE LAS PRUEBAS DE TERRENO EN EL CONTROL DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**
Profesora: Dra. Graciela Nicot Balón. Cuba

Curso 8 **APLICACIÓN PARA SISTEMAS DE CONTROL Y SEGUIMIENTO DE TALENTOS DEPORTIVOS**
Profesor: José Manuel Vela. España

ESQUEMA DE LA DISTRIBUCIÓN POR SALAS DE LAS COMISIONES DE TRABAJO

SALAS	LUNES 20			MARTES 21		MIÉRCOLES 22		JUEVES 23			VIERNES 24	
	M	T	N	M	T	M	T	M	T		M	T
SALA 3	ACREDITACIÓN PALACIO CONVENCIONES	CURSOS PRECONVENCIÓN (13:30-16:30 h)	INAUGURACIÓN Y GALA CULTURAL (20:30 h)	CONFERENCIA MAGISTRAL (CM) - SALA 1 (09:00 h) PANEL DE EXPERTOS - SALA 1 (11:30 h) INAUGURACIÓN ÁREA EXPOSITIVA (12:30 h)	CCAS	SCFT	SCFT	SCFT		CLAUSURA - SALA 3 (17:00 h)	ED	ED
SALA 5					SICAB	SICAB	SICAB	PAFD	PAFD		CAS	CAS
SALA 6					CAR	CAR	CAR	CAR	CAR			
SALA 7						EFDT	EFDT	FIT				
SALA 9						OTLARMA	OTLARMA	DS				
SALA 10					FCP	FCP	FCP	FCP				
SALA 11					CMD	CMD	CMD	CMD				
SALA 15						AGCFD	AGCFD	AGCFD				
PÓSTER					PAFD AGCFD	CAR	FCP CMD		CCAS			

LEYENDA

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
AGCFD	V Taller Internacional "Administración y Gestión de la Cultura Física y el Deporte. Una Visión hacia las Organizaciones Deportivas". Sala 15
CAR	VII Conferencia Internacional de Deporte de Alto Rendimiento. Sala 6 ▪ II Simposio Ciencias Aplicadas al Deporte ▪ I Encuentro de Centros de Investigaciones
CCAS	Congreso Ciudades Activas y Saludables. Sala 3
CM	Conferencia magistral. Sala 1
CMD	VIII Congreso Internacional de Medicina del Deporte y Ciencias Aplicadas. Sala 11 ▪ II Simposio Internacional de Vibroterapia, Quiropraxia y Láser de Alta Potencia ▪ II Simposio Internacional de Educación y Control Antidopaje
DS	III Taller Internacional Deporte y Sociedad. Sala 9
ED	Encuentro de Doctores en Ciencia. Sala 3
EE	Evento de Estudiantes. Sala Magistral UCCFD "Manuel Fajardo"
EFDT	III Taller Internacional de Educación Física y Deporte para Todos: sus Desafíos. Sala 7
FCP	V Taller Internacional "La Formación Continua del Profesional de la Cultura Física". Sala 10
FIT	I Taller Internacional de Actividad Física y Fitness. Sala 7
OTLARMA	V Taller Internacional Ocio, Tiempo Libre, Actividades Recreativa y Medio Ambiente. Sala 9
PAFD	III Taller Internacional de Psicología en la Actividad Física y el Deporte. Sala 5
SCFT	VIII Simposio de Cultura Física Terapéutica y Profiláctica. Sala 3
SICAB	III Simposio Internacional de Ciencias Aplicadas al Béisbol. Sala 5

PROGRAMA DETALLADO POR EVENTOS ASOCIADOS

MARTES 21
SESIÓN DE LA MAÑANA
SALA 1

HORA	ACTIVIDAD	
09:00-11:00 h	**Conferencia magistral:** "Sistema deportivo cubano: ideología de un Comandante" **Conferencista:** Dr. C. Antonio Eduardo Becali Garrido Presidente del INDER. Cuba	
11:00-11:30 h	**RECESO**	
11:30-12:30 h	**Panel:** "Impronta de Fidel en el deporte cubano. Sus protagonistas" **Coordinador:** Dr. C. Francisco Mora Ayón Mora	
	Panelistas:	
	Mireya Luis Hernández	Campeona Olímpica VB.
	Alberto Juantorena Danger	Campeón Olímpico. Atl.
	Javier Sotomayor Sanabria	Campeón Olímpico. Atl.
	Ana Fidelia Quirot Moré	Subcampeona Olímpica. Atl.
	Ruperto Herrera Tabío	Medallista Olímpico. Balonc.
	Javier Méndez González	Subcampeón Olímpico. Béisbol
	Mijaín López Núñez	Campeón Olímpico. Lucha
	Tomás Herrera Martínez	Medallista Olímpico. Balonc.
	Omara Durán Elías	Campeona Paralímpica. Atl.
	Lorenzo Pérez Escalona	Campéon Paralímpico. Nat.
	Alcides Sagarra Carón	Entrenador de campeones
	Iván Román Suárez	Premio COI
	Gladys Bequer Díaz	Premio EUREKA
	Rodrigo Álvarez Cambras	Médico del deporte cubano
12:30-13:00 h	**Inauguración área expositiva**	
13:00-14:30 h	**ALMUERZO**	

MARTES 21
SESIÓN DE LA TARDE

CONGRESO DE CIUDADES ACTIVAS Y SALUDABLES
SALA 3
Coordinadora: Dr. C. Gladys Béquer Díaz
Relator: M. Cs. Irina Méndez Noriega

HORA	ACTIVIDAD
14:30-15:00 h	**Conferencia:** "Traumatología y rehabilitación a través del ejercicio físico" **Conferencista:** Dr. C. Rodrigo Álvarez Cambras. Cuba
15:00-15:30 h	**Conferencia:** "Deporte para Todos: equidad y calidad en la Educación" **Conferencista:** Mag. Orlando Terré Camacho. Ecuador
15:30-16:00 h	**Conferencia:** "Estrategia de Actividad Física y Deporte para una Sociedad Activa y Saludable" **Conferencista:** Dr. C. Gladys Béquer Díaz. Cuba
16:00-16:15 h	**RECESO**
16:15-17:00 h	**Conferencia:** "Ciudades activas del siglo XXI" **Conferencista:** Mag. Francisco Irrazabal. España

III SIMPOSIO INTERNACIONAL DE CIENCIAS APLICADAS AL BÉISBOL
SALA 5
Coordinador: M. Cs. Jesús Barroso Gutiérrez
Relator: M. Cs. Eros Bernal Morales

14:30-15:00 h	**Conferencia:** "Acciones de la WBSC con vista a la inclusión del béisbol en los Juegos Olímpicos" **Conferencista:** Riccardo Fraccari. Presidente de la WBSC. Italia
15:00-15:30 h	**Conferencia:** "Reconocimiento del talento vs. desarrollo del talento" **Conferencista:** Jordan Rodríguez. Estados Unidos de América
15:30-15:40 h	**RECESO**
15:40-16:00 h	**Conferencia:** "La importancia en la diplomacia deportiva" **Conferencistas:** Lou Schwecaaeimer. Estados Unidos de América, M. Cs. Thomas Goodman. Estados Unidos de América

16:00-16:20 h	**Conferencia:** "La preparación del lanzador" **Conferencista:** Prof. Mark Littell. Estados Unidos de América
16:20-16:35 h	La gestión en el deporte **Ponente:** Jordan Kobritz. Estados Unidos de América
16:35-16:50 h	Manual de entrenamiento para la fuerza rápida en los bateadores de béisbol **Ponente:** Dr. C. Ángel G. Ortega L. Cuba
16:50-17:05 h	Alternativa didáctica para la preparación de los profesores de Béisbol. Software educativo técnico-metodológico **Ponente:** Lic. Serafín Jorge Fernández González. Cuba
17:05-17:30 h	**Panel de expertos:** "La preparación del jugador de béisbol" **Panelistas:** Peter Caliendo. Estados Unidos de América, Jordán Rodríguez. Estados Unidos de América, Dr. C. Edecio Pérez Guerra. Cuba, M. Cs. Jesús Barroso Gutiérrez. Cuba, Lic. Yovani Aragón Rodríguez. Cuba, Patrick Scalabrini. Canadá

VII CONFERENCIA INTERNACIONAL DEL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO
SALA 6
Coordinadora: Dr. C. Beatriz Sánchez Córdova
Relatora: M. Cs. Luz Marda de la Cruz Gómez

14:30-15:20 h	**Conferencia:** "El deporte de alto rendimiento, proyecciones para el ciclo 2016 – 2020" **Conferencista:** M. Cs. José Antonio Miranda Carrero. Cuba
15:20-15:30 h	**RECESO**
15:30-16:15 h	**Panel de expertos: "**Deportes Estratégicos Cubanos, preparación para el resultado" **Moderadores:** M. Cs. Arnaldo Rodríguez García, Dr. C. René J. Romero Esquivel **Ponentes:** entrenadores Medallistas Olímpicos de Cuba. Epg. Yosnier Domínguez Sánchez. Canotaje, Epg. Julio Mendieta Cuella. Lucha Libre, M. Cs. Raúl Trujillo Díaz. Lucha Greco, Epg. Rolando Acebal Montes. Boxeo, Epg. Alexandre Navas Páez. Atletismo, Epg. José Ibáñez Gómez. Judo

16:15-17:00 h	Proyecto Inter Campus Cuba 2004 – 2007 **Ponente:** Jorge Muggiani. Italia
17:00-17:30 h	**Conferencia: "**Entrenamiento invisible en el mundo del fútbol" **Conferencista:** Mario Barri Quiñonero. España

V TALLER INTERNACIONAL "LA FORMACIÓN CONTINUA DEL PROFESIONAL DE LA CULTURA FÍSICA"
SALA 10
Coordinador: Dr. C. Lázaro de la Paz Arencibia
Relator: M. Cs. Félix Pérez Rodríguez

14:30-15:15 h	**Conferencia:** "Tendencias en la formación continua del profesional de la Actividad Física y el Deporte" **Conferencista:** Lic. Arnaldo Rivero Fuxá. Cuba
15:15-15:20 h	**RECESO**
15:20-16:05 h	**Conferencia:** "La universidad del deporte cubano una institución de referencia nacional e internacional" **Conferencista:** Dr. C. Héctor Noa Cuadro. Cuba
16:05-16:40 h	**Conferencia:** "Caracterización del nuevo Plan de Estudio de la carrera Licenciatura en Cultura Física y Deporte" **Conferencista:** Dr. C. Edita M. Aguilar Rodríguez. Cuba
16:40-16:50 h	Propuesta de programa para la práctica docente **Ponente:** M. Cs. Noris Socarrás Ramírez. Cuba
16:50-17:00 h	La gestión por competencias en el sistema de cultura física cubano. ¿Una necesidad? **Ponente:** Dr. C. Rosa María Tabares Arévalo. Cuba
17:00-17:10 h	Perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física **Ponente:** Dr. C. Jorge Luis Mateo Sánchez. Cuba
17:10-17:20 h	Biblioteca virtual para la Cultura Física **Ponente:** Dr. C. Irma de las M. Muñoz Aguilar. Cuba
17:20-17:30 h	Proyectos integradores, primera aproximación a la investigación deportiva de los estudiantes de primer año del Programa Deporte y Cultura Física de la Universidad Autónoma del Caribe **Ponente:** Prof. Marina Cecilia Hernández Quezada. Colombia

VIII CONGRESO INTERNACIONAL DE MEDICINA DEL DEPORTE Y CIENCIAS APLICADAS
SALA 11

Coordinador: Dr. C. Víctor Cabrera Oliva
Relatora: Lic. Diamelys Hernández Domínguez

14:30-15:15 h	**Conferencia:** "La Medicina del Deporte en Cuba ante los desafíos del presente siglo. Perspectivas para el futuro" **Conferencista:** Dr. Jorge Pável Pino Rivero, director del Instituto de Medicina del Deporte. Cuba
15:15-16:00 h	**Conferencia:** "Manipulación quiropráctica en lesiones del hombro" **Conferencista:** Dr. David Parish, Universidad Logan. Estados Unidos de América
16:00-16:15 h	**RECESO**
16:15-17:00 h	**Conferencia:** "MSK US de las lesiones del hombre" **Conferencista:** Dr. Pat Battaglia- Universidad Logan. Estados Unidos de América
17:00-17:30 h	**Conferencia:** "Evaluación de la composición corporal en el control médico de la preparación de atletas venezolanos ciclo olímpico 2009-2012. Normativas" **Conferencista:** Dr. C. Marelia Guillen Mujica. República Bolivariana de Venezuela

MIÉRCOLES 22
SESIÓN DE LA MAÑANA

VIII SIMPOSIO DE CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA Y PROFILÁCTICA
SALA 3

Coordinador: Dr. C. Hermenegildo José Pila Hernández
Relatora: Dr. C. Mayda Losada Robaina

09:00-10:15 h	**Conferencia principal:** "La prevención y rehabilitación a través del ejercicio físico en el envejecimiento" **Conferencista:** Dra. Mayra Rosa Carrasco García. Cuba
10:15-10:30 h	**RECESO**
10:30-11:00 h	**Panel de expertos:** "Ejercicios físicos en el envejecimiento" **Ponentes:** M. Cs., Lic. Lázaro René Bencomo Pérez, M. Cs., Dra. Nancy Pastor Garófalo, M. Cs., Dra. María de los Ángeles Gómez Alarcón
11:00-11:15 h	Las deformaciones posturales en mujeres de la tercera edad **Ponente:** Dr. C. René Perera Díaz. Cuba
11:15-11:30 h	Ajedrez: una herramienta didáctica para la enfermedad de Alzheimer en adultos mayores **Ponente:** Dr. C. Darvin Manuel Ramírez Guerra. Cuba
11:30-11:45 h	Programa de actividades físicas terapéuticas para el tratamiento de la artrosis lumbar en el adulto mayor en la comunidad **Ponente:** Dr. C. José Ezequiel Garcés Carracedo. Cuba
11:45-12:00 h	Programa de ejercicios físicos en pacientes con esclerosis múltiples **Ponente:** Dr. Ismael Kouyate. Guinea
12:00-12:15 h	Batería de pruebas físicas para evaluar la condición física de mujeres en climaterio **Ponente:** Dr. C. Lisset Haydeé Romero Sánchez. Cuba
12:15-12:30 h	Comportamiento de la capacidad física equilibrio en adultos mayores, municipio Cienfuegos **Ponente:** M. Cs. Jorge Luis Abreus Mora. Cuba
12:30-12:45 h	Programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con fibromialgia **Ponente:** Lic. Juan Miguel Rodríguez Gámez. Cuba

III SIMPOSIO INTERNACIONAL DE CIENCIAS APLICADAS AL BÉISBOL
SALA 5

Coordinador: Dr. Cs. Iván Román Suárez
Relator: M. Cs. Jesús Barroso Gutiérrez

09:00-09:45 h	**Conferencia:** "Desarrollo de principios clave en equipos para actuaciones en el podio" **Conferencista:** André Lachance. Director técnico de Béisbol Femenino de Canadá
09:45-10:30 h	**Conferencia:** "Resultados de la colaboración de trabajo entre entes los Capitales de Quebec y la FCB" **Conferencista:** Michel Laplante. Canadá
10:30-10:45 h	**RECESO**
10:45-11:00 h	El entrenamiento de la fuerza relativa a la acción de juego en el béisbol de alto rendimiento **Ponente:** Dr. Edesio Pérez Guerra. Cuba
11:00-11:15 h	El béisbol infantil en Culiacán como medio de socialización y desarrollo de valores en los niños **Ponente:** Tania Nilovna González Galindo. México
11:15-11:30 h	Pelotas multipropósitos para el entrenamiento de béisbol y softbol **Ponente:** Lic. Francisco Javier Carbonell. Cuba
11:30-11:45 h	Desarrollo motriz en la infancia identificado con el juego de béisbol **Ponente:** M. Cs. Diorge A. Miranda Yero. Cuba
11:45-12:00 h	La inteligencia deportiva en el béisbol cubano **Ponente:** Ing. Alfredo Ríos Fuentes. Cuba
12:00-12:15 h	Sensomotricidad en el control sobre los lanzamientos del béisbol **Ponente:** M. Cs. Pedro Menandro Calzado Vargas. Cuba
12:15-12:30 h	Alternativa metodológica para la planificación de las cargas de entrenamiento en lanzadoras de softbol de alto nivel ajustada a las exigencias de la actividad competitiva **Ponente:** Dr. C. Juan Reinaldo Pérez Pardo. Cuba
12:30-12:45 h	Administración de juegos de béisbol de la universidad: una cuenta personal que detalla y clasifica los roles de liderazgo **Ponente:** Takafumi Hayashi. Japón
12:45-13:00 h	Características de un scouting en jugadores de la MLB **Ponente:** Prof. William Franciscus. Estados Unidos de América

VII CONFERENCIA INTERNACIONAL DEL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO
SALA 6

Coordinadora: Dr. C. Beatriz Sánchez Córdova
Relatora: M. Cs. Luz Marda de la Cruz Gómez

09:00-09:45 h	**Conferencia:** "Control de la Reserva Deportiva; eslabón de sostenibilidad del deporte de rendimiento" **Conferencista:** M. Cs. Oscar Nuevo Reyes. Cuba
09:45-10:30 h	**Conferencia:** "Entrenamiento de la capacidad acelerativa en el deporte" **Conferencista:** Dr. C. Isidoro Hornillos Báez. España, Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de la Coruña
10:30-11:15 h	**Panel de expertos:** "Actualidad y retos del deporte mexicano" **Moderadores:** M. Cs. René Mena Ramos, M. Cs. Pedro E. Gómez Castañeda, Dr. C. Ricardo Félix Inguanzo, Lic. Andrés Marc Miranda, Dr. C. Geoffrey Recoder Renteral
11:15-11:25 h	**RECESO**
11:25-11:35 h	Centro de Innovación en Deportes para potenciar el desarrollo humano y social de la infancia y adolescencia en el departamento del Atlántico **Ponente:** Enrique Eugenio Vengoechea González. Colombia
11:35-11:45 h	Propuesta de una batería de ejercicios pliométricos para el incremento de la potencia de los miembros inferiores en el salto vertical del equipo de voleibol masculino primera categoría de La Habana **Ponente:** M. Cs. Kasun Pelawaththa. Sri Lanka
11:45-11:55 h	Control multifuncional para el entrenamiento en el atletismo **Ponente:** Fabio Villafrades-González. Colombia
11:55-12:05 h	El entrenamiento individual basado en pesquisa de los principales adversarios **Ponente:** M. Cs. Raúl Trujillo Díaz. Cuba
12:05-12:15 h	Fuerza reactiva como medio para prevenir lesiones del tren inferior **Ponente:** M. Cs. Jaime O. Rodríguez Peña. Colombia

12:15-12:25 h	Programa de desentrenamiento para exatletas del equipo nacional de atletismo **Ponente:** M. Cs. Jorge Reinaldo Palma Montalvo. Cuba
12:25-12:35 h	Physical activity and the development of basic competences during infancy and toddlerhood **Ponente:** Renate Zimmer. Alemania
12:35-12:45 h	Selección de talentos de esgrima **Ponente:** M. Cs. Anabel Lastre Madrigal. Cuba
12:45-13:00 h	Caracterización técnico–táctica de las luchadoras de pesos olímpicos del top 6 del campeonato adulto Las Vegas 2015 **Ponente:** Yudelys Leonardo Torres Ávila. Venezuela

III TALLER INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES PARA TODOS. SUS DESAFÍOS

SALA 7

Coordinadora: M. Cs. Adelaida Ramos Puig
Relatora: Dr. C. Ana María Morales Ferrer

09:00-10:00 h	**Conferencia principal:** “Las competencias profesionales en la Educación Física” **Conferencista:** Prof. Domingo Blázquez. España
10:00-10:15 h	**RECESO**
10:15-11:00 h	**Conferencia principal:** “Shuttle Time. Volante del Futuro. BWF” **Conferencista:** Dr. C. David Cabello Manrique. España
11:00-11:15 h	Evaluación de la coordinación motriz en niños con síndrome de Down como herramienta metodológica en los procesos de inclusión **Autor:** M. Cs. Juan Miguel Luperón Terry. Ecuador
11:15-11:30 h	Metodología para el trabajo de los profesores de Educación Física con la motricidad fina **Ponente:** M. Cs. Belkis Pentón Hernández. Cuba
11:30-11:45 h	Correlación de los aspectos psicomotrices de niños preescolares en Educación Física **Ponentes:** Dr. C. Guadalupe Javier Rivero Carrasco, M. Cs. Javier Bernabé González Bustos, M. Cs. Carlos Raúl Almanza Rodríguez, Dr. C. Mariana Cossío Ponce de León. México

11:45-12:00 h	Tablas de baremos para medir la condición física de la población infantil guatemalteca de 7 a 12 años **Ponente:** Cristian Josué Maldonado Maldonado. Guatemala
12:00-12:15 h	Influencia del fútbol inclusivo en la formación del valor solidaridad **Ponente:** M. Cs. Eduardo Ramírez Ramada. Cuba
12:15-12:30 h	Implementación del modelo didáctico para la enseñanza - aprendizaje del fútbol para todos **Ponente:** M. Cs. Luis Orlando Soler Cruz. Cuba
12:30-12:45 h	La Educación Física y su contribución a la masificación deportiva en Venezuela **Ponente:** Dr. C. Elsy del Carmen Moreno Carrillo. Venezuela
12:45-13:00 h	Integración de saberes: alternativa para el desarrollo de competencias preprofesionales en la Educación Física **Ponente:** Dr. C. Giceya de la Caridad Maqueira. Ecuador

V TALLER INTERNACIONAL "OCIO, TIEMPO LIBRE, ACTIVIDADES RECREATIVAS Y MEDIO AMBIENTE"

SALA 9

Coordinador: Lic. Eric Gutiérrez Rodríguez
Relatora: M. Cs. Bárbara Pelis de Lara Pacheco

09:00-09:45 h	**Conferencia principal:** "Una propuesta epistémica para construir la mirada al campo de la recreación" **Conferencista:** M. Cs. Esperanza Osorio Correa. Colombia
09:45-10:15 h	**Conferencia:** "Enfoque y criterios para el diseño y ejecución de procesos de planeación y gestión para el campo de la recreación" **Conferencista:** M. Cs. Carlos Alberto Rico Álvarez. Colombia
10:15-10:30 h	**RECESO**
10:30-10:45 h	"Proyecto AMBICOSTAS" **Ponente:** Dr. C. Yamilet Yanes Leiva. Cuba
10:45-11:00 h	"Semana Muévela" **Ponente:** M. Cs. Carol Cárdenas Castro. Colombia
11:00-11:15 h	Estrategia para el desarrollo de una recreación sostenible en la comunidad La Belén **Ponente:** Dr. C. Martha L. Armenteros Pimentel. Cuba

11:15-11:30 h	El Juego como herramienta en la construcción social para el posconflicto **Ponente:** M. Cs. John Alexander Pabon Tangarife. Colombia
11:30-11:45 h	La Marcha de Orientación para los escolares con retraso mental **Ponente:** M. Cs. Reymer Sánchez Alberich Cuba
11:45-12:00 h	Actividades recreativas en el municipio de La Paz Robles **Ponente:** M. Cs. Carlos Andrés Galeso Morales. Colombia
12:00-12:15 h	"Por una sana diversión" **Ponente:** M. Cs. Luis Leocadio Valdés Ors. Cuba
12:15-12:30 h	Actividades recreativas para el rescate de los juegos tradicionales en el Consejo Popular "La Barrera" **Ponente:** M. Cs. Olga Lidia Carballosa Manresa. Cuba
12:30-12:45 h	Proyecto Pal golfo donde un Barrio se Mueve **Ponente:** Lic. Damaris Domínguez Oduardo. Cuba
12:45-13:00 h	La agresividad en el momento del receso escolar **Ponente:** M. Cs. Deisy Nayibe López Vargas. Venezuela

V TALLER INTERNACIONAL "LA FORMACIÓN CONTINUA DEL PROFESIONAL DE LA CULTURA FÍSICA"

SALA 10

Coordinador: Lic. Arnaldo Rivero Fuxa

Relatora: Dr. C. Edita Aguilar Rodríguez

09:00-09:45 h	**Conferencia:** "Política de Ciencia, Tecnología, Innovación y Formación Doctoral. Retos y perspectivas en la Cultura Física" **Conferencista:** Dr. C. Aldo Pérez Sánchez. Cuba
09:45-10:00 h	**RECESO**
10:00-10:45 h	**Conferencia:** "El Programa de Formación Doctoral en la UCCFD "Manuel Fajardo" **Conferencista:** Dr. C. Isabel Fleitas Díaz. Cuba
10:45-11:30 h	**Conferencia:** "La formación de profesores de Educación Física y Deporte de Nivel Medio Superior (EPEF), en Cuba" **Conferencistas:** M. Cs. Luis Alberto Díaz Delgado. Cuba, M. Cs. Juan Carlos López Álvarez. Cuba

11:30-12:15 h	**Conferencia:** "La superación y capacitación de los trabajadores del sistema deportivo cubano desde nuevos escenarios" **Conferencistas:** M. Cs. Eduardo Santana Lozano. Cuba, M. Cs. Arnaldo Rivero Gómez. Cuba
12:15-13:00 h	**Mesa redonda:** "La gestión de la calidad de las instituciones de Educación Superior en Cuba. Experiencia en Cultura Física" **Ponentes:** Dr. C. Marcia Noda Hernández. Cuba, Dr. Cs. Fátima Addine Fernández. Cuba, Dr. C. Francisco Fidel Porto López. Cuba, M. Cs. Osvaldo Vento Montiller. Cuba

VIII CONGRESO INTERNACIONAL DE MEDICINA DEL DEPORTE Y CIENCIAS APLICADAS. II SIMPOSIO INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN Y CONTROL ANTIDOPAJE

SALA 11

Coordinador: M. Cs. Rodny Montes de Oca Porto
Relatora: Dra. Daysi Yahumara Castro Gutiérrez

09:00-09:45 h	"Programa de investigación de la AMA" **Conferencista:** Dra. Irene Mazzoni. Submanager del Comité de Listas de la AMA. Argentina
09:45-10:30 h	"Los errores conceptuales en la interpretación del dopaje en el deporte" **Conferencista:** Dr. C. Víctor M. Cabrera Oliva. Cuba
10:30-11:15 h	"Aplicación de la espectrometría de masa de relaciones isotópicas en el control del dopaje" **Conferencista:** M. Cs. Rodny Montes de Oca Porto. Cuba
11:15-11:30 h	**RECESO**
11:30-12:15 h	"Armonización de los controles antidopajes en Cuba con los documentos rectores de la AMA" **Conferencista:** Dra. Daisy Yahumara Castro Gutiérrez. Cuba
12:15-12:30 h	Programa educativo antidopaje para atletas de alto rendimiento en deportes de conjunto **Ponente:** Dr. Yamil Gutiérrez Jorge. Cuba
12:30-13:00 h	**Mesa redonda:** "Recuento de las acciones en la lucha contra el dopaje en Cuba" **Ponentes:** Dr. Jorge Pável Pino Rivero. Cuba, Dr. C. Víctor M. Cabrera Oliva. Cuba

V TALLER INTERNACIONAL "ADMINISTRACIÓN Y GESTIÓN DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE. UNA VISIÓN HACIA LAS ORGANIZACIONES DEPORTIVAS"

SALA 15

Coordinadora: M. Cs. Tania I. Hernández Echevarría
Relatora: Lic. Belkis Nuria Malagón Pérez

09:00-09:45 h	**Conferencia principal:** "La publicidad y el marketing en el deporte" **Conferencista:** Dr. C. Antonio Monroy Antón. Presidente de la Asociación Madrileña de Derecho y Gestión del Deporte. España
09:45-10:00 h	**RECESO**
10:00-10:15 h	La responsabilidad social en el Marketing Deportivo **Ponentes:** M. Cs. Nelly Paola Arma Ramírez, Dr. C. Lisbet Guillen Pereira, Dr. C. Freddy Montano Rodríguez. Ecuador
10:15-10:30 h	Procedimiento para la toma de decisiones a partir de la evaluación del rendimiento competitivo de los jugadores **Ponente:** Dr. C. Danay Quintana Rodríguez. Cuba
10:30-10:45 h	Administración Deportiva Municipal **Ponente:** M. Cs. Zain Bernal Beltran. México
10:45-11:00 h	Estrategia de gestión de los combinados deportivos en los momentos actuales **Ponente:** M. Cs. Leopoldo Lorenzo Rosales. Cuba
11:00-11:15 h	La Gestión de Recursos Humanos en federaciones deportivas de Sri Lanka **Ponente:** M. Cs. Dushan Lalisha Kahatapitiya. Sri Lanka
11:15-11:30 h	Las actividades físicas y el deporte, una mirada desde la globalización en el siglo XXI **Ponente:** M. Cs. Julio Enrique López Alfonso. Cuba
11:30-11:45 h	Política Regional de Actividad Física y Deporte **Ponente:** M. Cs. Leonardo Baño Oyarce. Chile
11:45-12:00 h	La gestión de los procesos en la Facultad de Cultura Física, un reto para el desarrollo sostenible **Ponente:** Dr. C. Martha L. Armenteros Pimentel. Cuba
12:00-12:15 h	La capacitación integral en los centros activos de Ecuador **Ponente:** M. Cs. Diana F. González Terán. Ecuador
12:15-12:30 h	Sistema de Gestión de Ciencia, Innovación Tecnológica y el Medio Ambiente en el deporte **Ponente:** M. Cs. Jorge Luis León Vanegas. Cuba

MIÉRCOLES 22
SESIÓN DE LA TARDE

VIII SIMPOSIO DE CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA Y PROFILÁCTICA
SALA 3

Coordinador: Dr. C. Hermenegildo J. Pila Hernández
Relatora: Dr. C. Mayda Losada Robaina

14:30-14:45 h	Prevalencia de inactividad física en estudiantes universitarios latinoamericanos: una revisión sistemática **Ponente:** Luis Gabriel Rangel Caballero. Colombia
14:45-15:00 h	Evaluación de una intervención rehabilitadora a niños asmáticos **Ponente:** Dr. C. Jorge Luis Menéndez Díaz. Cuba
15:00-15:15 h	Ejercicios físicos para la rehabilitación de amputados de miembros inferiores unilaterales (supracondilea e infracondilea) de la localidad de Puente Aranda, Bogotá **Ponente:** M. Cs. Lorena Huerta. Colombia
15:15-15:30 h	El proceso de rehabilitación física, un enfoque comunitario desde el área terapéutica de la Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza" **Ponente:** M. Cs. Deysi Milhet Cruz. Cuba
15:30-15:45 h	El desentrenamiento deportivo en el Ecuador y su enfoque científico transdisciplinar **Ponente:** Dr. C. Antonio Ricardo Rodríguez. Ecuador
15:45-16:00 h	La preparación de los padres en torno al juego como herramienta terapéutica en niños de 2 a 3 años de vida con retardo en el desarrollo psicomotor **Ponente:** Lic. Yéssica Parra Hourdequint. Venezuela
16:00-16:15 h	**RECESO**
16:15-16:30 h	Estrategia terapéutica para el tratamiento rápido y eficaz de la cefalea que padecen los deportistas por la práctica deportiva de rendimiento **Ponente:** Dr. C. Abel Gallardo Sarmiento. Cuba
16:30-16:45 h	Batería de ejercicios físicos para la rehabilitación de los miembros superiores en pacientes con hemiplejia asistidos en la casa **Ponente:** Lic. María del Mar Ramírez Sterling. Colombia

16:45-17:00 h	Programa integral de ejercicios físicos para mejorar la calidad de vida de los pacientes diabéticos tipo II de la ciudad de Danli, Honduras **Ponente:** Lic. Raúl Antonio Gaitán Amador. Honduras
17:00-17:15 h	Estudio de la hemiplejia en San Vicente y las Granadinas **Ponentes:** M. Cs. Denis Fitz Allan Alister Byam. San Vicente y las Granadinas, Dr. C. Mayda Losada Robaina. Cuba

III SIMPOSIO INTERNACIONAL DE CIENCIAS APLICADAS AL BÉISBOL
SALA 5
Coordinador: Dr. Cs. Iván Román Suárez
Relator: M. Cs. Eros Bernal Morales

14:30-15:15 h	**Conferencia:** "Thinking Outside the Box when it comes to coaching young players in practice" **Conferencista:** Prof. Peter Caliendo. Estados Unidos de América
15:15-15:25 h	**RECESO**
15:25-15:40 h	Metodología para la selección de los posibles Talentos de Béisbol en Camagüey **Ponente:** Dr. C. Luciano Mesa Sánchez. Cuba
15:40-15:55 h	La mujer en el béisbol **Ponente:** Dr. C. Donna Cohen. Estados Unidos de América
15:55-16:10 h	La efectividad de la ofensiva cubana en los diferentes conteos en el IV Clásico Mundial de Béisbol **Ponente:** M. Cs. Reynaldo Batista Fernández. Cuba
16:10-17:00 h	**Panel de expertos:** "La práctica masiva del béisbol, un camino para captar talentos" **Panelistas:** Lic. Andrés Lanchanse. Canadá, M. Cs. Thomas Goodman. Estados Unidos de América, Lic. Rafael Llamas Cabrera. España, Michel Laplante. Canadá, Prof. Tania N. González Galindo. México

VII CONFERENCIA INTERNACIONAL DEL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO
SALA 6

Coordinador: Dr. C. René Jorge Romero Esquivel
Relatora: Dr. C. Beatriz Sánchez Córdova

14:30-15:10 h	**Conferencia principal:** "Diagnóstico para el control y seguimiento de los talentos deportivos" **Conferencista:** Dr. C. José Manuel Vela. España
15:10-15:20 h	**RECESO**
15:20-15:35 h	Modelo de selección de los judokas que ingresan en la EIDE **Ponente**: Dr. C. Rodolfo Falero González. Cuba
15:35-15:50 h	Sistema didáctico para la actuación competente del taekwondista escolar desde la preparación técnico-táctica **Ponente**: Dr. C. Yoel Morales Cuellar. Colombia
15:50-16:05 h	Estrategia pedagógica para el entrenamiento del equipo de boxeo élite cubano **Ponente**: Lic. Rolando Acebal Montes. Cuba
16:05-16:20 h	Modelo deportivo de Jalisco **Ponente:** Lic. Andrés Marx Miranda. México
16:20-16:35 h	Estrategia para el desarrollo de las pesas femeninas en Cuba **Ponente:** Dr. C. Jorge Luis Barcelán. Cuba
16:35-16:50 h	La contextualización del proceso de enseñanza-aprendizaje de los elementos técnico-tácticos en los deportes de combate **Ponente:** Dr. C. Lisbet Guillen Pereira. Ecuador
16:50-17:05 h	Sistema de gestión de la información para perfeccionar la toma de decisiones en la Comisión Técnica de Fútbol de Cuba **Ponente:** M. Cs. Oliet Rodríguez Méndez. Cuba
17:05-17:20 h	Estudio de patrones de lateralidad para optimizar el rendimiento deportivo **Ponente**: Epg. José Ariel de la Cruz López. Cuba

III TALLER INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES PARA TODOS. SUS DESAFÍOS

SALA 7

Coordinadora: M. Cs. Adelaida Ramos Puig
Relatora: Dr. C. Ana María Morales Ferrer

14:30-14:45 h	Hábitos físicos, deportivos y de salud que contribuyen a estilos de vida saludables en jóvenes de secundaria de la Ciudad de Chihuahua, México **Ponentes:** Dr. C. Guadalupe Javier Rivero Carrasco, M. Cs. Carlos Raúl Almanza Rodríguez, M. Cs. Roberto Paredes Carrera, Dr. C. Mariana Cossío Ponce de León. México
14:45-15:00 h	La evaluación del aprendizaje físico deportivo en el discapacitado intelectual leve en el contexto de la Educación Física escolar **Ponente:** M. Cs. Marilín Páez Basabe. Cuba
15:00-15:15 h	Factores determinantes en el proceso de aprendizaje para la iniciación del ajedrez en niños de edad escolar en la provincia de Morona Santiago **Ponente:** Prof. Servio Lucio Naula Cumbicus. Ecuador
15:15-15:30 h	El desempeño profesional docente-metodológico del profesor de Educación Física. Propuesta de indicadores para su medición **Ponente:** M. Cs. Orlando Pedro Suárez Pérez. Cuba
15:30-15:45 h	Metodología para la protección del desarrollo motor de escolares con retraso mental moderado **Ponente:** M. Cs. José Bernardino Castillo Moreno. Venezuela
15:45-16:00 h	**RECESO**
16:00-16:15 h	Evaluación de la aptitud física en estudiantes de nivelación de FEDER de la universidad de Guayaquil **Ponente:** Lic. Jimmy Arévalo Suquitana, ESP. ARD. Ecuador
16:15-16:30 h	Hacia un programa integral de educación física, deporte y recreación, diferenciado en las escuelas y liceos bolivarianos **Ponente:** M. Cs. Jaime Merlo. Venezuela

16:30-16:45 h	La clase de Educación Física. Adaptaciones para estimular la coordinación visomotora en estrábicos y ambliopes. **Ponente:** M. Cs. Yaimara Peña Peña. Cuba
16:45-17:00 h	Niños y adolescentes de la montaña: un estudio antropométrico comparado **Ponente:** Dr. C. José Francisco Monteagudo Soler. Cuba
17:00-17:15 h	Programa de acondicionamiento físico en los bomberos del Centro de Refinación Paraguaná **Ponente:** Lic. José Ramón Colina Colina. Venezuela
17:15-17:30 h	Imaginario del beneficio del programa MARACAS en las habilidades para la vida de niños y jóvenes de Ciudad Juárez **Ponente:** Prof. Ricardo Juárez Lozano. México

V TALLER INTERNACIONAL "OCIO, TIEMPO LIBRE, ACTIVIDADES RECREATIVAS Y MEDIO AMBIENTE"

SALA 9

Coordinador: Lic. Eric Gutiérrez Rodríguez

Relatora: M. Cs. Bárbara Pelis de Lara Pacheco

14:30-15:15 h	**Conferencia principal:** "Tiempo libre y hábitos físicos deportivos en la adolescencia" **Conferencista:** Dr. C. Aldo Pérez Sánchez, UCCFD. Cuba
15:15-15:30 h	**RECESO**
15:30-15:45 h	La Global Sports Alliance (GSA) en Japón **Ponente:** Lic. Katsuya Otsu. Japón
15:45-16:00 h	Impactos del proyecto Cuba GSA después de la Convención Internacional AFIDE 2015 **Ponente:** M. Cs. Fernando Valladares Fuentes. Cuba
16:00-16:15 h	Los juegos tradicionales populares del Ecuador y su importancia en el desarrollo intercultural **Ponentes:** M. Cs. Marcelo Geovanny Vásquez Cáceres, M. Cs. Tannia Alexandra Casanova Zamora. Ecuardor
16:15-16:30 h	La formación de promotores ambientales en la actividad física comunitaria **Ponente:** Dr. C. Santiago León Martínez. Cuba

16:30-17:15 h	**Panel de expertos:** "La recreación comunitaria en su dimensión ambiental" **Panelistas:** Dr. C. Esperanza Osorio Correa. Colombia, M. Cs. Carlos Alberto Rico Álvarez. Colombia, Lic. Eric Gutiérrez Rodríguez. Cuba, Dr. C. Aldo Pérez Sánchez. Cuba, Lic. Katsuya Otsu. Japón, Dr. C. Santiago León Martínez. Cuba

V TALLER INTERNACIONAL "LA FORMACIÓN CONTINUA DEL PROFESIONAL DE LA CULTURA FÍSICA"
SALA 10
Coordinador: Dr. C. Francisco Fidel Porto López
Relatora: Dr. C. Isabel Fleitas Díaz

14:30-14:45 h	Software educativo para el estudio de la morfología en estudiantes de primer año de la carrera de Cultura Física **Ponente:** Est. Arnaldo Jesús Amaro Quiñones. Cuba
14:45-15:00 h	La educación estético- axiológica del licenciado en Cultura Física en el primer año de su formación inicial **Ponente:** M. Cs. Beatriz Bravo Morejón. Cuba
15:00-15:15 h	La superación profesional de los subdirectores docentes del sistema de educación deportiva. Una necesidad pedagógica **Ponente:** M. Cs. Migdalia Fernández Espinosa. Cuba
15:15-15:30 h	La utilización de los métodos estadísticos en el proceso de formación del profesional de la Cultura Física **Ponente:** M. Cs. Enilda Mariselis Jorrín Carbó. Cuba
15:30-15:45 h	La aptitud física y la capacidad cognitiva en estudiantes de Cultura Física de México **Ponente:** Dr. C. Omar Iván Gavotto-Nogales. México
15:45-16:00 h	**RECESO**
16:00-16:15 h	Proyecto AFANEE / 2015. Una nueva mirada a la actividad física inclusiva desde la formación del profesional de la Cultura Física **Ponente:** Dr. C. Nordis Sánchez Quintero. Cuba
16:15-16:30 h	Proyecto para el mejoramiento de la actuación pedagógica de los profesores deportivos de las EIDE, desde la Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado" **Ponente:** M. Cs. Walkiria del Valle Recoder. Cuba

16:30-16:45 h	La literatura de temática deportiva: una alternativa con enfoque interdisciplinario **Ponente:** M. Cs. Nélida Moraima Machín Quiñones. Cuba
16:45-17:00 h	La superación profesional del profesor deportivo basada en competencias profesionales específicas **Ponente:** Dr. C. Denis Lara Caveda. Cuba
17:00-17:15 h	La formación doctoral en la Facultad de Cultura Física, Universidad de Granma: una proyección estratégica permanente **Ponente:** Dr. C. Juan Manuel Fernández Hernández. Cuba
17:15-17:30 h	La profesión de la Educación Física en Puerto Rico desde la perspectiva del docente universitario en los programas de preparación de maestros **Ponente:** Dr. C. Julio Rosa Montañez. Puerto Rico

VIII CONGRESO INTERNACIONAL DE MEDICINA DEL DEPORTE Y CIENCIAS APLICADAS. II SIMPOSIO INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN Y CONTROL ANTIDOPAJE

SALA 11

Coordinador: M. Cs. Rodny Montes de Oca Porto
Relatora: Dra. Daysi Yahumara Castro Gutiérrez

14:30-14:45 h	Impacto del polimorfismo del gen UGT2B17 sobre el perfil esteroideo. Presentación de los resultados de un estudio ciego doble cruzado con administración de testosterona a deportistas **Ponente:** Dr. Jesús A. Muñoz-Guerra. España
14:45-15:00 h	Análisis de una década (2006-2016) de los resultados de control de dopaje efectuados por los laboratorios acreditados por la Agencia Mundial Antidopaje (AMA). Lecciones de futuro **Ponente:** Dra. María del Mar Plata Andrés. España
15:00-15:15 h	Aplicación del Sistema Ultramicroanalítico (SUMA) en la detección de hCG en muestras de orina para el control del dopaje **Ponente:** Dr. C. Dayamin Martínez Brito. Cuba
15:15-15:30 h	Efecto enmascarante de 16βOH stanozolol sobre el 3OH stanozolol en LC/MS **Ponente:** Lic. Deamelys Hernández Domínguez. Cuba

15:30-15:45 h	Comportamiento del perfil de esteroides en atletas de fútbol **Ponente**: M. Cs. Ariana Rodríguez Fernández. Cuba
15:45-16:00 h	Avances y retos en el ámbito del control del dopaje **Ponente:** M. Cs. Teresa Correa Vidal. Cuba
16:00-16:15 h	**RECESO**
16:15-16:30 h	Experiencia del pasaporte biológico del deportista en España, módulo hematológico. Estudio de casos **Ponente:** Dra. María del Mar Plata Andrés. España
16:30-16:45 h	ERGOPLUS. Bebida isotónica para deportistas de alto rendimiento **Ponente:** Dr. Luis F. Ramírez Reyes. Cuba

V TALLER INTERNACIONAL "ADMINISTRACIÓN Y GESTIÓN DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE. UNA VISIÓN HACIA LAS ORGANIZACIONES DEPORTIVAS"

SALA 15

Coordinadora: M. Cs. Tania I. Hernández Echevarría
Relatora: Lic. Belkis Nuria Malagón Pérez

14:30-15:15 h	**Conferencia principal: "**Gestión de proyectos y capital humano" **Conferencista:** M. Cs. Luis del Toro Reyes. Cuba
15:15-15:30 h	Actividad física en ambientes laborales en la Ciudad de Ibagué **Ponente:** Luis Alejandro Vargas Parga. Colombia
15:30-15:45 h	SINFO. Solución informática con productos y servicios llave en mano para la organización y desarrollo de competencias deportivas **Ponente:** Ing. Tomás Benítez Cartaya. Cuba
15:45-16:00 h	Prontuario ejecutivo del sistema deportivo cubano **Ponente:** M. Cs. Alicia Guerrero Martínez. Cuba
16:00-16:15 h	Propuesta de indicadores para el mejoramiento de la planificación y el control en el sistema deportivo cubano **Ponente:** M. Cs. Tatiana Olayón Domínguez. Cuba

16:15-17:00 h	**Panel especial:** “La acción gerencial en el alto rendimiento deportivo cubano” **Tema:** Habilidades directivas para la gestión mediante el coaching en la ESFAAR “Cerro Pelado” **Panelista:** M. Cs. Wilmer Lewis Calvo. Cuba **Tema:** Diagnóstico del clima organizacional en la Escuela Nacional de Boxeo “Holvein Quesada Rodríguez”: plan de acción para su mejoramiento **Panelista:** M. Cs. Rodolfo Yovanny Pérez Céspedes. Cuba **Tema:** Alternativas gerenciales para el perfeccionamiento de la gestión económica en la Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento “Cerro Pelado” **Panelista:** M. Cs. Yacel Noa Suárez. Cuba

JUEVES 23
SESIÓN DE LA MAÑANA

VIII SIMPOSIO DE CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA Y PROFILÁCTICA
SALA 3

Coordinador: Dr. C. Hermenegildo José Pila Hernández
Relatora: Dr. C. Mayda Losada Robaina

09:00-10:00 h	**Conferencia principal:** "El ejercicio físico en la prevención y rehabilitación de enfermedades cardiovasculares" **Conferencista:** Dr. C. Eduardo Rivas Estany. Cuba
10:00-10:15 h	**RECESO**
10:15-10:30 h	La rehabilitación física de practicantes cardiópatas de bajo riesgo en fase de mantenimiento a través de los gimnasios biosaludables **Ponente:** M. Cs. Ismarys Núñez Hernández. Cuba
10:30-10:45 h	Estimación del consumo de oxígeno en sujetos adultos con riesgo coronario practicantes sistemáticos de ejercicios físicos **Ponente:** Dr. C. Luis Arias Rodríguez. Cuba
10:45-11:00 h	Programa de rehabilitación cardiaca mediante un entrenamiento de bádminton **Ponente:** Lic. Sharaful Ameen. Las Maldivas
11:00-11:15 h	Entrenamiento Aerobic Fusión para la rehabilitación de mujeres con obesidad y sobrepeso **Ponente:** Lic. Samira Grau. Perú
11:15-11:30 h	Efectos de mesociclos de entrenamiento en la eficiencia cardiovascular y respiratoria en los futbolistas del Centro Regional UNAH-TEC Danlí **Ponente:** Dr. C. Raúl Orlando Figueroa Soriano. Honduras
11:30-11:45 h	"Ejercitarte" proyecto de extensión universitaria modificador del estilo de vida de personas con síndrome Prader Willi y sus familias **Ponente:** M. Cs. Sady Rodríguez Pérez**.** Cuba
11:45-12:00 h	Tratamiento físico-terapéutico del síndrome bipolar **Ponente:** Lic**.** Felipe Garavito. Colombia
12:00-12:15 h	Libro: *Actividades físicas para niños autistas. Una metodología para su atención* **Ponente:** Dr. C. Lexy Lázaro Figueredo Frutos. Cuba

12:15-12:30 h	La comunicación signada en el proyecto "Aprender a nadar" para niños dentro del espectro autista **Ponentes:** M. Cs. Braisa Cruz Jiménez. Cuba, Lic. Yanaisis Martínez Díaz. Cuba
12:30-12:45 h	Actividades básicas a domicilio para tratamiento rehabilitador de lesionados medulares **Ponente:** M. Cs. Diana Esmeralda Téllez. Colombia
12:45-13:00 h	Metodología para el desarrollo de habilidades motrices básicas que propicie la atención educativa integral a escolares autistas en el contexto de la equinoterapia **Ponente:** Dra. C. Raisa Yacel Jiménez García. Cuba

III TALLER INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE
SALA 5

Coordinadora: Dr. C. Martha Cañizares Hernández
Relatora: Dr. C. Norma Sainz de la Torre

09:00-09:40 h	**Conferencia principal:** "La importancia del rendimiento en el deporte: coaching deportivo" **Conferencista:** Dr. C. Ricardo Félix Inguanzo. México
09:40-09:55 h	**RECESO**
09:55-10:40 h	**Panel:** "Psicología del Deporte en el contexto docente: retos y propuestas para su abordaje desde Cuba y México" **Panelistas:** Dr. C. Luis Gustavo González Carballido. Cuba, Dr. C. Marta Cañizares Hernández. Cuba, M. Cs. Leonel Russell González. Cuba, Lic. Julio Arturo Ordoqui Baldriche. Cuba, M. Cs. José Leopoldo Castro Fernández de Lara. México, Lic. Roger Caraballo Chacón. México, Lic. Marlene Moreno Cruz. México, Lic. Samara Gabriela Esqueda. México
10:40-10:55 h	La preparación de árbitros por medio de la psicología deportiva para manejar su ansiedad **Ponentes**: Dr. C. Daniel Martínez Ortiz, Rebecca López Bobonis. Puerto Rico
10:55-11:10 h	Motivación e intención de practicar actividad física entre colombianos y españoles **Ponente:** M. Cs. Hernando Alejandro Martínez González. Colombia

11:10-11:25 h	Acciones de intervención psicológica para la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15–16 años de la EIDE "Mártires de Barbados" **Ponente:** Lic. Yaneivis Soler Prieto. Cuba
11:25-11:40 h	Estrategias para el desarrollo de la empatía como parte de los procesos de adaptación psicológica en niños de 2 a 5 años al medio acuático **Ponente**: M. Cs. Enrique Brito Taboada. Ecuador
11:40-11:55 h	Intervención psicológica a padres de familia de futbolistas en formación de la escuela de fútbol F. C. Porto Dragon Force Bogotá. Colombia **Ponentes:** Adriana Sandoval Lizarazo, Camila Avella Chingate, Magaly Sánchez. Colombia
11:55-12:10 h	Factores psicológicos poco considerados en la preparación de los deportistas de alto rendimiento. Guadalajara México **Ponente:** Pedro E. Gómez Castañeda. México
12:10-12:25 h	Algunas consideraciones sobre el diagnóstico de la representación de la técnica deportiva **Ponente:** Dr. C. Norma Sainz de la Torre León. Cuba
12:25-12:40 h	Principios éticos en la Psicología Deportiva **Ponentes:** M. Cs. Zuleyka Rodríguez Ojeda, Dr. C. Daniel Martínez Ortiz. Puerto Rico
12:40-12:55 h	Programa de intervención psicológica para la adecuación de la imagen corporal en patinadores artísticos colombianos **Ponente:** Dr. C. Pabla V. Bermúdez Zea. Colombia

II SIMPOSIO CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE. I ENCUENTRO DE CENTROS DE INVESTIGACIONES

SALA 6

Coordinador: Dr. C. René Romero Esquivel
Relatora: Dr. C. Beatriz Sánchez Córdova

09:00-09:45 h	**Conferencia:** "Estructura, funcionamiento y proyección del CIDC" **Conferencista:** Dr. C. René Jorge Romero Esquivel. Cuba
09:45-10:00 h	**RECESO**

10:00-10:50 h	**Panel de expertos: "**Integración científica, resultados e impacto, CIDC, UCCFD, IMD, Centro de Control Antidoping, Centro de Recursos de Informatización para el Deporte y Dirección de Alto Rendimiento" **Panelistas:** Dr. C. Beatriz Sánchez Córdova. Cuba, Dr. C. Melvin Morales Morejón. Cuba, Dr. C. Jerry Bosque Jiménez. Cuba, Dr. Jorge Pável Pino Rivero. Cuba, M. Cs. Rodny Montes de Oca Porto. Cuba, M. Cs. Reinerio Fonseca Castillo. Cuba
10:50-11:05 h	Análisis de la fase de despegue en salto de longitud, en atletas escolares de la EIDE "Lino Salabarría" **Ponente:** M. Cs. Rosario Geysa Cañizares Arteaga. Cuba
11:05-11:20 h	Concentración de lactato de los deportistas pertenecientes a la selección de triatlón de la Universidad del Quindío **Ponente:** Brayan Steven Grajales Agudelo. Colombia
11:20-11:35 h	Programa educativo para el mejoramiento del desempeño docente del Licenciado en Cultura Física y Deporte **Ponente:** Dr. C. Niurka Fuentes Duany. Cuba
11:35-11:50 h	Caracterización morfofuncional de competidores de artes marciales mixtas de la Ciudad de Bogotá **Ponente:** Jaime Sneyder Baron Cuervo. Colombia
11:50-12:05 h	Software. CC- CSRH para el control de la composición corporal **Ponente:** M. Cs. Carlos S. Rodríguez Hernández. Cuba
12:05-12:20 h	Asociación de la marcha y el salto vertical en jóvenes activos y sedentarios **Ponente:** Lic. Juan Camilo Tabarez Polo. Cuba
12:20-12:35 h	Programa de entrenamiento de la orientación espacial asistido por neurofeedback para la prevención del deterioro cognitivo en el adulto mayor **Ponentes:** M. Cs. Osvaldo León Bravo. Cuba, Dr. C. Francisco García Ucha. Cuba
12:35-12:50 h	Dietética y vida saludable: claves para la promoción de la actividad física para la salud **Ponente:** Dr. C. Rodrigo Soto Lago. Chile

I TALLER INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y FITNESS
SALA 7

Coordinadora: M. Cs. Irina Méndez Noriega
Relatora: M. Cs. Dania Librada García Fernández

09:00-09:15 h	The Wellness Company. Technogym **Ponente:** Silvano Zanuso. Italia
09:15-09:30 h	Actividad física y salud en docentes **Ponente:** M. Cs. Yury Rosales Ricardo. Ecuador
09:30-09:45 h	Impacto de la nutrición y la actividad física en el adulto mayor **Ponente:** Juan Villamizar Sánchez. Ecuador
09:45-10:00 h	Cubaila, alternativa para la incorporación de la población a la práctica de actividad física **Ponente:** M. Cs. Dania Librada García Fernández. Cuba
10:00-10:15 h	**RECESO**
10:15-10:30 h	Manual para el trabajo en los Gimnasios Biosaludables **Ponente:** M. Cs. Irina Leiden Méndez Noriega. Cuba
10:30-10:45 h	El proceso de enseñanza-aprendizaje de la Gimnasia Aerobia para escolares con discapacidad auditiva **Ponente:** Dr. C. Mercedes Susana Castillo Sánchez. Cuba
10:45-11:00 h	Manual digital psicoeducativo para la identificación y el manejo de la dismorfia muscular en fisiculturistas dirigido a entrenadores físicos **Ponentes:** M. Cs. Lorena Colón Anabitarte, Dr. Daniel Martínez Ortiz, Dra. Maribella González. Puerto Rico
11:00-11:15 h	Prevención de la deserción deportiva en jóvenes porristas a partir de estrategias de acompañamiento, corresponsabilidad y reestructuración de las pautas de crianza **Ponentes:** Karen Julieth Medina Ramírez, Omar A. Ortiz Castillo, Sonia Camargo, Carol Cárdenas-Castro. Colombia
11:15-11:30 h	Ciclismo bajo techo. Proyecto: “Q´SUÍN” **Ponente:** Lic. Sandro Fernández López. Cuba
11:30-11:45 h	Propuestas de acciones para el mejoramiento de los espectáculos deportivos contemporáneos **Autora:** M. Cs. María Trinidad Bequer Soto del Valle. Cuba

11:45-12:00 h	Libro digital COPRUFUN-CF. Tecnología de la Actividad Física Comunitaria **Autor:** M. Cs. Douglas E. Andux Ruiz. Cuba
12:00-12:15 h	Impacto de la actividad física comunitaria en Comunidades vulnerables en el municipio Los Palacios **Autor:** M. Cs. Gustavo Herrera Cristo. Cuba
12:15-12:30 h	Propuesta de acciones estratégicas para la promoción del sistema de trabajo del deporte para todos en aras de lograr a través de la gestión del conocimiento, sensibilización, dinamización y formación **Autora:** M. Cs. Belkys Suárez Sandelis. Cuba

III TALLER INTERNACIONAL DEPORTE Y SOCIEDAD
SALA 9

Coordinadora: Dr. C. Emilia Rebeca Hernández Mezonet
Relatora: M. Cs. Noris Tamayo Casamayor

09:00-09:30 h	**Conferencia temática:** "Deporte, nutrición y salud. Aspectos socioculturales" **Conferencista:** Dr. C. Raúl Rojas Soriano. UNAM. México
09:30-10:00 h	**Conferencia temática: "**Las Ciencias Sociales en la formación ciudadana del deportista" **Conferencista:** Dr. Cs. Nancy Chacón Arteaga. MINED. Cuba
10:00-10:15 h	Pensamiento latinoamericanista de José Martí. Su visión desde el deporte cubano **Ponente:** José Antonio Bedía Pulido. Cuba
10:15-10:30 h	La violencia física y verbal en el deporte santiaguero **Ponente:** Dr. C. Alina Bestard Revilla. Cuba
10:30-10:45 h	Inclusión y atención a la diversidad desde la actividad físico-deportiva. Retos y prospectivas en Ecuador **Ponente:** M. Cs. Alfredo Vicente Recalde Ayona. Ecuador
10:45-11:00 h	**RECESO**
11:00-11:30 h	**Conferencia temática:** "Manejo responsable de la violencia en el deporte" **Conferencista:** Dr. C. Luis Gustavo González Carballido, IMD. Cuba
11:30-11:45 h	Alcances y desafíos institucionales de la Ciudad de México en el fomento de la actividad física con enfoque social **Ponente:** M. Cs. Regina Moreno. México

11:45-12:00 h	Políticas públicas en deportes para población negra en Colombia como medio para el desarrollo deportivo **Ponente:** Lic. Manuel Felipe Blandón Chaverra. Colombia
12:00-12:30 h	**Mesa redonda: "**Educación integral de la sexualidad y cultura física: niñez y adolescencia, género y el Programa Nacional de Educación y Salud Sexual (PRONESS) en su vínculo con el INDER" **Ponente:** M. Sc. Olga Cecilia García Moreira. Cuba Lic. Andy Aquino Agüero, Centro Nacional de Educación Sexual de Cuba. Cuba
12:30-13:00 h	**Mesa redonda: "**El deporte como fenómeno de comunicación en Cuba" **Ponentes:** M. Cs. Rudens Tembrás Arcia, Lic. Víctor Joaquín Ortega, M. Cs. Joel García León, Dr. C. Carlos Alberto González. Cuba

V TALLER INTERNACIONAL "LA FORMACIÓN CONTINUA DEL PROFESIONAL DE LA CULTURA FÍSICA"

SALA 10

Coordinador: Dr. C. Lázaro de la Paz Arencibia

Relator: M. Cs. Félix Pérez Rodríguez

09:00-10:30 h	**Conferencia principal** **Conferencista:** Daniel Eckert-Lindhammer, director del ITK, Faculty of Sports Science, University of Leipzig. Alemania
10:30-10:45 h	**RECESO**
10:45-12:00 h	**Mesa redonda: "**La formación continua del profesional de la Cultura Física" **Ponentes:** Lic. Arnaldo Rivero Fuxá, Dr. C. Francisco Fidel Porto López, Dr. C. Edita M. Aguilar Rodríguez, M. Cs. Luis Alberto Díaz Delgado, M. Cs. Arnaldo Rivero Gómez, Dr. C. Lázaro de la Paz Arencibia. Cuba

VIII CONGRESO INTERNACIONAL DE MEDICINA DEL DEPORTE Y CIENCIAS APLICADAS. II SIMPOSIO INTERNACIONAL DE VIBROTERAPIA, QUIROPRAXIA Y LÁSER DE ALTA POTENCIA

SALA 11

Coordinador: Dr. Lázaro H. Ramos O´Farril

Relator: Dr. C. Ruggiero Conti

09:00-09:30 h	**Conferencia principal:** "Una luz terapéutica desde mecanismos celulares. Aplicación clínica" **Conferencista:** Dr. C. Roberto Casale Firam. EMILDUE. Italia
09:30-10:00 h	**Conferencia principal:** "Vibración, aplicación clínica y logros en estos últimos años" **Conferencista:** Dr. Claudio Vazzani. EMILDUE. Italia
10:00-10:30 h	**Conferencia principal:** "Aplicación de laserterapia en lesiones del hombro" **Conferencista:** Dr. Dana Mercer. Universidad Logan. Estados Unidos de América
10:30-10:40 h	**RECESO**
10:40-11:10 h	**Conferencia principal:** "Láser de tipo IV en los cuidados de salud y en la Medicina Deportiva" **Conferencista:** Dr. Tom Robertson. Universidad Logan. Estados Unidos de América
11:10-11:40 h	**Conferencia principal:** "Deporte de élite: ¿morbilidad psicológica y mortalidad?" **Conferencista:** Dr. C. Luis Gustavo González Carballido. Cuba
11:40:12:10 h	**Conferencia principal:** "Importancia de la Valoración Podológica como ayuda al tratamiento o prevención en las lesiones deportivas" **Conferencista:** Dr. Francisco Escobar Ruiz. España
12:10-12:40 h	**Conferencia principal:** "La actividad física sistemática y el envejecimiento satisfactorio" **Conferencista:** Dr. C. Osvaldo García González. Cuba

V TALLER INTERNACIONAL "ADMINISTRACIÓN Y GESTIÓN DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE. UNA VISIÓN HACIA LAS ORGANIZACIONES DEPORTIVAS"

SALA 15

Coordinador: M. Cs. Luis del Toro Reyes
Relatora: Lic. Belkis Nuria Malagón Pérez

09:00-10:00 h	**Conferencia principal:** "La gestión de la ciencia en las organizaciones deportivas: la experiencia de Cuba" **Conferencista:** Dr. C. Mélix Ilisástigui Avilés. Directora de Ciencia y Técnica del INDER. Cuba
10:00-10:15 h	**RECESO**
10:15-11:45 h	**Panel de expertos**: "La contextualización de la organización deportiva" **Coordinador:** M. Cs. Eduardo Bustillo Cabrera. Cuba **Panelistas:** M. Cs. Yolanda Valdés André. Cuba, Dr. C. Fernando Hernández Valdés. Cuba, M. Cs. Rudens Tembrás Arcia. Cuba, Dr. C. Carlos Alberto González. Cuba

JUEVES 23
SESIÓN DE LA TARDE

III TALLER INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE
SALA 5

Coordinadora: Dr. C. Marisol de la C. Suárez Rodríguez
Relator: Dr. C. Douglas Crispín Castellanos

14:30-15:30 h	**Conferencia principal:** "La metodología en Psicología del deporte" **Conferencista:** Dr. C. Francisco Enrique Garcia Ucha. Cuba
15:00-15:15 h	Manejo psicológico del atleta de alto rendimiento. Metaanálisis **Ponentes:** Yvis del Mar Ortiz, Marimer Ramos Pagán, Dr. Daniel Martínez. Puerto Rico
15:15-15:30 h	Terapia psicomotriz en las comunidades terapéuticas psiquiátricas, mediante algunas sesiones psicomotrices **Ponente:** Lic. Sabrina Magotti. Italia
15:30-15:45 h	La concentración de la atención y las dificultades corporales de equilibrios en gimnastas escolares de 10 a 12 años de Gimnasia Rítmica de la EIDE de La Habana **Ponente**: M. Cs. Mercedes Lourdes Pérez Iznaga. Cuba
15:45-16:00 h	Análisis de la conducta de entrenadores deportivos de Porrismo y Capoeira por medio del Coaching Behavior Assesment System **Ponentes:** Caterine Guzmán González, Carol Cárdenas-Castro. Colombia
16:00-16:15 h	Estudio de los procesos psicológicos de una atleta de natación **Ponente:** Est. Eva Patricia Becali Martí. Cuba
16:15-16:30 h	Propuesta metodológica de planificación basada en contenidos para el entrenamiento psicológico en el deporte **Ponente:** Prof. Carol Cárdenas Castro. Colombia
16:30-16:45 h	An Investigation of the Changes in Kinesiophobia at Return to Sport After Sport Related Injuries in Physically Contact and Non-contact sports **Ponentes:** Dr. C. Celil Kaçoğlu, Erdem Atalay, Begümhan Turhan. Turkía

II SIMPOSIO CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE. I ENCUENTRO DE CENTROS DE INVESTIGACIONES

SALA 6

Coordinador: Dr. C. René Romero Esquivel
Relatora: Dr. C. Beatriz Sánchez Córdova

14:30-15:40 h	Tecnología de punta para el control y preparación de los deportistas **Empresas ponentes:** METRAX, HAMMMER SPORT. AG., CONTEMPLAS. Alemania
15:40-15:50 h	**RECESO**
15:50-16:00 h	Modelo físico-matemático y software para el cálculo de parámetros del vuelo de la jabalina **Ponente:** M. Cs. Alfredo González Martínez. Cuba
16:00-16:10 h	The Effects of 6 Week Intermittent Hypoxia Exposure on Maximal Oxygen Consumption and Isokinetic Knee Fatigue Index **Ponente:** M. Cs. Izzet Kirkaya. Turkia
16:10-16:20 h	La valoración cualitativa como complemento esencial del análisis cuantitativo en el chequeo de la preparación del deportista **Ponente:** M. Cs. Rolando Medina Pérez. Cuba
16:20-16:30 h	Apoyo plantar en gimnastas juveniles cubanos. Antecedentes para un proyecto de investigación en el CIDC **Ponente:** Dr. C. Sofía León Pérez. Cuba

TRABAJOS EN PÓSTER POR EVENTOS
VIII SIMPOSIO DE CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA Y PROFILÁCTICA

SCFT-001	Impacto cualitativo del programa de inclusión social con la ejercitación del movimiento en los aparatos biosaludables en pacientes con enfermedades neurológicas **Autor:** M. Cs. Domingo Román Vega Alfonso. Cuba
SCFT-002	Deformidades ortopédicas de atletas universitarios del equipo de tiro deportivo, modalidad fusil **Autores:** Dr. C. Mayda Losada Robaina, Epg. Maykel Guerra Robaina. Cuba
SCFT-003	Ataxia espinocerebelosa Tipo 2 **Autor:** M. Cs. Ilbedis Pérez Ávila. Cuba
SCFT-004	Caracterización epidemiológica de atletas retirados de los deportes de combate y juegos con pelotas que asisten a consultas en el IMD **Autores:** Dr. C. Edita Madelín Aguilar Rodríguez, Celia Lara Mulet, Yanko Tamarit Peña. Cuba
SCFT-005	Efectividad de terapia celular en atletas y exatletas con osteoartrosis en hombros y rodillas **Autora:** Lic. Viviana Romero Vidal. Cuba
SCFT-006	Formación de promotores ambientales para las áreas terapéuticas del municipio 10 de Octubre **Autor:** Lic. Nicolás Justiniani Mendoza. Cuba
SCFT-007	El ejercicio físico en el paciente obeso. Presentación de un caso **Autor:** Dr. C. Jorge de Lázaro Coll Costa. Cuba
SCFT-008	Entrenamiento aeróbico a intervalos intensos en pacientes con infarto del miocardio en fase de convalecencia **Autor:** Lic. José Ángel Mustelier Oquendo. Cuba
SCFT-009	Ejercicios físico-terapéuticos para la rehabilitación de la tendinitis rotuliana en atletas de levantamiento de pesas **Autor:** Lic. Camilo Peláez Sordo. Cuba
SCFT-010	Programa de ejercicios para la rehabilitación de pacientes con síndrome Guillain Barré en la atención primaria. Policlínico “Turcios Lima” **Autora:** Lic. Yarlén Rodríguez García. Cuba
SCFT-011	Criterio para la construcción de un instrumento de diagnóstico motor en pacientes con ECV **Autor:** Lic. Ariel García Alfonso. Cuba

SCFT-012	Ejercicios terapéuticos, agentes físico-terapéuticos y apoyo nutricional en pacientes con diagnóstico de ELA **Autor:** Lic. Yordan Cañadilla Barrios. Cuba
SCFT-013	Propuesta de un programa de ejercicios físico - terapéuticos para mejorar el equilibrio y la coordinación en los adultos mayores **Autora:** Lic. Lorena Carrasco Lara. Cuba
SCFT-014	Propuesta de un programa de ejercicios físico-terapéuticos para niños con síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo **Autora:** Lic. Saydenis Fernández Álvarez. Cuba
SCFT-015	Ejercicios acuáticos para la rehabilitación de la escoliosis en niños de 10 y 15 años en el municipio de Santa Cruz del Norte **Autor:** Lic. Vladimir Rodríguez Cedeño. Cuba
SCFT-016	Rehabilitación física de la musculatura pelvi-perineal, en pacientes con disfunciones de suelo pélvico **Autora:** Dra. Bárbara Yumila Noa Pelier. Cuba
SCFT-017	La actividad física grupal en la recuperación parcial de pacientes con enfermedad de Parkinson del CIREN **Autor:** Lic. Ariel Lombillo Herrera. Cuba
SCFT-018	Uso del Thera-Trainer Tigo en el desarrollo muscular de niños con patologías neurológicas **Autores:** Lic. Lutgarda Irene Cárdenas Tejeda, Dr. C. Francisco Fidel Porto López. Cuba
SCFT-019	El adulto mayor ecuatoriano. Fundamentos del tratamiento a las limitaciones articulares desde el medio acuático **Autora:** Lic. Valeria Rubí González Terán. Ecuador
SCFT-020	La natación terapéutica en la condición física relacionada con la salud de pacientes cardiópatas **Autora:** M. Cs. Braisa Cruz Jiménez. Cuba
SCFT-021	Ejercicios físico-terapéuticos en adultos con Síndrome de Hipermovilidad Articular **Autor:** Dr. C. Ardy Rafael Rodríguez García. Cuba
SCFT-022	Factores de riesgo en el desarrollo de la enfermedad de Alzheimer **Autoras:** M. Cs. Milena González Gortes, Dr. C. María de Lourdes Rodríguez Pérez, Dr. C. Mélix Ilisátigui Avilés. Cuba

SCFT-023	Actividades físico-profilácticas y formativas como herramientas para prevenir enfermedades profesionales en los estudiantes de ciencias informáticas **Autor:** M. Cs. Silvano Merced Len. Cuba
SCFT-024	Intervención comunitaria en pacientes con ataxia espinocerebelosa Tipo II **Autor:** M. Cs. Reynier Ochoa Mastrapa. Cuba

V TALLER INTERNACIONAL OCIO, TIEMPO LIBRE, ACTIVIDADES RECREATIVAS Y MEDIO AMBIENTE

OTLARMA-001	Proyecto extensionista “De Barrio en Barrio” **Autor:** Lic. Alain Ernesto González Paneque. Cuba
OTLARMA-002	La recreación física comunitaria como contribución al desarrollo humano local en la localidad de Carraguao, municipio de Jaruco **Autora:** M. Cs. Mislen Romero Pedroso. Cuba
OTLARMA-003	Proyecto comunitario socio-cultural deportivo recreativo. “Talento en mi Barrio” **Autor:** M. Cs. Rolando José Ginarte Guerra. Cuba
OTLARMA-004	La recreación física en su labor extensionista y formación educativa **Autora:** M. Cs. Amelia Domínguez Ventura. Cuba
OTLARMA-005	Curso de superación para profesores de Recreación, una alternativa para la calidad de los procesos físico-recreativos de Villa Clara **Autor:** M. Cs. Urbano Rodríguez Martínez. Cuba
OTLARMA-006	Plan de actividades recreativas para rescatar los sitios históricos del Consejo Popular **Autora:** M. Cs. Olga Lidia Carballosa Manresa. Cuba
OTLARMA-007	Proyecto de medios múltiples para el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad Cinco Pesos, San Cristobal, Artemisa **Autor:** Lic. Ángel R. Polo Pedroso. Cuba
OTLARMA-008	El Snorkeling como una opción recreativa en el Paisaje Natural Protegido Rincón de Guanabo **Autor:** Est. Junior Costa Freijo. Cuba
OTLARMA-009	Juegos multipropósitos para el desarrollo de las actividades recreativas **Autor:** Maykel Monteagudo Bernal. Cuba

VII CONVENCIÓN INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES

OTLARMA-010	Etapas para la gestión de información del diagnóstico en la actividad recreativa comunitaria **Autora:** Est. Alba Margarita Rosabal Palacios. Cuba
OTLARMA-011	La superación profesional ambiental de los entrenadores. Un reto para el ciclismo **Autora:** Dr. C. Margarita González Vázquez. Cuba
OTLARMA-012	Multimedia para favorecer la educación medioambiental de los atletas y profesionales del deporte en Buey Arriba **Autora:** M. Cs. Maryoli Oliva Caballero. Cuba
OTLARMA-013	Propuesta para Festival Ecológico en El Rincón de Guanabo **Autor:** Est. Rolando Jesús Rodríguez Lafargue. Cuba
OTLARMA-014	Multimedia Educativa "GeoIsla" **Autora:** M. Cs. Aixa Chamizo García. Cuba
OTLARMA-015	Tecnicatura en deporte y su impacto social como agente de salud y su conciencia en preserva del medio ambiente **Autor:** Roberto Díaz Pelayes. Argentina
OTLARMA-016	El Movimiento Olímpico Cubano al encuentro de la Agenda 2020 **Autora:** M. Cs. Rosa Pulperio Pérez. Cuba
OTLARMA-017	Proyecto deportivo-recreativo para la localidad de Godines del municipio Candelaria, provincia Artemisa **Autor:** M. Cs. Emiliano Luis García Moreno. Cuba

III TALLER INTERNACIONAL DE DEPORTE Y SOCIEDAD

DS-001	La formación ciudadana, una visión desde la educación en valores **Autora:** M. Cs. Noris Tamayo Casamayor. Cuba
DS-002	La historia del Museo del Deporte, un aporte a la memoria y a la cultura histórica de Cienfuegos **Autor:** M. Cs. Jiosbel Jesús Lóriga Socorro. Cuba
DS-003	Contribución a la educación y formación en valores desde el combinado deportivo **Autora:** Dr. C. Emilia Rebeca Hernández Mezonet. Cuba
DS-004	El estudio del pensamiento de Fidel Castro acerca del deporte desde los procesos formativos en las escuelas del SED **Autora:** M. Cs. María Regla Vico Hernández. Cuba

DS-005	Pensamiento de Fidel en la Gesta Heroica del Cerro Pelado **Autora:** M. Cs. Maritza Ballestero Fernández. Cuba
DS-006	Deporte, derecho y patrocinio. Retos, perspectivas e impacto **Autor:** Lic. Ramiro Delgado Domínguez. Cuba
DS-007	Opúsculo del memorial II **Autora:** Dr. C. Bárbara Paz Sánchez Rodríguez. Cuba
DS-008	Los ejercicios físico-recreativos en el estado biopsicosocial de adulto mayor incorporado al Círculo de Abuelos **Autora:** Lic. Dismary Ramos Yznaga. Cuba
DS-009	El rol de la Universidad Tecnológica del Chocó "Diego Luis Córdoba", en el desarrollo deportivo de la sociedad, como proyecto de vida **Autor:** M. Cs. Alexander Arboleda Córdova. Colombia
DS-010	José Martí: una aproximación ética a la actividad física y el deporte **Autor:** Dr. C. José Luis Santana Lugones. Cuba

III TALLER INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES PARA TODOS. SUS DESAFÍOS

EFDT-001	Las habilidades motrices básicas, una forma de contribuir a su desarrollo **Autor:** Prof. Argemiro Bolívar del Sol. Colombia
EFDT-002	La validación del programa de Educación Física para la especialidad preescolar de las escuelas pedagógicas cubanas **Autora:** M. Cs. Dalanis Lorenza Rosabal Reyes. Cuba
EFDT-003	Manual de Hockey sobre Piso para profesores de Educación Física **Autor**: M. Cs. Eduardo Ramírez Ramada. Cuba
EFDT-004	Conjunto de medios para apoyar el desarrollo del proceso docente educativo en la educación física, el deporte participativo, los proyectos nacionales, la recreación y el arbitraje deportivo **Autor:** Lic. Rey Mario Aguado Chávez. Cuba
EFDT-005	Acciones para la orientación y la preparación de la familia en el contenido de motricidad fina del sexto año de vida del municipio Corralillo **Autora:** M. Cs. Ivis del Pino Toledo. Cuba

EFDT-006	La lúdica en la enseñanza del Atletismo en edades tempranas **Autor:** Dr. C. Rolando Castro Marcelo. Cuba
EFDT-007	La interdisciplinariedad en la formación del profesor de Física desde la disciplina Educación Física en la UCPEJV **Autor:** M. Cs. Luis Rivero Elozua. Cuba
EFDT-008	Diagnóstico sobre la resistencia en alumnos de 7.mo grado para la práctica del atletismo en la iniciación deportiva **Autor:** Lic. Leandro Carreño Rojas. Cuba
EFDT-009	La Educación Física en los alumnos con limitaciones físico-motoras **Autor:** Lic. Héctor Sosa Domínguez. Cuba
EFDT-010	Concepciones y prácticas evaluativas en la disciplina Teoría y Práctica de la Educación Física **Autora:** M. Cs. Maribel Mola Cantero. Cuba
EFDT-011	Aprendizaje cooperativo en la Educación Física de la UCI **Autor:** M. Cs. Carlos I. Sobrado Olalde. Cuba
EFDT-012	Caracterización del desarrollo motor de los niños y niñas en Cuba **Ponente:** M. Cs. Mario López Palma. Cuba

V TALLER INTERNACIONAL "LA FORMACIÓN CONTINUA DEL PROFESIONAL DE LA CULTURA FÍSICA"

FCP-001	Neurocrucigrama. Material didáctico de apoyo a las conferencias de enfermedades neurológicas **Autor:** Dr. C. Armando de Jesús Sentmanat Belisón. Cuba
FCP-002	Realidad y perspectiva de la responsabilidad social universitaria en la Universidad Metropolitana del Ecuador **Autor**: Dr. C. Freddy Montano Rodríguez. Ecuador
FCP-003	Estrategia de reorientación pedagógica para el Movimiento de Alumnos Ayudantes "Frank País García" (MAA) en la UCCFD "Manuel Fajardo" **Autora:** M. Cs. Beatriz Bravo Morejón. Cuba
FCP-004	La superación postgraduada de los entrenadores de tiempos y marcas **Autora:** Dr. C. Marcia Julia Salt Gómez. Cuba

FCP-005	Estrategia de trabajo metodológico para desarrollar la preparación teórica del entrenador de ciclismo **Autor:** Lic. Omar Venega Echemendía. Cuba
FCP-006	Aplicación de las herramientas tecnológicas multimedia para la enseñanza y el aprendizaje de las ciencias del deporte **Autores:** M. Cs. Julián Hernández Domínguez, Lic. Cecilia U. Gutiérrez Guerra. Cuba

VIII CONGRESO INTERNACIONAL DE MEDICINA DEL DEPORTE Y CIENCIAS APLICADAS. II SIMPOSIO INTERNACIONAL DE VIBROTERAPIA, QUIROPRAXIA Y LÁSER DE ALTA POTENCIA

CMD-001	Evaluación del uso de las vibraciones inducidas en la prevención y recuperación de las lesiones deportivas, problema a resolver vinculado a la actividad física y el deporte **Autora:** Dra. Jacqueline O Rives Santi. Cuba
CMD-002	Plastrón eléctrico. Nueva prueba integral de terreno para el control médico en floretistas. Nuestra experiencia **Autor:** Dr. Ramsés Raymond Yáñez. Cuba
CMD-003	Eficacia terapéutica del láser de alta potencia en lesiones deportivas del alto rendimiento **Autor:** Dr. Reynier Pérez Hoyos. Cuba
CMD-004	Utilidad de la bioimpedancia eléctrica para la valoración de la composición corporal en el marco del control biomédico del entrenamiento deportivo (aplicación en la práctica) **Autor:** M. Cs. Yanell Deturnell Campos. Cuba
CMD-005	Valoración de la cualidad aeróbica de jugadoras de baloncesto mediante la aplicación del TIVRE-Basket **Autor:** Dr. Lázaro Expósito Gutiérrez. Cuba
CMD-006	Análisis de tendencia enfocado al sistema de gestión de la calidad **Autora:** Lic. Lisandra Barban Duarte. Cuba
CMD-007	Sustancias psicoactivas recreativas en actividad física y deportes **Autor:** Dr. Andrés Camilo Riaño la Rotta. Colombia
CMD-008	Valores ecocardiográficos en futbolistas durante un Macrociclo Integrado **Autor:** M. Cs. Oscar Acosta Olalde. Cuba

CMD-009	Propuesta de ejercicios físicos para la rehabilitación de las tendinopatías más comunes del manguito rotador en los lanzadores de béisbol de la categoría escolar juvenil **Autor:** Dr. Remberto Pérez Farfán. Cuba
CMD-010	Características cineantropométricas de atletas escolares granmenses: EIDE "Pedro Batista Fonseca" **Autor:** Dr. Juan Orlando Arzuaga López. Cuba
CMD-011	Comportamiento de cifras de hematocrito y hemoglobina en deportistas de alto rendimiento **Autor:** Dr. José Luis Reyna Carralero. Cuba

VII CONFERENCIA INTERNACIONAL DE DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO

CAR- 001	Formación continua de profesionales en la disciplina de Nado. Sincronizado para el alto rendimiento **Autora:** M. Cs. Erva Brito Vázquez. Cuba
CAR- 002	Análisis biomecánico del top spin en atletas con discapacidad físico-motora de tenis de mesa **Autor:** Dr. C. Bárbaro Oliva Concepción. Cuba
CAR-003	Procedimiento para la construcción teórica del modelo de planificación por contenidos comunes en el pentatlón moderno para el alto rendimiento **Autora:** M. Cs. Yhullieth Delgado de la Cruz. Cuba
CAR-004	Orientación hacia el tratamiento de la higiene en la vida sexual del deportista de la alta competición **Autora:** M. Cs. María Regla Aballí Candelario. Cuba
CAR-005	Diagnóstico y análisis técnico de la arrancada de Libre en un atleta cubano **Autor:** Dr. C. Hery Leyva González. Cuba
CAR-006	Modelo para la organización del desentrenamiento deportivo **Autor:** Dr. C. Ovel Mena Pérez. Cuba
CAR-007	Estudio de la percepción especializada en los boxeadores de distancia larga categoría 11 y 15 años del Combinado Deportivo No. 2 en el municipio Los Palacios **Autor:** M. Cs. Javier Higinio Sánchez Rodríguez. Cuba
CAR-008	DAVID_1 Software para el estudio de contrarios en el boxeo **Autor:** Dr. C. Rafael Lázaro Tamarit Medrano. Cuba

CAR-009	Valía del ratio de los dedos en la detección de talentos deportivos **Autor:** Dr. C. Luciano Mesa Sánchez. Cuba
CAR-010	Modelo didáctico para la preparación teórica en el entrenamiento deportivo del voleibol **Autor:** M. Cs. Jorge Luis Rodríguez Stivan. Cuba
CAR-011	Teoría General del Arbitraje Deportivo **Autora:** Dr. C. María Elena Guardo García. Cuba
CAR-012	Sistema de competencias profesionales para un entrenador de excelencia **Autor:** Dr. C. Hirbins Manuel Dopico Pérez. Cuba
CAR-013	Indicadores del rendimiento técnico- táctico de los atletas juveniles de tenis de mesa de la Selección Nacional para evaluar el desempeño táctico en las competencias a partir de las normas establecidas **Autora:** M. Cs. Solange Hernández Carpio. Cuba
CAR-014	Aproximación a una metodología para evaluar los test pedagógicos, mediante Excell, judo masculino del Equipo Nacional de Cuba **Autora:** M. Cs. Senen Ramos Benítez. Cuba
CAR-015	Formación del pensamiento táctico en deportistas de combate, categoría 11-12 años **Autora:** Dr. C. Lida de la C. Sánchez Ramírez. Cuba
CAR-016	Regularidades presentadas durante la aplicación de la metodología para el control de la intensidad en gimnastas del conjunto **Autora:** Dr. C. Yolainy Govea Díaz. Cuba
CAR-017	Ergoesperimetría en atletas de alto rendimiento **Autores:** EPG. Héctor Ruiz Mendoza, Dr. Orlando Berovides Padilla. Cuba
CAR-018	Herramienta metodológica para elevar el rendimiento deportivo en los deportistas de la alta competencia **Autora:** M. Cs. Luz Marda de la Cruz Gómez. Cuba
CAR-019	Comparación de la tasa de logro entre dos técnicas de lanzamiento de peso en competiciones **Autor:** M. Cs. Kato Tadahiko. Japón
CAR-020	Efectos del entrenamiento aplastante del bádminton sobre la velocidad de la pelota y el movimiento de lanzamiento de los jugadores de béisbol **Autor:** M. Cs. Kohei Murakami. Japón

CAR-021	Desarrollo de la potencia muscular de las extremidades inferiores para el salto vertical en el voleibol **Autor:** Dr. C. Ídolo Gilberto Herrera Delgado. Cuba
CAR-022	Análisis Biomecánico de Beisbol para optimizar la técnica del lanzamiento **Autora:** M. Cs. Adela Ceballos Rubio. Cuba
CAR-023	La zona III de intensidad en pesistas de categoría escolar 15-16 años del sexo femenino **Autor:** Dr. C. Francisco Núñez Aleaga. Cuba
CAR-024	Nuevo sistema para la evaluación de la optimización morfológica del deportista cubano de alto rendimiento **Autor:** M. Cs. William Carvajal Veitía. Cuba
CAR-025	Deportes estratégicos locales. Su identificación a partir de patrones fenotípicos poblacionales **Autor:** M. Cs. Luis Alberto Sancesario Pérez. Cuba
CAR-026	La marca potencial como indicador relativo del rendimiento deportivo en el triatlón olímpico: propuesta de perfeccionamiento de la evaluación **Autores:** M. Cs. Alfredo Quintana Díaz. Cuba, M. Cs. Ángel Merched López Rojas. Venezuela
CAR-027	Metodología de entrenamiento por posiciones de juego en el fútbol moderno **Autor:** Dr. C., Prof. José Luis Vera Rivera. Colombia
CAR-028	Metodología de entrenamiento del estilo pecho en la natación moderna **Autor:** Prof. Enrique Lara Orjuela. Colombia
CAR-029	El entrenamiento de los estímulos perceptivos en las actividades deportivas **Autor:** Prof. Rony David Merchán Osorio. Colombia
CAR-030	Reflexiones metodológicas sobre el desarrollo motor y proceso de la enseñanza-aprendizaje en el patinaje de carreras **Autora:** Prof. Diana Andrea Vera Rivera. Colombia
CAR-031	La velocidad aeróbica máxima en el patinaje de carreras **Autor:** M. Cs. Jesús León Lozada Medina. Venezuela
CAR-032	Curvas de referencia para valorar la potencia aeróbica en atletas jóvenes talentos del Estado Barinas **Autor:** M. Cs. José Rafael Padilla Alvarado. Venezuela
CAR-033	Programa de desentrenamiento para exatletas del equipo nacional de atletismo **Autor:** M. Cs. Jorge Reinaldo Palma Montalvo. Cuba

CAR-034	Implementación de un modelo para la toma de decisiones en la Dirección Nacional de Alto Rendimiento del INDER **Autor:** M. Cs. Reinerio Fonseca Castillo. Cuba
CAR-035	Test para la evaluación de la figura corporal de gimnastas de gimnasia rítmica **Autor:** Dr. C. Mélix Ilisástigui Avilés. Cuba

III TALLER INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

PAFD-001	Activación cerebral en test funcionales **Autora:** Yeimy Nataly Ardila. Colombia
PAFD-002	Efectivo manejo de las relaciones de los entrenadores con las familias de los deportistas **Autora:** M. Cs. Marta Domínguez González. Cuba
PAFD-003	La preparación a la familia de atletas con necesidades educativas especiales, en el cumplimiento de su función educativa para la iniciación deportiva **Autor:** M. Cs. William Alberto Year Díaz. Cuba
PAFD-004	Control psicológico del entrenamiento deportivo. Cuba **Autora:** Dr. C. Marisol de la C. Suárez Rodríguez. Cuba
PAFD-005	Impacto social de la Cátedra de Estudios Olímpicos Isla de la Juventud **Autor:** Dr. C. Douglas Crispín Castellanos. Cuba
PAFD-006	Actualidades de la preparación psicológica del equipo nacional de judo femenino **Autora:** M. Cs. Anelín D. Rodríguez Olivera. Cuba
PAFD-007	Predictibilidad del POMS como variable asociado a la ejecución. Evidencias vinculadas con la prueba “rejilla digital” en atletismo **Autor:** Lic. César A. Montoya Romero. Cuba
PAFD-008	Autovaloración y análisis del producto de la actividad en boxeo durante macrociclos de preparación en 2015 y 2016 **Autor:** Lic. Julio Arturo Ordoqui Baldriche. Cuba
PAFD-009	Estrategia didáctica para la resolución de conflictos a través de aprendizaje cooperativo desde el curso “Introducción a los Deportes” nivel I del Programa de Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad Tecnológica del Chocó **Autor:** M. Cs. Pedro José Mosquera Agualimpia. Colombia

V TALLER INTERNACIONAL "ADMINISTRACIÓN Y GESTIÓN DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE. UNA VISIÓN HACIA LAS ORGANIZACIONES DEPORTIVAS"

AGCFD-001	La autogestión para la internacionalización de la educación superior en la UCCFD "Manuel Fajardo": propuesta de una estrategia **Autor:** M. Cs. Yosbany Rafael Velázquez Reinaldo. Cuba
AGCFD-002	Propuesta de estrategia de comunicación, como elemento esencial de la publicidad deportiva, de los servicios que se ofertan en la sociedad mercantil CUBADEPORTES, S.A. **Autora:** Lic. Malena Casas Abad. Cuba
AGCFD-003	Estrategia para la gestión de proyectos físicos recreativos de la Dirección Nacional de Recreación del INDER **Autor:** Lic. Rolando Yasiel Calvo González. Cuba
AGCFD-004	Evaluación del proceso de gestión de la Práctica Laboral Investigativa de Recreación en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" **Autor:** Lic. Omar Álvarez García. Cuba
AGCFD-005	Dirigir: una habilidad a desarrollar en el estudiante de Cultura Física. Propuesta de un sistema de tareas docentes **Autora:** M. Cs. Tania I. Hernández Echevarría. Cuba
AGCFD-006	Insuficiencias en las tesis de doctorado de la Cultura Física. La paradoja de la contribución a la teoría **Autor:** Dr. C. Jerry Bosque Jiménez. Cuba
AGCFD-007	Diseño metodológico para la concepción del plan de desarrollo de los cuadros y reservas en el organismo central y sus unidades de subordinación nacional **Autor:** Lic. Luis Alberto Naranjo Rivero. Cuba
AGCFD-008	Normalización de los servicios de actividad física y deportes **Autora:** Lic. Belkis Nuria Malagón Pérez. Cuba
AGCFD-009	Estudio diagnóstico del nivel de desarrollo de las competencias: solución de problemas de dirección y comunicación en directivos de nivel intermedio del INDER **Autora**: M. Cs. Yohselyn Ramiro Ruiz. Cuba

AGCFD-010	Atlas del deporte cubano **Autor:** M. Cs. Erie Reyes López. Cuba
AGCFD-011	El establecimiento de metas profesionales en los estudiantes de 1.er año de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" **Autor:** Lic. Dennys Adolfo Ibáñez Oleaga. Cuba
AGCFD-012	El sistema de dirección de la colaboración deportiva cubana en la República Bolivariana de Venezuela **Autor:** M. Cs. Osvaldo Vento Montiller. Cuba
AGCFD-013	Trabajo de generalización. Una escuela deportiva de nuevo tipo **Autor:** M. Cs. Félix Pérez Rodríguez. Cuba
AGCFD-014	Atención a la población. Vía efectiva para el desarrollo del trabajo **Autora:** M. Cs. Elda Quiñones Gómez. Cuba
AGCFD-015	Aplicación web desarrollada para AFIDE 2017 **Autora:** Ing. Grethel Vizanzay Fernández. Cuba

VII CONVENCIÓN INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES

MI PROGRAMACIÓN DE LA VII CONVENCIÓN AFIDE 2017

HORARIO	LUNES 20	HORARIO	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23
08:30-17:00	Acreditación Palacio de Convenciones de La Habana	**09:00-10:00**			
		10:00-11:00			
		11:00-12:00			
		12:00-13:00			
		13:00-14:30	**ALMUERZO**		
13:30-16:30	Cursos preconvención UCCFD “Manuel Fajardo” IMD, CIDC	**14:30-16:00**			
		16:00-17:00			**CLAUSURA** Palacio de Convenciones **17:00**
20:30	**INAUGURACIÓN** Teatro Nacional de Cuba, Sala “Avellaneda”				

NOTAS

NOTAS

NOTAS

Título: Actualización de las pruebas de terreno en el control del entrenamiento deportivo.

Coordinadora: Dra. Graciela Nicot Balón

Temas:

- Actualización de variables bioquímicas en el entrenamiento deportivo.
  Dra. Graciela Nicot Balón, Instituto de Medicina Deportiva

- Actualización de variables fisiológicas en el entrenamiento deportivo.
  Dra. Maria Elena Gonzáles Revuelta, Instituto de Medicina Deportiva

- Actualización de las pruebas de terreno en los deportes de resistencia.
  Dr. Aldo López Galarraga, Instituto de Medicina Deportiva.

- Actualización de las pruebas de terreno en los deportes de combate.
  Dra. Evelina Almenares Pujada, Instituto de Medicina Deportiva.

- Actualización de las pruebas de terreno en los deportes de arte competitivo.
  Dra. Bepsy Collazo Almaguer, Instituto de Medicina Deportiva.

- Actualización de las pruebas de terreno en los deportes con pelota.
  Dr. Antonio Leal, Instituto de Medicina Deportiva

Título: Control psicológico del entrenamiento deportivo.

Coordinador: Dr. C. Luis Gustavo González Carballido

Temas:

- Direcciones actuales del control psicológico del entrenamiento en deportistas cubanos.
- Aproximación al trabajo del psicólogo del deporte en Cuba.
- Caracterización psicológica de los deportistas de alto rendimiento.
- Respuesta emocional, autovaloración, respuesta a las cargas de entrenamiento y entrenamiento del pensamiento táctico en los deportistas de alto rendimiento. Recomendaciones para su evaluación y manejo.
- Eficacia de las intervenciones en el control psicológico del entrenamiento deportivo. Experiencias en el alto rendimiento.
- Coaching vs Psicología del deporte. Una aproximación cubana al tema.
- El papel de las emociones en el deporte de alto nivel.
- Estrés y deporte de alto rendimiento
- Exploración motivacional deportiva.
- Aspectos psicológicos implicados en el aprendizaje táctico efectivo.
- Laboratorio vs Terreno. Validez predictiva de las evaluaciones de laboratorio y las pruebas de terreno sobre el rendimiento deportivo.
- Sistemas de evaluación de la personalidad. Estudio de casos de atletas cubanos del alto rendimiento.
- Evaluaciones psicofisiológicas y su importancia en el control psicológicos del entrenamiento deportivo.
- Aspectos psicológicos vinculados con la iniciación deportiva.
- Psicología del deporte y promoción de salud.

Título: Ecografía del Sistema Osteomioarticular

Coordinador: Dr. C. Ricardo Anillo Badía

Temas:

- La imagenología y traumatología en el deporte
- La Ecografía del SOMA ante los retos impuestos por el Deporte y por el desarrollo de la imagenología.
- La Ecografía de la rodilla en deportistas. Utilidad de la exploración ecográfica preventiva como parte del CMED.
- La Ecografía del hombro en deportistas.
- Utilidad de la exploración ecográfica preventiva como parte del CMED.

Curso pre-congreso AFIDE 2015

Título: El Entrenamiento Deportivo de los niños y los jóvenes

Coordinador: Dr. C. José Rodolfo Falero González. Profesor Titular de la UCCFD “Manuel Fajardo”.

Introducción

Para que un niño o joven deportista que se inicie en deporte, logre una evolución progresiva hacia el alto rendimiento, es necesario un largo proceso de entrenamiento. Uno de los factores determinantes en la evolución de este proceso es el conocimiento de las posibilidades y del ritmo de desarrollo de las capacidades que intervienen en el rendimiento deportivo, ya que permite optimizar el proceso de entrenamiento durante varios años, gracias a la planificación de cargas y trabajos adecuados a las distintas etapas por donde transita el desarrollo del deportista.

El entrenamiento deportivo a largo plazo está íntimamente relacionado con el entrenamiento de los niños y jóvenes. En el análisis especializado del entrenamiento de rendimiento en estos grupos etáreos, no es extraño observar, con relativa frecuencia, posiciones de desaprobación de pediatras e incluso de profesores de nuestra universidad y de algunos metodólogos y entrenadores. Pero esto sucede porque se asocia el entrenamiento a experiencias de estos especialistas, en los que se han utilizado cargas de entrenamiento que han sometido a esfuerzos excesivos y exagerados a niños y jóvenes, dirigidos por entrenadores con insuficientemente capacitación y en ocasiones con carencias de ética pedagógica.

Es posible aplicar el entrenamiento deportivo en niños y jóvenes, siempre que se tengan en cuenta las posibilidades y limitaciones de cada edad y sexo. Para lograr un desarrollo adecuado es necesaria la observancia de los principios de la adaptación a la edad y a la individualidad, teniendo en cuenta las posibilidades biológicas y la disposición del niño o el joven para lograr

resultados óptimos. En correspondencia con esta afirmación los propósitos del presente curso se centran en:

Objetivo general:

Caracterizar el entrenamiento deportivo de los niños y jóvenes en correspondencia con los aspectos biológicos y metodológicos asociados a las características de cada etapa de desarrollo alcanzado.

Objetivos específicos:

1. Fundamentar las bases biológicas del entrenamiento deportivo en las edades infantil y juvenil.
2. Interpretar los fundamentos bio-metodológicos del entrenamiento de las capacidades físicas en las edades infantil y juvenil.
3. Interpretar los fundamentos metodológicos del entrenamiento de técnico-táctico en las edades infantil y juvenil.
4. Reconocer la selección de los posibles talentos deportivos como un proceso complejo, de carácter sistemático y holístico.

Temas y contenidos:

1. Fundamentos biológicos del entrenamiento deportivo en las edades infantil y juvenil

- Características del crecimiento en las edades infantil y juvenil.

- Caracterización psicofísica de las diferentes etapas de edad. Consecuencias para la organización del entrenamiento.

2. Entrenamiento de las capacidades físicas en las edades infantil y juvenil

- Entrenamiento de la resistencia.

-Entrenamiento de la fuerza.

-Entrenamiento de la velocidad.

-Entrenamiento de la movilidad.

-Entrenamiento de las capacidades coordinativas.

3. Entrenamiento de técnico-táctico en los niños y jóvenes

-Entrenamiento de la técnica.

-Entrenamiento de la táctica.

4. La selección de los talentos en el deporte

- Conceptos asociados a la selección de talento.

-Principales modelo asociados a la selección de talentos.

-La selección de talento como un fenómeno complejo.

Bibliografía

1. Blázquez S. Domingo, (1986). Iniciación a los deportes de equipo. España, Ediciones Martínez Roca. S.A.
2. _____ (1993). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Editorial Inde. Zaragoza. España.
3. Brugger L. y col. (1995). 1000 ejercicios y juegos de calentamiento. España, Editorial Hispano Europea.
4. Bompa Tudor, O. (1983). Theory and Methodology of training: The key of athlete's performance. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
5. Bunn John, (1987). Entrenamiento deportivo científico. México. Editorial PAX México.
6. Campos Granell, J. y Col. (1996). Indicadores para la Detección de Talentos Deportivos. Madrid. España. Unidad Editora. Ministerio de Educación y Ciencias. Concejo Superior de Deportes. ICd número 3.
7. Collazo Macías, A. (2010). Una propuesta alternativa para contribuir al desarrollo de las capacidades físicas en estudiantes entre los 6 y 11años en el municipio Artemisa. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, UCCFD. "Manuel Fajardo".

8. Consejo de Europa, (1987). Pruebas Eurofit de Aptitud Física. 408 va. Celebración de Ministro. Ciudad de La Habana, Manual Bibliografíado en el ISCF " Manuel Fajardo".
9. COM. (1994). Los objetivos del proceso de enseñanza en el entrenamiento deportivo. México Dirección General de Deportes Selectivos.
10. Costill, D. I. y L. H. Wilmore, (1999). Fisiología del esfuerzo y del deporte. 5ª edición. España, Editorial Paidotribo.
11. Erlanger. J. Weineck, (1993). Entrenamiento óptimo. Cómo lograr el máximo de rendimiento. Barcelona, España, Editorial Paidotribo.
12. Falero González, J. R. (2013). Modelo de selección de los judokas de la categoría 11-12 años que ingresan en la EIDE. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, UCCFD. “Manuel Fajardo”.
13. _____ (2013). Conducción de los talentos en el deporte. Disponible en http://www.efdeportes.com/ Revista Digital – Buenos Aires.
14. _____ (2013). Definición de la carga de entrenamiento deportivo para la conducción de los jóvenes talentos. UCCFD “Manuel Fajardo”.
15. _____ (2013). Niveles de organización del contenido de la selección deportiva. Disponible en http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires.
16. García Manso, Juan Manuel y Col. (1996). Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones. España, Editorial Gymnos.
17. García Manso, Juan Manuel y Col. (1996). Pruebas para la valoración de la capacidad motriz en el deporte. España, Editorial Gymnos.
18. Grosser, Manfred, (1991). Entrenamiento de la Velocidad. Fundamentos, métodos y programas. España, Ediciones Martínez Roca. S.A.
19. Haag, H y Dassel, H. (1995). Test de la condición física, en el ámbito escolar y la iniciación deportiva. España, Hispano Europea.
20. Hahn, Erwin, (1988). Entrenamiento con niños. Teoría, práctica y problemas específicos. España, Ediciones Martínez Roca. S.A.
21. Junta de Andalucía, (1989). Entrenamiento deportivo en edad escolar. España, Colección Unisport.
22. Lorenzo García, R. (2010). El Talento ¿se hereda o se adquiere? Ciudad de La Habana. Editorial Científico-Técnica.

23. Parlebas, P. (1987). *Perspectivas para una Educación Física moderna*. Málaga. España. Unisport.
24. Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de Praxiología motriz*. Barcelona. España. Paidotribo
25. Ranzola A. y Barrios J. (1998). Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Ciudad de La Habana, Cuba, Editorial Deportes.
26. Volkov, V.M y Filin, V.P. (1989). Selección Deportiva. Moscú, URSS, Vneshtorgizdat.
27. Matveev, L. (1983). Fundamentos del Entrenamiento deportivo. Editorial Ráduga. Moscú.
28. Rieder H y G. Fischer, (1988). Aprendizaje Deportivo. Editorial Martínez Roca. México DF.

INTELIGENCIA DEPORTIVA

Profesor Auxiliar: M.Sc Luis del Toro Reyes

Máster en Administración y Gestión de la Cultura Física y el Deporte. Vicerrector de investigaciones de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Profesora de la Maestría de Administración y Gestión de la Cultura Física y el Deporte. Ha prestado colaboración y asesoría científico-técnica en Venezuela, Colombia, México. Ha realizado publicaciones de carácter científico-técnica. Autor principal del Tomo II de Dirección para la Cultura Física, Selección de Temas para los estudiantes de la Maestría, Diversos artículos en la revista acción de la UCCFD, Libro Gestión del Conocimiento en las OD

Objetivo del Curso: Introducción a la metodología EAPID "Estudio de Adversarios y Protección de la Información Deportiva"

El estado cubano orienta, fomenta y promueve la cultura física y el deporte en todas sus manifestaciones como medio de educación y contribución a la formación integral de los ciudadanos.

En correspondencia con lo anterior y preservando la información deportiva, así como el estudio de los potenciales y posibles adversarios en el área del deporte, se trabaja el tema de la inteligencia deportiva, como un sistema de estudio de esos potenciales y la protección de la información asociada a sistemas de entrenamiento y desarrollo de los atletas.

Es una disciplina integradora de gestión de información para generar el conocimiento; la vigilancia de los adversarios y de las tecnologías emergentes; el estudio prospectivo de escenarios futuros y la protección del capital intelectual propio.

Sostiene la preparación multilateral de los atletas a través del aseguramiento informativo permanente para la dirección de la preparación y el desarrollo de las acciones en competencias deportivas.

La Inteligencia Deportiva está dirigida a la toma de decisiones para el éxito deportivo y se subdivide en tres componentes bien caracterizados:

- ✓ Inteligencia Organizacional
- ✓ Inteligencia Competitiva
- ✓ Contrainteligencia Deportiva

LA CREATIVIDAD EN LA DISCIPLINA EDUCACIÓN FÍSICA

Dra.C: Ana María Morales Ferrer

M.Sc: María Trinidad Béquer Soto del Valle

M Sc: Irina Méndez Noriega

Dra.C: Amarilys Torres Ramírez

ANA MARÍA MORALES FERRER

Doctora en Ciencias de la Cultura Física. Profesora Consultante de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" (UCCFD) Coordinadora de la maestría en Didáctica de la Educación Física Contemporánea. Presidenta de la Cátedra Mujer, Cultura Física y Deporte, ISCF. Miembro del Consejo Científico y de la Comisión de Grados Científicos de la UCCFD. Ha prestado colaboración y asesoría científico-técnica en Nicaragua, República Dominicana, Ecuador, Venezuela y Colombia. Ha realizado publicaciones de carácter científico, técnica, metodológicay didáctica.

MARÍA TRINIDAD BEQUER SOTO DEL VALLE

Máster en Metodología del Entrenamiento Deportivo. Profesora Auxiliar de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Imparte clases de Gimnasia Rítmica, Educación Rítmica y Actividades Masivas. Metodóloga de la Vicerrectoría Docente. Ha impartido clases tanto en pregrado como postgrados nacionales e internacionales sobre Gimnasia Rítmica,

Actividades Masivas y Psicomotricidad. Es autora de artículos publicados en la revista *Acción*, y de los libros de texto *Gimnasia Básica y Educación Rítmica* y *Actividades Masivas Gimnástico Deportivas*.

IRINA MÉNDEZ NORIEGA

Máster en Didáctica de la Educación Física. Profesora Auxiliar de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Imparte clases de Gimnasia Aerobia y Gimnasia Básica. Directora Docente Metodológica. Ha grabado programas para la televisión sobre Gimnasia Aerobia. Coautora de artículos y libros sobre el tema.

Introducción:

En la actualidad, el desarrollo de la **creatividad** es un tema muy debatido en las diferentes esferas en que se desenvuelve el ser humano; por consiguiente, este es uno de los problemas requeridos por la comunidad científica pedagógica para su estudio. Autores como Torrance, Guiford, de Bono, Osborn, entre otros prestigiosos científicos, han incursionado en este campo, pero aún queda mucho por investigar al respecto.

La incuestionable importancia de los fundamentos filosóficos, psicológicos y pedagógicos que sustentan las acciones que pueden realizar los docentes para transformar el proceso de enseñanza aprendizaje en un proceso activo, significativo, desarrollador y en fin creador, sirven de plataforma para abordar la problemática en el marco específico de la disciplina educación física.

La Dra. D. Guanche plantea "*que la actividad creadora, basada en la intuición, la imaginación, la innovación, la fantasía y el pensamiento productivo, entre otros elementos, se orienta a la producción de nuevos valores, nuevos*

resultados que pueden generar nuevos sistemas, combinaciones nuevas de información conocida en situaciones nuevas, establecimiento de nuevas relaciones orientadas a un fin preciso, porque esta actividad cambia formas tradicionales de pensar ante nuevas contradicciones mediante su solución oportuna y genera sensibilidad ante los problemas, fluidez en todos los sentidos, flexibilidad, originalidad, actitud analítica y una tendencia marcada en el desarrollo del pensamiento". [1]

[1] Guanche, D. s/f Pedagogía para el desarrollo. Monografía.

Estudiosos del tema coinciden en el criterio de que la creatividad, como potencialidad de la personalidad de cada ser humano, debe ser estimulada en todo momento, razonamiento al que se suman las facilitadoras de este curso. En el caso de la educación física, una ocasión insustituible para integrar estas influencias, son aquellos momentos en que los alumnos desarrollan sus capacidades cognoscitivas, físicas, sus habilidades y destrezas motrices.

Estos argumentos tienen una gran consistencia con las ideas que se desarrollan en el curso, respetando incluso diversas ponencias de reputados investigadores, así entonces, se asume la **definición de creatividad**: *como una manifestación que involucra el pensamiento y la habilidad del ser humano, para responder (operacionalmente) ante problemas diversos con posibles soluciones de manera novedosa, desde el conocimiento de elementos que facilitan una consecuente transformación.*[2]

Entonces, ¿se pudiera afirmar que la disciplina Educación Física logra que los niños, adolescentes y jóvenes, desarrollen niveles superiores de creatividad en el proceso de enseñanza-aprendizaje?, ¿se propician estrategias para lograr este propósito?

Hasta donde se ha logrado indagar en el contexto actual de esta disciplina, se consigue distinguir, que aún no se alcanzan los niveles de respuesta en los

docentes, ni tampoco en los escolares, que produzcan transformaciones o cambios en el pensamiento creativo y en la actuación de ambos, que impliquen un enriquecimiento como estimulación y motivación de aprendizajes significativos, activos, desarrolladores, cualitativamente superiores en esta disciplina; lo que constituye de hecho **la situación problémica** existente.

Atendiendo a lo argumentado, es incuestionable la necesidad de replantearse nuevas vías o alternativas de trabajo científico metodológicas, que contribuyan al desarrollo creativo en la formación integral del sujeto, de ahí que se derive el **problema** siguiente:**¿cómo favorecer la creatividad en la disciplina educación física ante los nuevos reclamos formativos que plantea la sociedad?**

[1] Morales, A. M. (2007). Creatividad. En: Congreso Pedagogía 2007. Curso post-congreso. ISCF "Manuel Fajardo". Ciudad de La Habana.

Dada la oportunidad que ofrece este curso como escenario pedagógico profesional, el **objetivo** está encaminado a promover un espacio de intercambio científico-metodológico sobre la creatividad en la disciplina Educación Física.

Desarrollo

Seguramente concordamos en que el proceso de enseñanza-aprendizaje es un sistema abierto y flexible, sujeto a cambios que deben ser el resultado de la investigación científica y la práctica creadora.

Pero esta práctica creadora se muestra cuando hay imaginación e información; exige tolerancia, por lo cual, en ocasiones, se considera que es incompatible con el proceso educativo. Especular sobre ambos procesos integralmente, cómo se incluyen entre sí, favorece la comprensión del asunto y la posibilidad de su entendimiento. A ello colabora el enfoque y la práctica integral, contra la unilateral; las reflexiones, indagaciones y preguntas, versus las definiciones dogmáticas; los ejercicios en los que se inquiere una solución contra aquellos que se limitan solo a la repetición. El profesor es responsable de lograrlo si diseña estrategias y organiza actividades que conduzcan hacia ese fin, para ello es indispensable poseer una adecuada creatividad pedagógica profesional.

De hecho existen formas, técnicas, procedimientos, métodos, estrategias metodológicas por solo citar algunos, que facilitan o propician la labor dirigida a potenciar la creatividad. En esta ocasión se abordará desde la perspectiva de la educación física, particularmente la creatividad motriz.

Algunas ideas para desarrollar actividades que fomenten la creatividad motriz.

Establecemos el término de Creatividad Motriz como: "*proceso de revelaciones novedosas partiendo de una información ya conocida, recurriendo al pensamiento divergente, para solucionar innovadoramente problemas de carácter cinético.*"

En un momento se pueden producir pensamientos creativos, aplicarlos y hacer algo novedoso y original en clase, cada sujeto asume una actitud específica y diferenciada, la cual se refleja en la forma en que cada cual afronta sus tareas cotidianas, soluciona problemas. La variedad y diversidad de puntos de vista, los diferentes resultados del trabajo abierto y motivador, relacionado con el medio, así como creativo, facilita la implicación de los alumnos en la labor escolar y extraescolar

Lo anteriormente expuesto se pone de manifiesto en la clase de educación física, cuando los alumnos son capaces de promover, originar, crear y poner en práctica varias soluciones a un problema motor planteado por el profesor o surgido en la propia clase. Mientras más relación y vínculo se tenga con el medio que lo rodea, mayor será su capacidad para ofrecer disímiles respuestas.

Inicialmente es importante analizar los diferentes **tipos de pensamiento:**

Pensamiento lógico racional o directo: Se caracteriza por ser lineal, en el

cual existe una consecutividad en los razonamientos de formas algorítmicas. Ejemplo: cuando existe rigidez, trivialidad y rectitud en la solución de una tarea, las reflexiones que se hacen respecto al tema se tornan simbólicas.

Pensamiento flexible divergente: Se entrena la versatilidad, de dar muchas vueltas en torno a un problema y verlo desde diferentes ángulos, descubriendo analogías ocultas y lejanas.
Ejemplo: cuando los alumnos son capaces de resolver la tarea encomendada utilizando varios caminos o vías dando acceso a la similitud, semejanza, parecidos, etc, con respecto a lo orientado.

La combinación de ambos pensamientos es muy útil, no podemos prescindir de ninguna forma del pensamiento lógico racional, ya que cuando se haya investigado la solución de un problema a través del pensamiento divergente, debe usar entonces el pensamiento lineal para asegurarse de que esta solución sea correcta.

Otro elemento en el pensamiento creador es el pensamiento polémico, encontrar un problema, es decir, ante una situación problémica que es vaga o poco precisa, encontrar la esencia, y llegar al problema en sí y formularlo. ¡Ah!, pero resolver el problema de manera original, novedosa, resulta otro elemento importante a considerar.

Son muchos los investigadores que coinciden en que resultan escasos los estudios realizados sobre la creatividad motriz, alegando como una de las principales causas que pueden estar influyendo, la carencia en la variedad de instrumentos de recogida de datos sobre este aspecto. Es innegable que se necesitan instrumentos que permitan al profesor explorar y tomar las decisiones pertinentes sobre el proceso de enseñanza que se desarrolla y de esta forma mejorar su eficacia, pero la creatividad pedagógica profesional del docente ha de estar presente.

El profesor debe investigar el proceso de aprendizaje de sus alumnos, de tal forma que le proporcione un constante *feedback*, que le permita revisar y

mejorar su proceso de enseñanza. Con estas premisas queremos llamar la atención hacia la necesidad de investigar con mayor sistematicidad sobre la creatividad motriz de los niños, adolescentes y jóvenes y el rol que juegan los diferentes componentes del proceso de enseñanza - aprendizaje de la Educación Física en el proceso de aprendizaje.

En el ámbito motor, se pueden señalar algunas características distintivas, que posibilitan, por una parte diagnosticar realidades creativas y determinar objetivos alcanzables en el desarrollo de la creatividad, y por otra parte, enmarcar contextualmente los diferentes rasgos que se pueden hallar en el seno de la creatividad motriz. Seguidamente se exponen algunos de ellos:

La originalidad: Es el significado de lo novedoso, de lo que no tiene precedente, consiguiente ni igual, para la persona que califica. En la clase de Educación Física se pone de manifiesto cuando el alumno soluciona una tarea sin repetir o suscribir lo orientado por el profesor, o sea que debe ser un hecho único e irrepetible, que por añadidura contempla valores que resultaron inadvertidos previamente.

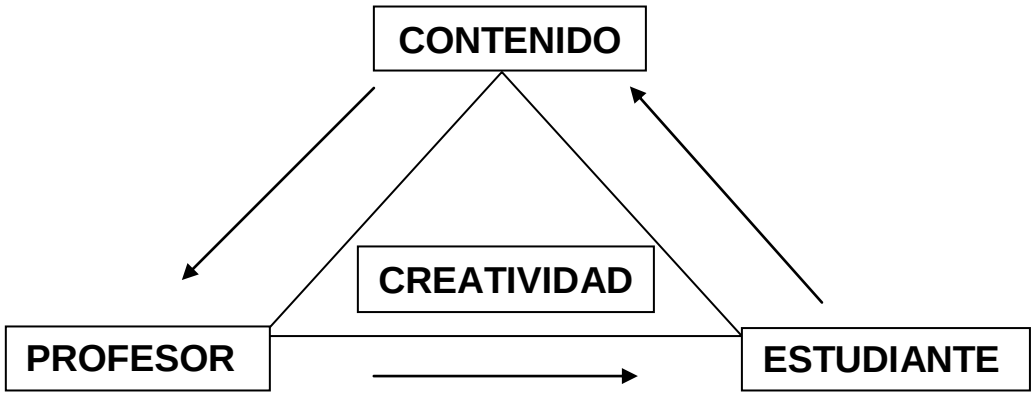
La flexibilidad: "Se opone a la rigidez, a la inmovilidad, a la incapacidad de modificar comportamientos, actitudes o puntos de mira, a la imposibilidad de ofrecer otras alternativas o variar la ruta o el método emprendido". La flexibilidad se traduce en la capacidad de la persona para utilizar varios enfoques. La *flexibilidad* es un indicador esencial, debido a que suele presentar a menudo, una significativa correlación con la *originalidad* ya que para conseguir respuestas originales no queda otra alternativa que intentar contemplar las realidades desde una nueva perspectiva.

La fluidez: Este indicador puede aparecer también bajo la denominación de productividad, se denomina como "cantidad de producción". La productividad se puede medir mediante la cantidad de respuestas, o sea de la variabilidad de ellas que pueda dar el alumno, y a su vez el profesor se retroalimentará, y puede verificar si lo orientado por él cumplió su objetivo. La multiplicidad es un criterio clave en todas las pruebas de creatividad. La fluidez se considera como la capacidad para pensar muchas ideas o soluciones a un problema.

El profesor debe plantearse determinadas estrategias diseñadas para lograr el aprendizaje significativo, tomando en cuenta todos los puntos anteriormente planteados; así como, una adecuada comprensión de los factores como: entorno y medio ambiente, la personalidad creativa de sus alumnos y las estrategias más utilizadas y factibles para el aprendizaje creativo de sus alumnos.

Por consiguiente, **el triángulo interactivo,** núcleo de los procesos de **enseñanza-aprendizaje,** determinado por las funciones que se establecen entre**:**

- El alumno que aprende.
- El contenido que es objeto del aprendizaje.
- El profesor que ayuda al alumno a construir significados..



Para que se produzca **aprendizaje significativo,** es preciso coherencia en la estructura de la clase y secuencia lógica en los procesos que intervienen en esta. Además, los contenidos deben ser comprensibles desde la estructura cognitiva y que a su vez resulte significativo al alumno, y como condición insoslayable, debe apoyarse en los conocimientos previos que posee el sujeto que aprende.

Algunas acciones científico-metodológicas para favorecer el desarrollo de la creatividad en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física:

- Exploración de los conocimientos que poseen los alumnos sobre el contenido a desarrollar en el currículo de la asignatura (diagnóstico).
- Estructuración de los sistemas de contenidos para el trabajo con el alumno en correspondencia con los resultados del diagnóstico.
- Aplicación de un sistema de tareas que potencie la estimulación al desarrollo del pensamiento creador del alumno en la asignatura.
- Aplicación de estrategias de evaluación individual y colectiva que permitan establecer juicios valorativos del desarrollo y evolución de la creatividad.

Desarrollo de la creatividad motriz a través de actividades rítmicas y expresión corporal.

Es común encontrar en los programas de Educación Física las actividades rítmicas y la expresión corporal, de ahí que se seleccionaran estas actividades para una ejercitación provechosa en las aplicaciones prácticas concebidas en el curso.

Sobre los métodos de trabajo.

Estos ocupan un lugar esencial, ya que van a facilitar el desarrollo del proceso docente-educativo. Además contribuyen al perfeccionamiento de la coordinación de los movimientos con los órganos fundamentales para orientarse en la dimensión espacio-temporal

Se sugiere que durante todas las clases el profesor debe utilizar métodos activos de enseñanza y estilos de enseñanza productivos, como aquellos que fomentan la Individualización, que posibilitan la participación del alumno en la enseñanza, los que propician la socialización, los que implican

cognoscitivamente de forma más directa al alumno en su aprendizaje, y sobre todo los que favorecen la creatividad.
A continuación se exponen algunos ejemplos:

¿Cómo utilizar los Métodos Productivos?.

Ejemplo: Parte inicial de la clase

- Para introducir la actividad, puede usar el método de Elaboración Conjunta, realizar preguntas que vayan llevando al alumno a lo que se espera de ellos. Conversar con los alumnos acerca de temas de actualidad que pueden estar relacionados con el acontecer político, cultural o deportivo que los lleve a un criterio que pueda estar relacionado con los objetivos de la tarea.

- Puede utilizar el método Juego didáctico, el profesor puede realizarlo usando diferentes juegos que cumplan la función de motivar, incentivar, producir, tanto desde el punto de vista físico como psíquico y que cumplan además con objetivos educativos. Las reglas deberán estar en función de los objetivos que se persigan.

- También pueden dársele tareas en forma problémica, interactuando con medios de enseñanza disponibles, dejándolos en libertad de realizarlo individualmente, en parejas, tríos u otra organización que deseen siempre que cumplan con los requisitos puestos por el profesor. Se puede aprovechar este tipo de actividad para la relación intermateria y brindarle nombres de articulaciones, músculos y huesos que intervienen, atendiendo al nivel de desarrollo intelectual de los alumnos participantes en nuestra clase. Con estas sugerencias, estaríamos aplicando el método de Exposición Problémica, Se debe tener en consideración la edad, el nivel de preparación de los alumnos, además del nivel de enseñanza o grado que se trate.

- Para darle cumplimiento a los objetivos: en la unidad de movimientos fundamentales, puede solicitársele a los alumnos variantes de los movimientos conocidos por ellos con el requisito de cumplir con el objetivo

propuesto en la clase. El profesor o los propios alumnos escogerían las propuestas más acertadas o las que más les guste a la mayoría. El profesor siempre tendrá prevista alguna para que no haya baches en la clase en caso de que los alumnos no logren elaborar alguna correcta. En este caso podrían utilizarse *Los métodos de Elaboración conjunta, Exposición problémica*.

- Plantear la solución de tareas, relacionadas con la aplicación de movimientos aislados, complejo de movimientos o combinación de estos, así como reglamentación, en juegos modificados y acciones de grupo que hagan pensar, analizar y seleccionar la mejor respuesta para la solución de la problemática presentada. En esta propuesta se utilizaría el método de *Exposición problémica o Juego didáctico*.

- En las clases de introducción de nuevo contenido, siempre que sea posible, introducirlo en forma de problema para despertar el interés del alumno y propiciar el razonamiento lógico. También puede partirse desde el accionar de los alumnos, sólo con una explicación para que éstos exploren lo que conocen y pueden hacer y de ahí partir a solucionar las problemáticas motoras que se presenten. Con estas dos variantes podemos utilizar *el método de Exposición Problémica, el de Juego didáctico o Competencia Elemental*, atendiendo a las características de los alumnos.

Se deben seleccionar los medios de enseñanza y las formas organizativas que propicien la aplicación de los métodos productivos.

Los juegos por su gran valor biológico y pedagógico constituyen un medio indispensable para la formación de la personalidad de los niños y niñas en estas edades, contribuyen al aumento de la motivación por la práctica, educa el sentido del colectivismo y pone de manifiesto rasgos de la personalidad en condiciones de alta emotividad. Además de ofrecer gran diversidad de movimientos que incitan a los niños a dar su máximo esfuerzo en la práctica, propician la acumulación de experiencias sociales e influyen en el desarrollo físico y mental. (Vigotski, 1983)

Mediante los juegos se aplican y consolidan los movimientos fundamentales y desarrollan grandemente la creatividad motriz. El juego constituye el mundo aparte donde el individuo es capaz de representar excelentemente su rol, interrelacionarse eficazmente consigo mismo y con los que lo rodean, sentir placer y expresar sus más profundos sentimientos y emociones que le permiten realizarse en los diferentes niveles de asimilación para crear.

Niveles de asimilación.

K.Meinel, (1977) plantea tres niveles de asimilación para los movimientos deportivos humanos: reproducción, aplicación y creación, mientras en el campo de la didáctica general otros autores han descrito y caracterizado a los siguientes:

- Familiarización
- Reproducción
- Aplicación
- Creación

Familiarización: En este nivel se adquieren las primeras experiencias en la actividad práctica donde se garantiza la disposición y motivación, así como una respuesta global de la habilidad que se pretende adquirir. Resulta muy importante en este nivel, la representación que de la habilidad pueden hacerse los alumnos.

Reproducción: En este nivel, producto de la repetición se adquieren los rasgos que mayormente caracterizan a la habilidad motriz, la que se puede hacer con modelo o sin él y en condiciones estandarizadas, es decir, en condiciones muy poco variables.

Aplicación: En este nivel se realiza la habilidad motriz en condiciones variables donde la ejecución se caracteriza por una gran estabilidad y eficiencia en los resultados en cuanto a rapidez, seguridad y precisión.

Creación: En este nivel se cumple la tarea motora con habilidades motrices que no han sido ejercitadas con anterioridad para dar solución a la misma de manera exitosa en condiciones variables.

Uno de los aspectos más importante que el profesor debe tener presente en la dirección de las distintas actividades programadas en la unidad con que se está trabajando, con vistas a lograr la ejecución correcta de los diferentes ritmos, es precisamente la utilización adecuada de los diferentes instrumentos de percusión como pueden ser, claves, tambor, panderetas, castañuelas entre otros, o simplemente palmadas.

También en el caso de que las condiciones lo permitan el maestro puede seleccionar la música que se ajuste a los requerimientos de los movimientos previstos. Pues no debe elegir aquella que por sus características (velocidad, ritmo, letra, etc.) no esté acorde con los objetivos propuestos.

Por ejemplo la tarea fundamental de esta unidad en el segundo grado va encaminada al enriquecimiento de los diferentes movimientos y actividades sobre la base de las experiencias adquiridas en el grado anterior

Se debe comenzar primero, consolidando los del grado anterior por lo que es de gran importancia que el maestro domine detalladamente el programa y orientaciones metodológicas de primer grado.

Es necesario también que el profesor conozca el valor de las figuras musicales ej.: **Negra** tiene el valor de un tiempo; **Blanca** tiene valor de dos tiempos, la **Redonda** tiene valor de cuatro tiempos y la **Corchea** tiene valor de medio tiempo por lo que en un tiempo entran dos **Corcheas.**

En cuanto a las **habilidades profesionales pedagógicas** que deben poseer los docentes, para cumplir con éxito cualquier tarea dentro de la educación física, ya que serán los encargados de aplicar, facilitar o multiplicar la propuesta didáctica que se propone, se asumen las estudiadas por la Dra. Hechavarría (2006), que las define como “el conjunto de acciones intelectuales,

practicas y heurísticas, correctamente realizadas desde el punto de vista operativo por el docente de educación física para resolver las tareas de su actividad pedagógica (constructivas, organizativas y comunicativas)".

Las principales habilidades pedagógicas del profesor de Educación Física se resumen en: planificar el trabajo docente, planificar su propia actividad, planificar la actividad programada, organizar la actividad con los niños/as, y habilidades comunicativas para trasmitir la información e implementar la actividad programada además de establecer relaciones afectivas (relación docente-niños/as). En cada una de estas habilidades mencionadas hay una relación de actividades que el docente debe saber realizar para lograr el éxito deseado: **un proceso docente educativo creativo**.

Otro componente del proceso de vital importancia lo constituye la **evaluación.** Esta debe guardar estrecha relación con el cumplimiento de los objetivos y los temas correspondientes, que permita visualizar los logros claves, instrumentarla de forma sencilla, concreta y como una actividad más dentro de la clase. Es importante que el niño/a pueda apreciar los resultados de su acción y la de los demás.

Es preciso resaltar la importancia de la evaluación en cada una de las actividades, pues le permite al profesor una consecuente retroalimentación de cómo transcurre el proceso a fin de reelaborar las estrategias pedagógicas que se aplicarán a continuación y de esta forma darle un carácter cíclico a la propuesta. Esta evaluación no debe estar condicionada por el logro de una meta, sino por el incremento cualitativo de estos resultados.

Durante la realización de las variadas acciones se puede estimular a los niños con frases como: ¡lo lograste!, ¡muy bien!, ¡tu si puedes lograrlo!, ¡Tu sabes hacerlo!, ¡hazlo de una forma diferente!, ¡atrévete!, que entre otras, son tipos de retroalimentación con carácter positivo o neutro. Nunca se emplearán expresiones que reflejen los resultados negativos en la ejecución de diferentes tareas.

El desarrollo de las esferas cognitivas, afectivas y social debe ser evaluado cualitativamente en todas las clases a través del aprendizaje y ejecución de los ejercicios y juegos que se realicen en ellas.

Propuesta de actividades para desarrollar el ritmo, expresión corporal y creatividad.

- Nombre: Los colores:

Desarrollo: Se formarán tres o cuatro equipos, que estarán dispersos en el área en hileras con las manos encima de los hombros del niño anterior. La profesora mostrará por medio de objetos de colores que actividades realizarán según el color mostrado. Ejemplo Azul – caminar al frente en negra; Rojo – caminar atrás en blanca. Blanco – saltar al frente en redonda; Verde – correr al frente en corchea. Todo esto se hará con música o con sonidos percutidos.

Reglas:

- Todas las integrantes del equipo trabajarán a la vez, si no, será penalizado con un punto.
- El equipo que realice una actividad diferente al color mostrado, será penalizado con un punto.
- Gana el equipo que obtenga menos penalizaciones.

Variantes:

a) En este caso se utilizó un estímulo visual, puede utilizarse estímulo auditivo, diciendo el color.
b) Pueden utilizarse otros tipos de ejercicios.

- Nombre: Se busca una pareja:

Desarrollo: Se debe preparar con anterioridad papelitos donde debe decir o un animal, objeto mecánico o personaje, debe imitar la persona, tendrá el cuidado de hacer dos papelitos para cada uno. Se le entregará un papelito a cada niño y se les dirá que lo que dice el papelito debe realizarlo con su cuerpo tratando de buscar su pareja. Los niños se encontrarán dispersos en el área, desplazándose para encontrar su pareja.

Reglas:

- No debe decirse lo que está escrito en el papel.
- Deben realizar el movimiento con su cuerpo para ser identificado por su pareja e ir con ese movimiento en su busca, dándose las manos.
- Gana el dúo que más rápido encuentre su pareja.

➢ Nombre: Busca el Objeto

Desarrollo: Se dispersa en toda el área, objetos de diferente naturaleza e implementos variados. A cada equipo se le da la tarea de encontrar un objeto determinado, los equipos pueden estar formados por tres, cuatro o cinco alumnos, todos tendrán un pañuelo en los ojos, utilizando el movimiento natural gatear, se desplazarán por el área tratando de coger la mayor cantidad de objetos que se les indicó, mientras que dure la música. Cuando esta termine se contarán la cantidad de objetos a cada equipo.

Reglas:

- Todos los alumnos tendrán los ojos cerrados.
- Sólo se contará el objeto que se le indicó a cada equipo.
- A cada equipo se le indicará un objeto diferente.
- Podrán coger los objetos mientras dure la música.
- Gana el equipo que más objetos pudieron coleccionar sus integrantes.

Variantes:

a) Puede realizarse con otro movimiento natural.
b) Puede plantearse un paso fundamental de desplazamiento.
c) Puede indicarse que cuando coja el objeto debe realizar un movimiento con el mismo.
d) Después de coger cada equipo su objeto puede indicarse que realicen una combinación todas con el mismo.

➢ Sentados en parejas, uno frente a otro en silencio, una de la pareja realizará un gesto con la cara, que será imitado por su compañero. Intercambiándose la actividad. Cada vez que se realice no se puede repetir el mismo gesto, insistir que sólo se realizará con la cara.

Variantes:

a) Puede incluirse una música y que el gesto de la cara exprese lo que trasmite la misma.
b) Puede hacerse una narración y los gestos de la cara expresen lo narrado.

- Con una música determinada, utilizando las acciones básicas las alumnas realizarán una combinación de las mismas.

Variantes:

a) Se le indicará que deben unir dos o tres acciones básicas. Utilizando diferentes niveles y direcciones.
b) Se le indicará que deben utilizar la mayor cantidad de acciones básicas. Utilizando diferentes niveles y direcciones.
c) Se realizará en parejas o tríos, realizando diferentes diseños espaciales. (Rectas y Curvas)

- Se formarán filas de a 3 ó 4 gimnastas, cada una de ellas deberá representar una figura (imitación de un animal, de un objeto mecánico, de un personaje) que indique la profesora y por medio del ritmo que indique la misma o de la música, cada integrante realizará la actividad agregándole movimientos de desplazamiento.

- Todas las niñas en un extremo de la sala, avanzarán al frente siguiendo el ritmo de la melodía; cuando la profesora baje el volumen, las niñas cantarán la parte de la canción que falte y no se moverán del lugar hasta que se vuelva a poner la música.

Variantes:

a) Palmear la canción según el ritmo en la parte que se baje el volumen.
b) Indicar que realicen un movimiento de desplazamiento según pegue con la canción, cada alumna lo determina.

- Todas con su cuerda, se marcará una zona de salida y otra al final de descanso, con un ritmo determinado por la profesora las alumnas saltarán la cuerda en el lugar y con otro ritmo es para desplazarse hacia esa zona de descanso, la alumna que se equivoque de actividad respecto al ritmo o que

no lleve el ritmo adecuado, regresa para la zona de salida, la que llegue a la zona de descanso espera por el resto de sus compañeras.

Variantes:

a) Cambiar de ritmo según actividad, o sea el ritmo con que se saltaba ahora será desplazarse y viceversa.
b) A esa misma combinación se le puede agregar otro ritmo con otra actividad.
c) Puede pedírsele a las alumnas de qué otra forma podemos trasladarnos con la cuerda. Así darán varias opciones y realizarlas.

- Todas las alumnas tendrán una botella plástica de refresco vacía en cada mano, dentro de las mismas se colocarán algunas piedras pequeñitas, cada alumna hará golpear una contra la otra, llevando un ritmo de terminado.

Variantes:

a) Con ese mismo ritmo se desplazarán por el área.
b) Se le indicará a las niñas: Con qué otro ritmo nos podemos desplazar, o de que otra forma nos podemos desplazar. Las niñas podrán elegir otros ritmos puestos por ellas y otras formas de desplazamiento (pasos, saltos).
c) Se le puede poner una música determinada y las niñas llevarán el ritmo de dicha melodía, primeramente en el lugar y luego combinando con movimientos de desplazamientos, movimientos naturales, pasos fundamentales o bailes.
d) Formadas en parejas, puede ser dispersas en el área o en dos filas, una alumna ejecuta una combinación con diferentes ritmos, la segunda tratará de imitar lo que hizo su compañera, luego esta hará la suya y su compañera la realizará, así sucesivamente.

Consideraciones finales.

Lo tratado hasta aquí es sólo una arista de las múltiples que tiene el problema, pero en conclusión es necesario comentar, la coincidencia de criterios con varios autores de que los constantes y acelerados cambios que experimenta la sociedad, demanda una preparación individualizada que permita resolver la diversidad de situaciones que se presentan. La formación tradicional del

alumnado sustentado en situaciones estereotipadas ha dejado paso a una pedagogía de la creatividad, sin la cual sería imposible adaptarnos a las exigencias de la sociedad y de cada persona. A su vez, la sociedad espera algo más que una imitación: **un enriquecimiento,** pues como expresa R. Marín **"¡El futuro no puede ser objeto de resignada contemplación; el futuro hay que crearlo!"** y eso nos compete a todos.

Bibliografía:

1. Fernández, J. y Cenizo, J: Instrumento para evaluar la creatividad motriz del *alumnado de educación física en primaria*. En: Efedeportes, 2004.
2. González, M del C. y Martínez, M.: *Lógica, pensamiento creador y proceso de enseñanza-aprendizaje. Interconexiones*. (soporte magnético)
3. Guanche, A: *Otros momentos del proceso de enseñanza-aprendizaje que propician la creatividad*. (soporte magnético) (s/f).
4. _____: *Pedagogía para el desarrollo*. Monografía (soporte magnético) (s/f)
5. López, O: *Enseñar a ser creativo*. V Congreso Internacional Virtual de educación. 7-27 de Febrero. Universidad de Murcia, 2005.
6. Martínez Llantada, M : *En torno a la creatividad y su desarrollo.* Folleto editado por IPLAC, página 25
7. Morales, A. M : Creatividad. En: Congreso Pedagogía 2007. Curso post-congreso. ISCF “Manuel Fajardo”. Ciudad de La Habana, 2007.
8. _____ (2008). *Creatividad Pedagógica Profesional*. Conferencia Magistral. Forum Científico Técnico. SUM. Cerro. Ciudad de La Habana,2008.
9. Morales, A. M. y N de la Paz:: *La creatividad en el currículo de Educación Física escolar en Cuba: un apremiante reclamo formativo En: Congreso* Pedagogía 2009 Palacio de las Convenciones. Ciudad de La Habana, 2009.

AFIDE 2015

La Habana. Cuba.

Curso Pre congreso.

Título .El masaje deportivos y su vital importancia en los deportivos en el siglo en el siglo XXI

Coordinador. Msc. Domingo Román Vega Alfonso.

Colaboradores. Lic. Aniet Cyntia Pileta Gracias

Introducción.

Históricamente el masaje era un medio fisioterapéutico que podríamos calificar que podríamos calificar de remoto, tal vez de los más primitivos .Son varias las referencias que tenemos de China, (emperador Amarillo), India, Hititas y Egipcios. No obstante las primeras referencias hay que buscarlas en Hipócrates (hace más de 2500anos) el cuál ya utilizaba diversas formas de friccionar untar y apretar los tejidos con fines terapéuticos .Posteriormente Galeno en Roma (130-201), donde trato de clasificarlo. Desde aquellas épocas epopéyicas a nuestros días es mucho el camino que se ha recorrido en estas técnicas. Actualmente es ampliamente utilizado en todo el mundo del deporte como previo a la competición y al finalizar ésta para relajarlo.

Un entrenamiento deportivo bien concebido de cualquier atleta y para cualquier deporte debe incluir el masaje como parte del mismo.

Los técnicos deportivos , entrenadores, monitores y masajistas deben saber y conocer perfectamente el uso y utilidad del masaje para acondicionar , prevenir lesiones , relajar, o estimular la musculatura del deportista e incluso psíquicamente.

Las técnicas del masaje deportivo serán diversas, dependiendo en gran parte del momento de aplicación, del deporte, el atleta, y en cierto modo de la escuela y conocimientos del técnico que lo aplica.

El masaje deportivo de esta forma, al igual que cualquier otro tipo de masaje, correctamente aplicado va a dar origen a una s respuestas mecánicas, fisiológicas , reflejas y psicológicas .

En sus principios predominaban tres escuelas y modalidades de masaje en el mundo Occidental.El masaje Sueco. , fuerte vigoroso y profundo. El masaje francés más suave

y lento y superficial, y el masaje Alemán vigoroso e intenso y asociado habitualmente a técnicas hidroterápicas previas o posteriores.

En la actualidad el masaje se utiliza de forma holística , con diferentes métodos , procedimientos , y estilos de ambas culturas (.La cultura oriental y la cultura occidentental). El objetivo fundamental del masaje deportivo es preparar al atleta para la competición, eliminar las lesiones, lograr buenos resultados deportivos y preservar la salud.

Objetivo

Temas y contenidos.

1-El masaje deportivo, Conceptos. Breve reseña histórica .Manipulaciones fundamentales.

2-El masaje indicado en la actividad deportiva

3-El masaje en el Futbol

1-Concepto de masaje deportivo

Lo que se requiere para un masaje eficaz.

Tener prisa o impaciencia.

La violencia aumenta el dolor

Contactos bruscos.

Manos frías y uñas largas.

Interrupciones bruscas.

Provocar desconfort.

Aumentar el dolor o la contractura.

Lo que se requiere para un buen masaje.

Por parte del medico.

Diagnosticar correctamente

Indicación oportuna.

Indicación en la zona aplicada.

Por parte del terapeuta o masajista

Preparación adecuada. Conocer anatomía

Experiencia en el masaje

Ciertas dotes psicología

Aplicar distintas maniobras

Limpieza escrupulosa

Por parte del deportista.

Relajación, entrega, fe en el tratamiento.

Por parte del medio ambiente

Que sea grato y confortable ,con una temperatura óptima.

El masaje indicado en la actividad deportiva

a- El masaje de calentamiento (previo a la competición)

A fin de calentar .los músculos y aclimatar al organismo, mejorar la oxigenación muscular, plastificar músculos y flexibilizar las articulaciones

Ideal mente debe abarcar dos tipos de masaje

-General .Con masaje superficial lento y sostenido sobre toda la musculatura del organismo.
-Analítico. Sobre los músculos que más participen en la competición .que más se fatiguen y desgastes van a sufrir. El masaje será a mayor ritmo, con más profundidad.
-Tener `presente que .La masoterapia en este apartado es fundamentalmente una técnica de calentamiento estimulante y flexibilizante a la vez que prepara el músculo y el aparato locomotor en general.

B-Masaje a lo largo de la competición.
Se aplica este masaje como.
-analiésico (antes contusiones, pequeñas roturas)
-Antiespasmódico (Calambres).
El masaje a lo largo de la competición lo puedo indicar en dos tipos de ocasiones o circunstancias distintas
-Como calmante o analgésico.
-Como analgésico psicológico.
El primero se ejecuta al surgir cualquier tipo de golpes, contusiones, pequeños hematomas, contracturas, roturas mínimas, en las que surge una zona dolorosa o se palpa un punto hiperálgico
El segundo tipo ,al que llamamos analgésico-psicológico es aquel que se aplica después de suministrar abundante agua o un spray frío .Se realiza en forma rápidos y enérgicos palmoteos , fricciones y amasamientos .Su eficacia analgésica suele ser mediana o nula ,per el deportista en el primer término se siente asistido y aliviado psicológicamente ,en un segundo plano su pretensión táctica de perder tiempo de competición y descansar unos minutos sobre el terreno de la competición se ha cumplido.
Para que el masaje sea eficiente se debe realizar presiones lentas, amasamientos profundos, centrípetos y digito presiones

C-Masaje en el descanso de la competición.
Se utiliza con el objetivo de
-descargar
-Analgésico. Complementar con digito presiones.

Técnicas del masaje deportivo en el descanso de la competición.
Abarca tres aspectos fundamentales
1-Tratar las contusiones, distensiones, contracturas, hematomas, y otras pequeñas lesiones que van surgiendo en la competición.
2-Descargar músculos y grupos musculares fatigados, a fin de eliminar el contenido de deshecho y mejorar su aporte sanguíneo, retardar la

fatiga, recuperar su poder contráctil, evitar la aparición de mialgias o calambres. Para lo que se utilizan técnicas de masaje linfático y del masaje de retorno venoso.
3-Ejercitar estiramientos .El Stretchingen medio y después del esfuerzo muscular, realizado correcta mente mantiene el calor, la elasticidad y alivia el dolor.

D-Masaje Post-competición.
El más importante es la descarga muscular, aunque no olvidar el sedativo y relajante,
Técnica de masaje post-competición.
El término de la competición es un momento importante, en especial si se ha obtenido la ansiada victoria. También para los que nos preocupamos por la salud del deportista. Es importante a fin de llegar a los siguientes objetivos.
-Ante un músculo que está hipertónico. Está indicado el masaje relajante muscular, masaje para eliminar la fatiga muscular, eliminar detritus (desintoxicante), ácido láctico y favorecer el aporte sanguíneo e intercambio que establecen el metabolismo habitual.
-Es conveniente tratar los calambres, que hayan surgido durante la competición, así como agujetas o mialgias por exceso o descostumbramiento, contusiones tumefacciones postraumáticas y pequeñas heridas
En el caso la pauta a seguir será. Previo baño o ducha , aplicación de frío en las zonas contusionadas para iniciar a continuación el masaje con maniobras lentas y profundas ,algunos amasamientos y fundamentalmente maniobras de drenaje linfático y venoso.
Terminar siempre tratando los músculos del raquis lumbar, cervical, que también han participado en la competición, aunque no tan activa, con roces, pinzas rodantes, .Amasar además glúteos, trapecios.
Unas medidas importantes, que suelen omitirse son.
-El enfriamiento debe ser progresivo, gradual, (decreciente) igual que fue el calentamiento.
-Protectores térmicos en mialgias y contusiones, que estabilizan y protegen, y preservan el calor necesario.
-Ideal sería. Descanso en régimen de concentración
-Líquidos abundantes con electrolitos (bebidas isotónicas)
-En caso necesario aplicación de un Taping de calle en los pequeños esquinces y contusiones musculares.
-Vigilancia y medidas higiénicas (Limpieza en general)
Es importante reducir el tiempo de recuperación del musculo después del entrenamiento o competición, con mira de evitar fallos y la lesión muscular en el siguiente esfuerzo.

E-Masaje intersemanal. (O intercompetición, o del entrenamiento).
Es un masaje analiésico (ante contusiones, pequeñas roturas) y antiespasmódico (calambres), pero de corta duración.
Técnica de masaje de entrenamiento (o intersemanal)
El entrenamiento de un deportista supone cuatro etapa o fases. Física, psíquica, técnica y táctica.
El masaje forma parte importante para las dos primeras fases .Esta faceta se desarrolla y perfecciona a lo largo de la semana.
El masaje previo o intercalado al calentamiento activo y estiramiento es obligatorio y no debe omitirse en ningún caso.
Se aplica según las preferencias del atleta, masajista, medico o entrenador, bien antes de iniciar el esfuerzo o antes o después de la sesión de baño. Como complemento debe tratar puntos o zonas dolorosas, contusiones, hematomas, cicatrices, o lesiones de competición anterior.

F- Masaje Deportivo de acondicionamiento (o del día anterior)
-Comprende como paso previo baño o ducha.
-Las secuencias básicas serán Fricciones y amasamientos
-Siempre se aplicara después o antes del Stretching
-Manipulaciones flexibles de las articulaciones.
-Masaje reflexógenos.
-Y al finalizar una hora de descanso y relajación.

Técnica del masaje deportivo de acondicionamiento,

Este masaje suele ser mixto.
De acondicionamiento muscular
Relajante muscular y psíquico.
En esta ocasión se debe aplicar otro tipo de masaje más completo distinto al lesional y al de descarga
Es el masaje posterior al último entrenamiento y antes de la próxima competición. Aquí no solo se está tratando el músculo de trabajo, sino también músculos de tensión o de estrés (pre competición),con deslizamientos presiones suaves ,digito presión en el raquis ,la nuca y el cuello
Se puede combinar masajes con estiramientos pasivos y movilizaciones articulares y musculares

H-Masaje deportivo como complemento de un programa de rehabilitación.

Aquí el masaje no es una técnica fisioterapeuta, sino forma parte de un programa de rehabilitación, fisioteterapia, medios ortésicos , ayuda , estabilizadores, etc.

Técnica de masaje Deportivo como parte de un programa de rehabilitación.
-El masaje se engloba e integra un amplio programa, con medios fisioterapéuticos.
-Se lleva acabo en un centro de rehabilitación.
-Los objetivos son más globalizados
Sedación del dolor.
Recuperar la movilidad articular
Recuperar totalmente la musculatura, amiotrofica por deshuso.
Recuperar la coordinación, fuerza, y potencia para la reintegración al deporte
Apoyo psicológico para el deportista

G-Masaje tras retirada de apósito o lesiones leves(durante la baja deportiva)
A fin de mantener el trofismo muscular adecuado.
-Asociarlo a movilizaciones y flexibilización articular.

Técnica de masaje deportivo postretirada de inmovilizaciones, yeso, Taping.

En primer lugar un masaje de limpieza y tonificante de la dermis, que a la vez estimulan la circulación.
-Está indicado posteriormente siempre como analgésico, como paso previo a la movilización articular y como paso previo a la potenciación muscular.
-Requiere habitualmente la aplicación técnica de calor (preferentemente) o frío (excepcionalmente)
-Se aplica el masaje Perióstico de Voglar (presión de actuación directa refleja)
-Fricción Transversa profunda de Cyriax
-Digito presión y masaje Shiatsu

I-Masaje Deportivo Precompetitivo
Es el masaje de preparación a la competencia y ultimo paso previo a la misma
-Fiebres de pre arranque
-Apatías.

3- El masaje en el Futbol.

El masaje dentro del mundo del fútbol, presenta una serie de características muy peculiares, que ha tenido y continua teniendo una importancia y una mitificación que en parte considero desmedida.
Normas de aplicación del masaje deportivo dentro del mundo del fútbol.--.
a-Masaje de Drenaje. Este tipo de masaje suele darse el viernes anterior a la competición (Cuando ésta se realiza el domingo). Suele aplicarse el día clásico que en el fútbol se denomina baño y masaje.
Consiste en drenar y eliminar todos los productos tóxicos acumulados en el músculo a lo largo de toda la semana durante los entrenamientos
Antes de realizar el masaje es conveniente la aplicación de una sesión de baño a una temperatura que oscilará entre los 33 -40 grado, durante un periodo de tiempo no superior a los 15 minutos
A continuación , se aplicará el masaje , dirigido fundamentalmente a las extremidades inferiores , con una duración máxima de 15 a 20 minutos, tiempo suficiente para producir el efecto deseado , como es la eliminación de los productos metabólicos de desechos ,ácido láctico ,ácido úrico, etc. A la vez que una buena relajación muscular
-El día después del partido de competición y solamente aquellos jugadores que por circunstancias especiales, como sobre cargas musculares en zonas determinadas, dolor de espalda, etc. Lo soliciten
Este tipo de masaje, no debe durar más de diez o quince minutos., e ira dirigido solo a la zona solicitada.

2-Masaje Precompetitivo.
La misión que tiene este tipo de, masaje no es otra que la de preparar al futbolista para realizar el calentamiento precompetitivo,
Este tipo de masaje no sirve para calentar el músculo, sino simplemente para preparar al músculo para realizar el precalentamiento previo a la competición
Debe de ser un masaje rápido , vigoroso ,a base de amasamientos y fricciones ,y corto ,ya que no debe pasar de los tres o cuatro minutos..
Con este masaje se consigue una estimulación a la musculatura fundamentalmente de los miembros inferiores que son los que van a desempeñar un trabajo más específico en el desarrollo de un partido de fútbol.

3-Masaje terapéutico
El masaje terapéutico constituye una de las terapias más importantes dentro del campo de la rehabilitación deportiva.

Hemos podido comprobar la gran diferencia que existe en la evolución de patologías análogas, tratadas con un protocolo de tratamiento con o sin masoterapia.
En la actualidad, los profesionales de la rehabilitación se están percatando de este hecho evidente. Sin embargo , no menos evidente es que durante muchos años e incluso todavía muchos profesionales de la rehabilitación delegan el masaje en personal auxiliar ,por no considerarlo como un elemento de sus funciones.
Ni que decir tiene , que el masaje terapéutico difiere considerablemente del masaje deportivo , y que la aplicación de diferentes técnicas de masoterapia , exigen un gran conocimiento tanto sus técnicas de cómo de la anatomía descriptiva y funcional.

Bibliografía.

1-Toru.Namikoshi. Tratado completo de terapia Shiatsu. Editorial EDAF, s .a (1981).

2-Fundación Europea de medicina alternativa (2009).Shiatsu. Acceso en Infomed. http://www.naturamedicapro.com.

3- Vega Domingo, Pérez Sierra, Isbel y Nubia Pitaluya Pérez (2007). Estudio acerca de la influencia del masaje Shiatsu y deportivo en el restablecimiento del organismo que permite mejorar el rendimiento deportivo en pilotos de karting.
4- Jesús Vázquez. Medicina deportiva en el futbol. Editorial Madrid (1998).

5- José A. Díaz. La digito puntura aplicadas a las lesiones más frecuente en los deportistas Editorial Deporte (2010).

6-Yelaine Báez Castro, Domingo Vega (2011) Propuesta de técnicas manipulativas osteopatías del centro provincial Medicina Deportiva para habilitar Lesiones en la columna vertebral.

7-D omingo Vega, Anniet Cyntia (2015) Influencia del masaje Tuina en los síntomas de la ciatalgia en pacientes que existen al CAFS. UCCFD Manuel Fajardo.

8 Domingo Vega,-Oscar Pardo López (2014) Influencia de los ejercicios físicos terapéuticos Isotónicos e Isométricos en atletas de tiro con arcos de la EIDE Mártires de Barbados que presentan Escoliosis de primer grado.

9- Edward D. J. Shahady, Michel J. Petrizzi. Medicina Deportiva para entrenadores, preparadores y monitores. Editorial.

10-Ahonen, Jarmo, et al. Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física. Paidotribo.

11-Wilson Piloto, Roberto Nicolás (2000) Masaje Terapéutico en las casos de traumas y Enfermedades del aparato locomotor. Ciudad de la Habana. Indre. 36p

12-Rivero Fernández Ana Elisa (2006) Folleto de clases prácticas de masaje. Ciudad de La Habana, ISCF ¨Manuel Fajardo¨. 36p

13-Makarov V. A (1987) Masaje Deportivo. La Habana. Editorial Pueblo y Educación, 173p.

14-Biriukov Andrecwcz, Anatolik (1993) Masaje Deportivo. Barcelona .Editorial Paidotribo. 291p.

15-Bravo Acosta Tania (2004) Diagnostico y rehabilitación de enfermedades Ortopédica Capitulo 8 Cervicalgia. ECIMED. La Habana.

16- Johuari Aráis (1996) El masaje Indio, técnicas tradicionales basadas en el ayurveda (Barcelona) Editorial Kairos. 80p.

17-Drenaje Linfático Manuel(S.P) disponible en http://www.naturamedic.com. Consultado el 28 de febrero del 2007.
18-Drenaje Linfático Manual(S.P) disponible en http://www.naturamedicin.com consultado el 28 de febrero del 2007.

19-A. Biriukov. Masaje Deportivo .Editorial Paidotribo.

20-F.P.Carro Tratado de Masaje Terapéutico ,deportivo y de belleza .Distribuidora del Norte.Lugo

L.Chaitow. Terapia Manual. Valoración y diagnóstico, Mg Graw Hill Interamericana.

21-G. Downing, El Libro del Masaje Ed.Pomaire.

22-A. Montagu. El sentido del tacto.Ed Aguilar.

23-J.Ylieneny y M.Cash.Masaje Deportivo, Hispano Europa .Ed. Paidotribo.

24-Rodriguez Rojas, A Masajes y manipulaciones. Ed Librería Marid.

“LA PROGRAMACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO CON HERRAMIENTAS DE AVANZADA.”

Profesor.- Dr. C. José Manel Vela

Centro de entrenamiento de alto rendimiento de Barcelona, España

Objetivo del curso:
Los participantes conocerán un modelo innovador de procedimientos informáticos, para preparar su programación de entrenamiento, con herramientas diseñadas en MS Excel©.

Este curso será teórico-práctico, en el que utilizaremos el programa MS Excel© para programar el entrenamiento deportivo.

Los participantes podrán también traer sus ordenadores portátiles, en los que deberán tener instalado el programa MS Excel© 2007 o superior, para realizar ejercicios prácticos e interactivos.

Estarán disponibles para copiar en el CIDC las herramientas con las que programaremos el entrenamiento (más de 100 Mb de herramientas, imágenes de ejercicios físicos, vídeos, etc …).

Temario del curso:

1) CONOCIMIENTOS BÁSICOS DE EXCEL
1.1.- Crear y copiar fórmulas para el cálculo de las cargas de entrenamiento.
1.2.- El ESCRITORIO DEL ENTRENADOR, facilitará la gestión de sus herramientas informáticas.

2) LAS TABLAS Y BASES DE DATOS
2.1.- Diseño y Gestión de: Tablas, Listas, Bases de datos (BD), Formularios e Informes
2.2.- Extracción de la información de una tabla o BD.
2.3.- Diseño de un sistema integrado para gestionar la BD de entrenamientos
2.4.- Las Tablas Dinámicas, como gestoras de la información de las BD

3) HERRAMIENTAS PARA EL CONTROL Y DIRECCIÓN DEL ENTRENAMIENTO
3.1.- Herramientas básicas para preparar los entrenamientos:
- BD de programación de sesiones (contenidos de la sesión)
- BD de ejercicios físico-técnicos (Descripción de los ejercicios y sus imágenes)
- Librerías de ejercicios (Imágenes y vídeos)
3.2 Otras herramientas:
- Hojas de control del entrenamiento
- Hojas de programación: Planning temporada, Microciclo, Sesiones …
- Formulario de controles físicos y técnicos
- Formularios de programación:
  > Rutinas de entrenamientos físicos (condición física)
  > Rutinas de entrenamiento físico (técnico y táctico)

Título: Deporte, nutrición y salud. Aspectos socioculturales

Autor: Dr. C. Raúl Rojas Soriano, raulrojassoriano@gmail.com. Profesor Titular

País: México

Resumen

En una investigación original con pruebas de análisis de laboratorio y gabinete realizadas en mi organismo, como atleta de alta resistencia.

Título: Tiempo libre, actividad físico-deportiva y estilos de vida saludables.

Autor: Dr. C. Aldo Pérez Sánchez. Profesor Titular

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Físisc y el Deporte ¨Manuel Fajardo¨

País: Cuba

Introducción

Existe en el acervo cultural contemporáneo todo un arsenal de herramientas conceptuales y metodológicas para la comprensión teórica de los fenómenos sociales. Ello obliga, por una parte, a ampliar los análisis tradicionales en términos de ideología y conciencia de los mecanismos sociales y, por otra, a reinterpretar (dándole cabida a los mencionados ámbitos o dimensiones sociales) las tradicionales conceptualizaciones. Tal dirección de trabajo es nuestro propósito en el análisis de los constructos sociales que nos ocupan.

Consideramos imprescindible comenzar el análisis partiendo del hecho de que tiempo libre, actividad físico-deportiva, calidad y estilos de vida son un conjunto de categorías socioeconómicas muy utilizadas actualmente en las ciencias humanas, las cuales son abordadas, tal y como sucede con todo lo concerniente a la vida de ser humano, desde diferentes posiciones, tanto ideológicas como metodológicas. Esta valoración conceptual la realizaremos en una primera parte, desde las más significativas corrientes sociopsicológicas. Pero, tal como hemos visto anteriormente, una posición muy importante en la actualidad, sobre todo referente a la calidad y los estilos de vida, es distinguirlas como partes de un proceso que las relaciona con la salud y el bienestar humano, como productos (Corbin et al., 2000). Este enfoque conduce a la particularización de estos constructos en un ámbito específico que trataremos en su relación con la actividad físico-deportiva.

El tiempo libre campo de desarrollo humano

En nuestros días, la revolución científico-técnica y sus consecuencias en el orden social, producen modificaciones sustanciales en el ritmo de vida del hombre contemporáneo. Los avances de la tecnología, implican un singular progreso en la

sociedad actual, observándose también importantes transformaciones en la actitud del hombre frente al trabajo y la vida en general. A lo anterior tenemos que sumar el hecho de que la manufactura sucumbe ante la producción masiva, se facilitan los procesos de comunicación a distancia y se masifican los gustos a partir de unos medios de comunicación todopoderosos (Toffler, 1980), produciéndose un proceso -de forma general y global- en el que la creatividad individual queda supeditada a esquemas rutinarios apareciendo un tiempo libre que, en su relación conceptual y de contenido, guarda muy poca conexión con el tiempo de trabajo en la mayoría de los casos.

Una propuesta actual, quizás la que más aprobación posee hoy en la actualidad, es la que conceptualiza al ocio/tiempo libre como campo de desarrollo humano o más concretamente conocida como ocio humanista (Cuenca, 1995, p.25). Si consideramos al ocio como un nuevo valor social puede decirse que éste ha de ser visto como un nuevo derecho social a disponer de un tiempo en el que el fin es la satisfacción de uno mismo. Siguiendo a Cuenca, se puede entender el ocio en este sentido como un "*un ámbito de experiencia humana determinado por la actitud con la que se lleva a cabo una acción"*.

Asumir el tratamiento humanista del ocio en estos tiempos, en que se consignan indicadores macroeconómicos para reivindicar políticas de estado, requiere, tal como ha expresado la UNESCO (2015,p. 15): "*que el desarrollo humano se refiera a las personas y no a los objetos*", por lo que el mejor proceso de desarrollo será aquel que permita elevar más la calidad de vida de las personas, donde ésta dependa de la posibilidad de los seres humanos de satisfacer más adecuadamente sus necesidades (Pérez Sánchez, 2010).

Actividad físico-deportiva, calidad de vida y estilos de vida saludables.

A pesar de existir consenso de que la actividad físico-deportiva es la práctica corporal que posee intencionalidad marcada, no deja de ser un fenómeno social complejo, muy difícil de delimitar, tanto en lo que al ámbito de su práctica se refiere, como en lo relativo a su precisa conceptualización. Generalmente, las consideraciones que resultan válidas aplicadas a determinados ámbitos de la práctica deportiva no resultan aplicables a otras (Vera Guardia, 2002). Así es que,

en la actualidad, esta no se configura, como un fenómeno unitario, sino más bien como un conjunto diverso de manifestaciones sociales.

No obstante, para que ello pueda ser así, dado que la sociedad en la que vivimos nos influye, nos determina la forma de ver a otras personas y a nosotros mismos. Es preciso que el acercamiento de los ciudadanos al ámbito de la práctica físico-deportiva, como rendimiento, así como, recreación y salud, incorpore un espíritu social amplio, a cuyo desarrollo deben contribuir los agentes institucionales con capacidad de influencia en la población. Destacamos especialmente, que el deporte recreativo contribuye a la realización personal, mejora de la salud y calidad de vida en segmentos amplios y diversos de la población; lo que no impide que el deporte espectáculo continúe desarrollándose y atrayendo una mayor atención social, económica y política (García Ferrando et al., 2014)

Hablar de calidad de vida se puede hacer entre otros, desde puntos de vista económicos (ingreso, consumo,...), ambientales (calidad del aire, agua,…), tecnológicos (condiciones laborales, vivienda, tráfico,…), sociológicos (familiares, hábitos alimentarios, ejercicio físico,..), biomédicos (salud, asistencia sanitaria, herencia fisiológica,…), o psicológicos (salud mental, sensación de bienestar, estrés,…). En cualquier caso, definir que se entiende por calidad de vida no es ni mucho menos, una tarea fácil. Y no lo es porque el concepto calidad de vida, como cualquier otro referido a una actividad práctica social, es por naturaleza un concepto polémico, distintivamente elaborado, en virtud de las diferentes disciplinas científicas o desde las distintas perspectivas teóricas y prácticas que afirman distintos valores y defienden variados y contrapuestos intereses. Tal como dice Martínez del Castillo (1998, p. 1) "*nos encontramos en presencia de un concepto abierto, relativo y subjetivo*".

Podemos distinguir que el concepto de calidad de vida surge a partir de la crítica a los enfoques economicistas centrados casi exclusivamente en el bienestar material de las sociedades, dejando de lado los componentes subjetivos y sociológicos relacionados con el bienestar integral de las personas en su diversidad.

Durante los años 80 el término calidad de vida se adoptó como concepto sensibilizador que podía ofrecer a los profesionales de distintas disciplinas un lenguaje común y guiar las prácticas de los servicios humanos, más orientados ahora hacia la persona, su autodeterminación y el logro de una mayor satisfacción con su vida.

A lo largo de los 90, las preocupaciones en torno a su conceptualización y evaluación tuvieron un mayor carácter metodológico. Superadas estas inquietudes, el siglo XXI se presenta como aquél en el que el término no sólo teñirá las intenciones y acciones de individuos que gozan cada vez de mayores posibilidades de elección y decisión y optan por una vida de mayor calidad, sino también las de los servicios humanos en general, que se verán obligados a adoptar técnicas de mejora de sus procedimientos, en la medida que existirá un grupo de evaluadores que analizará sus resultados desde criterios de excelencia (Alguacil, 2000).

Partiendo del análisis que realiza Ruiz Juan (2000, p. 92-94) sobre este constructo social podemos caracterizarlo como:

- ✓ Concepto abierto, en continua evolución, cargado de gran relatividad y subjetividad.
- ✓ Poseedor de un alto grado de pluralidad y polisemia.
- ✓ Elevada dependencia del entorno social.
- ✓ Válido y específico para cada grupo y clase social de pertenencia y/o referencia.

En conclusión, la calidad de vida, como concepto subjetivo, está relacionada con la percepción que tienen las personas de su vida, en el sentido de si se sienten realizadas con sus expectativas y proyectos. A su vez, es una categoría que se puede desglosar en niveles de particularidad hasta llegar a su expresión singular en el individuo. Postura coincidente con la Organización Mundial de la Salud (1947/1998, p. 2) que la definió como "*la percepción del individuo de su posición en la vida en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los cuales vive, considerando sus objetivos, expectativas, hábitos y preocupaciones*".

Uno de los aspectos que condiciona la calidad de vida viene dado por el estilo de vida que llevan las personas (Guillén et al., 1997), siendo este otro constructo muy importante para nosotros. Trataremos de comenzar estableciendo que es un concepto relativamente reciente en la sociología y está estrechamente relacionado con el modo de vida ya que tanto uno como otro concepto han sido objeto de amplios debates desde hace más de dos décadas entre científicos de diversas áreas del conocimiento.

Estrechamente unido a la salud, con una relación causa-efecto directa, nos encontramos con el concepto de estilo de vida, como un término subjetivo que aglutina diferentes dimensiones. Ambas definiciones aparecen asociadas a las conductas, comportamientos y hábitos frecuentes en la vida de las personas, siendo el deseo de tener salud una de las aspiraciones más demandados por el ser humano, tal y como revelan los resultados de grandes encuestas sociológicas efectuadas (García Ferrando, 1990, 2001, 2011 PAMS, 2002; Ruiz Juan y García Montes, 2005).

Ahora bien, es una realidad que nuestra vida se encuentra constantemente bajo la influencia de riesgos y circunstancias que pueden poner en peligro nuestro estado de bienestar general. Así, al remitirnos al modelo más consensuado en la actualidad o paradigma orientado a la actividad física, vemos como la salud y el bienestar, a través de la actividad física, se encuentra influenciada por determinados factores, entre los que destacan las condiciones genéticas hereditarias, el ambiente bioecológico y psicosocial donde están inmersos los individuos, el cuidado diario para la salud que posee la persona los estilos de vida (Bouchard y Shepard, 1994; Welk y Blair, 2000).

En esta línea de ideas, ya desde la década del 70, el Informe Lalonde (1974) puso a la luz la relación entre estos factores y la importancia de cada uno para el estado de salud y bienestar. Más cerca en el tiempo, Petlenko y Davidenko (1998) indican como resultado de sus estudios una cuantificación aproximada de la influencia en la salud de diversos factores, bastante coincidente con aquella:

- ✓ ***El medio ambiente.*** Formado por las características del entorno microsocial en que se desenvuelve el individuo (vivienda, familia, escuela,

etc.), los factores macrosociales, que influyen directamente sobre los anteriores (el sistema social, la cultura predominante, los medios de comunicación, etc.) y el medio físico geográfico, un 20-25%.

- ✓ ***Los factores genéticos***. Que constituyen las características biológicas individuales heredadas de los padres, un 15-20%.
- ✓ ***El sistema de atención sanitaria.*** Lo constituye la medicina preventiva yestámuy relacionado con la acción social, la calidad de atención sanitaria y el cuidado personal, un 10%.
- ✓ ***Los estilos de vida.*** que consideran influye un 50%. Para Lopategui (1997) este factor determina un 53% del bienestar del individuo, en lo cual coinciden Matsudo y Matsudo (2000), considerándolo el de mayor importancia. A este último factor, que constituye un contenido determinante en nuestra investigación dedicaremos un análisis más amplio, lo que nos permitirá ubicarnos en el significado que posee para la salud y el bienestar.

Los estilos de vida cada vez son menos transmitidos, como sucedía con los modos de vida propios en épocas anteriores. Al contrario, son adoptados como consecuencia de las prácticas vitales que se hacen consistentes, relativas a los distintos aspectos de la vida cotidiana. La novedad estriba en que es precisamente este ámbito de la vida corriente el que se ha transformado, de manera que las elecciones acerca de los elementos aparentemente más insignificantes *"son decisiones referentes no sólo a cómo actuar, sino a quién ser"* (Giddens, 2015).

Lograr un óptimo bienestar en todas las dimensiones de la salud, depende mucho de los comportamientos o estilos de vida que asumimos en la vida cotidiana. Este hecho nos lleva a la contextualización de estos hábitos cotidianos en su relación con la salud y el bienestar, o los llamados estilos de vida saludables.

Se constata, en este sentido, la presencia de vacíos conceptuales y consensuales de paradigmas en cuanto a qué es y cómo se definen los estilos de vida saludables. Un intento de conceptualización de esta categoría remite a la identidad misma del ser humano, ubicada en tiempo y espacio, ya que los estilos de vida saludables son un producto histórico social que se expresa de forma

diferencial en grupos e individuos pero que afecta a la sociedad en su conjunto (Welk y Blair, 2000). En este intento de conceptualización puede asumirse que estilos de vida saludables es todo aquello que provee bienestar y desarrollo individual en forma solidaria, a nivel biopsicosocial. Por tanto, deberían ser definidos atendiendo a lo que piensan las personas, a lo que necesita la sociedad, a las aspiraciones culturales, al conocimiento acumulado desde los estudios científicos sobre lo que produce daño y lo que produce bienestar.

Cabe señalar, en este sentido, tal y como fundamenta Sánchez Bañuelos (2014), que existen diferentes estilos saludables de vida, no uno sólo, y que tiene que ver con el marco cultural de socialización del individuo, sus grupos de pertenencia y de referencia, así como sus propias preferencias. Es decir, cada cultura posee sus propios esquemas de estilos de vida saludables. En la misma línea, debe subrayarse que existen distintos indicadores de estilos saludables de vida desde el ámbito de lo biológico, lo antropológico, etc., siendo en el encuentro de las diferentes disciplinas dónde este concepto adquiere su verdadera riqueza y real complejidad.

Nosotros asumimos el estilo de vida genérico como la forma en que usualmente vivimos de manera cotidiana en diversas esferas del campo vital. Para otros, es el conjunto de pautas y hábitos cotidianos de comportamiento de una persona, es una forma de diferenciación social. Agregando a esto, lo saludable, que implica una serie de conductas que no influyen negativamente en la salud, acorde con cada cultura y su entorno, produciendo una vida satisfactoria. En concreto, desde el punto de vista de la actividad física y la salud, ello estaría implicando, fundamentalmente, una mayor esperanza de vida y, sobre todo, vivir en mejores condiciones físicas y mentales (Mazorra, 1994; Hernández Moreno, 1997).

Aunque la intención ha sido buscar un sentido teórico a este constructo, es bien cierto que el estilo de vida saludable no es totalmente definible. Un estilo de vida considerado en su globalidad como saludable puede contener elementos que no favorezcan la salud (Corbin y Pangrazi, 2001) pudiéndose afirmar, por tanto, que existen múltiples estilos de vida saludables, reconociendo, como tal, en la

práctica, a aquel que, en su conjunto, ayuda a añadir años a la vida y vida a los años, al igual que hace menos probable la aparición de enfermedades e incapacidades (Tercedor y Delgado, 2000).

Atendiendo entonces a esta dirección teórica, se distingue que los diferentes estilos de vida y todas las variables que los conforman, generan un proceso de continuidad que abarca desde estilos de vida muy saludables a estilos de vida nada saludables. La adopción de estos estilos de vida dará como resultado la consecución de una buena o mala calidad de vida.

Para Gutiérrez Sanmartín (2000), los conceptos de estilo de vida y calidad de vida se encuentran íntimamente relacionados, estando determinada la calidad de vida por el estilo de vida que cada persona o grupo decida experimentar. Piéron et al. (1998, p. 2), ratifican esto al afirmar "*el concepto de un estilo de vida saludable ha crecido en importancia durante la última década. Se une actualmente a la calidad de vida y al estado de salud".*

Estos hábitos de vida saludables, que conducen a estilos de vida positivos, tendrán como finalidad incrementar los años de vida bajo unas adecuadas condiciones de calidad de vida. Según Sánchez Bañuelos (2014, p. 14), surge entonces el "*concepto de calidad de los años vividos, es decir, no considerar solamente el total de años de que vivimos, sino los años durante los cuales una persona es autónoma, está libre de enfermedades crónicas y puede disfrutar de la vida*".

Llegado este punto, podemos precisar tal como lo asumimos (Perez, Ruiz y García, 2005) que, en los estilos de vida saludables, existen dos tipos de comportamientos, uno es de bienestar y el otro de riesgo. Los estilos de vida saludables, o bienestar, representan una acción que ayuda a prevenir la enfermedad y el accidente, promueve la salud individual, así como la colectiva, mejorando la calidad del ambiente (Tercedor y Delgado, 2000). Por el contrario, el comportamiento de riesgo es una acción que incrementa la incidencia de enfermedades y accidentes, amenaza la salud personal, la de otros y ayuda a destruir el ambiente (Welk y Blair, 2000).

A este respecto, Hillsdon (2004) señala, entre las principales variables o factores que forman parte de los estilos de vida saludables: la práctica de la actividad física, los hábitos alimenticios, el nivel de consumo de tabaco, el nivel de consumo de alcohol, el nivel de consumo de drogas no institucionalizadas y medicamentos, los hábitos de descanso, las conductas de prevención de accidentes, las actividades de tiempo libre, la sexualidad, las enfermedades de transmisión sexual, los chequeos médicos preventivos y los hábitos de aseo personal. También menciona que aparecen, en ocasiones como variables de interés, las conductas de autocuidado ante la enfermedad, los hábitos religiosos, el estrés, sus causas y los hábitos educacionales o de estudio.

De acuerdo a Tercedor y Delgado (2000), con relación a estas variables o factores, se observa la existencia de una coincidencia general, relacionándolas con la adopción de estilos de vida saludables, acorde con la vida actual, lo que permite a las personas vivir con calidad.

Deteniéndonos en el factor práctica de actividad físico-deportiva, podemos observar que está ocupando, paulatinamente, un lugar privilegiado dentro del marco de la sociedad actual. La magnitud social del fenómeno ha calado profundamente en virtud de la importante difusión que de él se hace en los diversos medios de comunicación, apareciendo un creciente interés por el desarrollo de los aspectos relativos al conocimiento y comprensión de los factores que determinan que las personas adquieran estilos de vida activos y perdurables en el tiempo (Gutiérrez Sanmartín, 2000; García Ferrando, 2001). En otras palabras, el estudio de la práctica físico-deportiva ha ido evolucionando desde los estudios más descriptivos, en los que se mostraba gran preocupación por conocer cuales eran los motivos que llevaban a los sujetos, tanto a practicar deporte como a abandonar la práctica del mismo, hasta formulaciones teóricas más complejas en las que se han intentado determinar, tanto los elementos personales como sociales relacionados con estas conductas y su relación con la calidad y estilos de vida (Cervelló, 2000).

En el proceso de esta evolución, García Ferrando (2001) plantea que ha sido posible detectar el encadenamiento de una serie de condiciones que han

permitido el actual auge de la práctica físico-deportiva y de los procesos de transformación que se dan en ella. Se corresponden con el cambio general hacia la personalización y diversificación de intereses de las actividades de tiempo libre y ocio que se vienen produciendo en la sociedad actual y, principalmente, en las más avanzadas en las últimas décadas.

En definitiva, la actividad física es una clave en los estilos de vida saludables. Otros determinantes de la salud, como la educación, los ingresos, el sexo y el ambiente igualmente influencian la participación en la actividad física en diversos grados. El poseer un estilo de vida activo puede influir positivamente en estos otros determinantes, mientras que un estilo de vida inactivo puede traer el efecto contrario. En última instancia, la mayoría de las personas hacen una elección personal sobre si serán activos y sobre los tipos y características de las actividades físicas en las que participaran. Pero estas elecciones no existen en el vacío, enfrentan barreras e iniquidades que les hacen más difíciles ser físicamente activas.

En el proceso de adopción de estilos de vida saludables y conductas preventivas, un papel importante lo tiene la personalidad del sujeto, compuesta esencialmente por una agrupación de motivos rectores que le dan dirección a su actuación. Como hemos visto en el respectivo apartado se ha documentado que para poder fomentar la salud, es necesario cambiar tanto las condiciones de vida como la forma de vivir, por esto la promoción de salud constituye una estrategia que vincula a la gente con sus entornos y que, con vistas a crear un futuro más saludable, combina la elección personal con la responsabilidad social.

Así pues, la promoción de la salud no se ocupa solo de promover el desarrollo de las habilidades personales y la capacidad de las personas para influir en los factores que determinan la salud, sino que también incluya la intervención sobre el entorno, para reforzar aquellos factores que sostienen estilos de vida saludables, así como para modificar aquellos otros que impiden ponerlos en práctica. Sobre la base de estos argumentos, pretendemos examinar la información disponible en Cuba sobre la temática, para así conformar una base de contraste con nuestros resultados.

Consideraciones finales

El análisis anterior, nos permite discernir la existencia de una tendencia de marcada intensidad y relativa irreversibilidad del proceso de consolidación de la actividad físico-deportiva como forma de salud y recreación, por lo que cualquier enfoque investigativo en este sentido debe reivindicar en los estilos de vida como espacio de los seres humanos y la problemática del tiempo libre en la vida actual, dentro de una perspectiva de calidad de vida donde se destacan entre otros aspectos los siguientes:

- La aparición y el desarrollo de los conceptos calidad y estilos de vida, asociados al ocio y la actividad físico-deportiva para estudiar e intervenir en la salud y el bienestar, es una muestra de integración y progreso de las ciencias sociales y médicas que se debe aprovechar trabajando en su fundamentación teórica, metodológica, conceptos, terminología, construcción de instrumentos, en la búsqueda de su aplicabilidad y eficacia.
- El enfoque que desde la sociología se le ha dado a la relación entre los estilos de vida y la práctica físico-deportiva como ocio. aparece como un elemento fundamental dentro de este estilo de vida, en la sociedad actual. Más cuando su papel se va haciendo predominante por el aumento del tiempo libre que se está produciendo en muchos países y la articulación social de estas actividades de recreación aparecen construidas para ser consumidas, con múltiples opciones, siendo las elecciones personales de los individuos las que sirven para dotar al sujeto de un estilo de vida propio que le ayuda a integrar su identidad.
- La actividad física regular promueve cambios generalmente muy importantes en el estilo de vida, caracterizados por una mejoría en los hábitos higiénico-dietéticos. El efecto inmediato es la sensación subjetiva de bienestar que, a largo plazo, se traduce en un estado de salud y condición física superiores. Sin embargo, la conservación, mejoramiento o deterioro de la salud, está inexorablemente ligada a los modos de vida social, a los riesgos ambientales, a los alimentos que consumimos, así como al espacio público en que viven

los individuos. Solo es posible adoptar un estilo de vida sano, cuando se cuenta con los conocimientos, las oportunidades y la voluntad de hacerlo.

- En los estilos de vida actuales, la práctica de actividad físico-deportiva ha evolucionado hasta distinguirse como un elemento fundamental que caracteriza grupos poblacionales. Así vemos como, en la última década, existen nuevas pautas de comportamiento, en la sociedad en general y en la cubana en particular, que se reflejan en una mayor preocupación por obtener niveles óptimos de calidad de vida. Esto se traduce en la búsqueda de la mejor forma física, acompañada por la posibilidad de disfrutar de un tiempo de ocio más dinámico y un estado de bienestar integral.

Bibliografía

Bouchard, C. y Shepard, R. J. (1994). Physical activity, fitness and health: The model and key concepts. En C. Bouchard, R. Shephard y T. Stephens (Eds). *Physical Activity, Fitness and Health: International Proceedings and Consensus statement*. Champaign IL: Human Kinetics.

Cervelló, E. (2000). Una explicación de la motivación deportiva y el abandono desde la perspectiva de la Teoría de Metas: Propuestas para favorecer la adherencia a la práctica deportiva. En *Primer Congreso Hispano-Portugués de Psicología.* Santiago de Compostela: Xunta de Galicia.

Colectivo de autores. (2014) Algunas características de los estilos de vida de los adolescentes de la Comunidad Valenciana1. Revista Valenciana de estudios autonómicos.

Corbin, C. B. y Pangrazi, R. P. (2001). Toward a Uniform Definition of Wellness: A Commentary. *President's Council on Physical Fitness and Sports. Research Digest,* 3(15), 1-7.

Corbin, C. B., Pangrazi, R. P. y Frank, B. (2000). Definitions: Health, Fitness, and Physical Activity. *President's Council on Physical Fitness and Sport Research Digest,* 1-10.

Cuenca Cabeza, M. (2000). *El ocio humanista. Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto. ADOZ.

De Andrés, B. y Aznar, P. (1996). Actividad física, deporte y salud: factores motivacionales y axiológicos. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 46, 12-18.

Elías, N. y Dunning, E. (1992). *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. México, D. F.: Fondo de Cultura Económica.

García Ferrando, M. (1990). *Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza Editorial.

García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX. Encuesta sobre hábitos deportivos de españoles, 2000*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Consejo Superior Deportes.

García Ferrando, M. (2012). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2011.* Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Consejo Superior Deportes.

García Ferrando, M., Lagartera Otero, F. y Puig Barata, N. (2002). Cultura deportiva y socialización. En M. García Ferrando, F. Lagartera Otero y N. Puig Barata (Comps.), *Sociología del deporte* (pp. 69-98) (2ª ed.). Madrid: Alianza Editorial.

Giddens, A. (2015). Sociología. Madrid: Alianza Universidad.

Guillén García, F., Castro Sánchez, J. J. y Guillén García, M. A. (1997). Calidad de vida, salud y ejercicio físico: una aproximación al tema desde una perspectiva psicosocial. *Revista de Psicología del Deporte*, 12, 91-107.

Gutiérrez Sanmartín, M. (2000). Actividad física, estilos de vida y calidad de vida. *Revista Educación Física: Renovación de teoría y práctica*, 79, 51-3.

Hernández Moreno, J. (1997). *Deporte, Salud y Educación*. Las Palmas de Gran Canaria: Instituto Canario de Estudios y Promoción de Salud. Universidad de las Palmas.

Hillsdon, M. 2004). The effectiveness of public health interventions for increasing physical activity among adults: are view of reviews*. Department of Epidemiology and Public Health, University College London Charlie Foster*

and Nick NHS Health Delopement Agency [en línea]. Disponible en http://www.hdaonline.org.uk/Documents/physical_activity_adults_ebsummary.pdf [Consulta: 2005, 16 de marzo].

INDER (1991). *Sistema cubano de Cultura Física y Deporte*. Ciudad de La Habana. Autor.

Organización Mundial de la Salud (1947/1998

Kelly, J. R. (2000). Asuntos en el milenio. Una perspectiva global. En M. Cuenca (Ed.), *Ocio y desarrollo humano. Propuestas para el 6º Congreso Mundial de Ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto.

Kelly, J. R. y Godbey, G. (1992). *The Sociology of Leisure*. State College, PA: Venture Publishing, Inc.

Lagardera, F. (1992). De la aristócrata gimnástica al deporte de masas: un siglo de deporte en España. *Sistema*, 110-111, 9-36.

Lalonde, M. (1974). *A new perspective on the health of Canadians* (pp. 31-34). Otawa: Goverment Canadá.

Martínez del Castillo, J. (Comp.) (1998). Ciencias Sociales, Deporte y Calidad de Vida. En J. Martínez del Castillo (Comp.) *Deporte y calidad de vida* (pp. 11-18). Madrid: Esteban Sanz. (Investigación social y deporte, nº 4).

Matsudo, S. M. y Matsudo, V. (2000). Evidências da importância da atividade física nas doenças cardiovasculares e na saúde. *Revista Diagnóstico e Tratamento*, 5(2), 10-17

Max Neef, M. (1994). *Desarrollo a escala humana*. Montevideo: Nordan-Comunidad e Icaria.

Mazorra, R. (1994). *Actividad Física y Salud*. Ciudad de La Habana: Científico Técnica.

Monteagudo Sánchez, M. J. (1996). El deporte como experiencia de ocio: nuevas perspectivas y dimensiones. En R. Sánchez (Ed.), *La actividad física y deporte en el contexto democrático (1976-1996)* (pp. 73-85). Pamplona: AEISAD.

PAMS/Physical Activity Monitor Survey Canadian (2002). *Fitness and Lifestyle Research Institute* [en línea]. Disponible en: www.cflri.ca/cflri/pa/surveys/2001/survey/ 2001survey.html. [Consulta: 2004, 20 de mayo].

Petlenko, V. P. y Davidenko, D. N. (1998). *Esbozos de valeología: Salud como valor humano*. San Petersburgo: Ciencias de la Educación del Báltico.

Pérez Sánchez, Aldo. *Recreación. Fundamentos teórico metodológicos*. (2010) La Habana. Editorial Deportes.

Pérez Sánchez, A, Ruiz Juan, F y García Montes, M. E. (2005). Práctica físico deportiva de los habaneros. Editorial Gimnos. Barcelona.

Ruiz Juan, F. (2000). Hacia una mejora de la calidad de vida a través de la práctica de actividades físico-deportivo-recreativas. Nuevos retos para la escuela del siglo XXI. En *Actas de IV Congreso Internacional de la enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar* (pp. 88-109). Santander: ADEF Cantabria.

Ruiz Juan, F y García Montes, M. E. y Pérez Sánchez, A. (2005). Los estilos de vida de los almerienses. En *Hábitos saludables y estilos de vida de los almerienses,* (pp. 140-174). Almería: Universidad de Almería. Servicio de Publicaciones.

Ruiz Olabuénaga, J. I. (1994). Ocio y estilos de vida. En M. Juárez (Dir.), *V Informe Sociológico sobre la situación social de España* (pp. 3-28). Madrid: Fundación FOESSA.

San Salvador del Valle, R. (1998). Políticas de Ocio y Turismo. Hacia un marco relacional de intervención. En J. Martínez del Castillo, J. (Comp.), *Deporte y calidad de vida* (pp. 457-483). Madrid: Esteban Sanz (Investigación Social y Deporte nº 4).

Sánchez Bañuelos, Fernando. (2014) El concepto de salud, su relación con la actividad física y la Educación Física orientada hacia la salud. Universidad de Castilla – Toledo.

Tercedor, P. y Delgado, M. (2000). Modalidades de práctica de actividad física en el estilo de vida de los escolares. *Lecturas Educación Física y Deportes,*

Revista Digital [en línea], 24. Buenos Aires. Disponible en: http://www.efdeportes.com [Consulta: 2016, 5 de febrero].

Toffler, A. (1980). *La Tercera Ola*. Madrid: Alianza Editorial.

UNESCO (2015). *Informe de la Comisión Mundial de Cultura y Desarrollo*. Madrid: Autor.

Vera Guardia, C. (2002). Educación Física y Recreación en el siglo XXI. *Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital* [en línea], 13. Buenos Aires. Disponible en: http://www.efdeportes.com [Consulta: 2001, 3 de mayo].

Waichman, P. (2008). *Tiempo Libre y Recreación. Un enfoque pedagógico*. Buenos Aires: PW

Zamora, R y García, M. (1988). *Sociología del tiempo libre y estudios de la población*. Ciudad de La Habana: Editorial Ciencias Sociales.

Título: Una propuesta epistémica para construir la mirada al campo de la Recreación

Autor: Esperanza Osorio Correa

Organización: FUNLIBRE Latinoamérica

RESUMEN PONENCIA

Pensarnos el campo de la recreación desde otras lógicas de construcción de conocimiento nos implica desplazarnos hacia otras colocaciones epistémicas que sean capaces de poner en duda lo que está instaurado como método científico y sus racionalidades. El planteamiento que hago en esta presentación emerge como una construcción propia a partir de mi formación doctoral en el Instituto de Pensamiento y Cultura en América Latina, a partir de la vivencia de otros modos de investigar. Esta propuesta parte de la base de poner en duda lo dado en la realidad para desde ahí construir objetos de estudio que luego sean puestos en diálogo teórico. La matriz epistémica subyacente asume la totalidad como unidad crítica de análisis como lo propone Zemelman (2009), para desde ahí poner en tensión a partir de la pregunta de lo dado con lo dándose del campo de la recreación, campo que contiene múltiples relaciones y articulaciones las cuales están permeadas por una lógica que coloca a sus actores, significados e imaginarios en determinados lugares. La tensión entre lo dado y lo indeterminado presente en la realidad nos conduce a otras búsquedas de otras totalidades posibles, es decir, otros mundos posibles. Por ello la tensión que planteo se da entre totalidades minimizante y excluyentes, con totalidades dialogantes y diversas que son porosas y traducibles entre sí. En esta propuesta las categorías que se construyen desde esta tensión además de las emergentes posibles son: a) la recreación como campo, b) el ethos lúdico, c) la vida cotidiana, d) la vivencia y experiencia. Cada una de ellas se mueve e interactúa desde niveles distintos (macrosistema, mesosistema, microsistema y exosistema). Epistémica, esta mirada reconoce lo subjetivo y la participación del investigador en primera persona en el proceso de construcción de conocimiento; pero también reconoce que ciertos fenómenos exigen una mirada en tercera persona, una mirada a los hechos, sin

que ello signifique hablar de investigación cualitativa Y/O cuantitativa, el supuesto es que el objeto es uno y la mirada articulada exige el uso de diversas herramientas y técnicas de análisis que permiten ir avanzando en relación con las preguntas que se van construyendo. En síntesis los momentos metodológicos parten de una aprehensión problematizadora de la realidad a través del uso de diversos dispositivos didáctico metodológicos que nos dan cuenta en primera instancia de un campo desde lo morfológico para ir avanzando en complejidad, es decir, en las articulaciones posibles entre los diferentes niveles, campo que amplía preguntas miradas que se ponen en diálogo teórico y con los referentes empíricos para avanzar en comprensiones y explicaciones. Por ello, el lugar de la teoría en esta lógica, si bien es importante, es puesta en diálogo igualitario con el investigador y el campo de observación que construye a partir de la aprehensión problematizadora, lo que le permite establecer ordenadores y claves para dicho diálogo.

Título: Conferencia: La Prevención y la Rehabilitación a través del Ejercicio Físico en el Envejecimiento

Conferencista: Profesora Máster Dra. Mayra Rosa Carrasco García

País: Cuba

El Envejecimiento no es una enfermedad se trata de un proceso que está inmerso en el ciclo vital. Ha sido valorado por muchos como los cambios que ocurren en el cuerpo humano con el paso del tiempo, además de otras aseveraciones que lo relacionan con cambios estructurales a nivel celular, organismal, de sistemas en el orden bio psico socio funcional.

La humanidad se ha preocupado permanente en cómo envejecer mejor, cómo frenar los cambios y cómo garantizar una vida plena durante el ciclo vital.

El hombre de la Grecia Antigua tenía una esperanza de vida de alrededor de 20 años y mayoritariamente moría antes de los treinta, así sucesivamente la longevidad se ha ido incrementando en la medida que las sociedades se han desarrollado, por citar los países desarrollados de Europa estuvieron un siglo para que ocurrieran los cambios demográficos que transformaron sus poblaciones de jóvenes a viejas con incremento importante del bienestar y de la calidad y condiciones de vida que impactaron positivamente en la longevidad, hoy un hombre de 50 años se considera joven y en breve uno de sesenta lo será en la medida que la esperanza de vida siga aumentando y alcanzando el techo de la especie humana catalogado hasta hoy en 120 años, pues cada especie tiene su techo vital.

A pesar de que el envejecimiento es un proceso las intervenciones que se realicen en el curso de vida de cada persona podrán mejorar la calidad de ese envejecer, si tenemos en cuenta que en ello influye el código genético, el estilo de vida y el ecosistema de manera integral.

Realmente el proceso de envejecer puede ser beneficiado con modelos de prevención que apoyen hábitos de vida saludables con estilos de vida que controlen factores de riesgo, favorezcan dietas balanceadas, eviten el sedentarismo y promuevan el ejercicio físico como medida natural para mejorar la

calidad y el bienestar de las personas. En este sentido la OMS ha impulsado múltiples tareas a través de las Asambleas Mundiales de Envejecimiento, para que los gobiernos apoyen el desarrollo de políticas públicas a favor de una buena vida.

Un elemento que no se debe pasar por alto es la promoción de una buena salud lo que conlleva a un envejecimiento sano libre de enfermedades y de discapacidad y en este sentido la carta de Ottawa propone lineamientos que hacen a la persona responsable de su propia salud además de favorecer que las comunidades aporten para ese modelo de salud colectiva. Es la Geroprofilaxis una forma amplia de poder alcanzar una vejez funcional que a través de la Gerocultura pueden ser herramientas de gran valor en el empeño de incrementar la longevidad de las poblaciones en mejor estado funcional.

La transición demográfica del Mundo y en particular de América Latina y Cuba ha ido acompañada de una transición epidemiológica por lo que cada vez hay más personas con Enfermedades Crónicas Degenerativas con alta tendencia a la discapacidad, es aquí donde la prevención y la rehabilitación tienen un campo de acción para que se alcance una recuperación de función capaz de reintegrar a las personas mayores a su a su familia y la comunidad. Dentro de las alternativas que favorecen una adecuada promoción, prevención e incluso en la rehabilitación está la práctica del ejercicio físico en edades avanzadas, pues el Envejecimiento conlleva a cambios en los sistemas neuromuscular, osteomioarticular, respiratorio y cardiovascular que tienden a disminuir la masa magra (Sarcopenia, la masa ósea (osteopenia) la función cardiovascular y respiratoria que en general disminuyen su capacidad de respuesta a mayores demandas por los cambios que en ellos ocurre.

El ejercicio físico favorece el rescate de la fuerza muscular, ayuda a recuperar fibras tipo II que disminuyen con el proceso de envejecimiento, mejora las actividades del diario vivir ya que influye en la biomecánica y en la cadencia del paso, la altura, la velocidad y la frecuencia. Es por ello que cada vez más se promueve la práctica de ejercicios en todas las edades idealmente desde la niñez para llegar a lograr una longevidad saludable.

Título: Desarrollo de Principios claves en equipos para actuaciones en podio.

Autor: André Lachance .Baseball Canada

País: Canadá

Acerca del presentador

André Lachance es el actual Director de Negocios y Desarrollo Deportivo y el entrenador principal del Equipo Nacional Femenino de Canadá. André es tambien profesor a medio tiempo de la Universidad de Ottawa en la Escuela de Cinetica Humana en el area de Actividad física en deportes donde enseña los principios de entrenamiento y desarrollo de atletas a largo plazo. André es miembro del Equipo de Liderazgo Canadiense de Deportes por Vida y ha realizado presentaciones en varios paises incluyendo El Salvador, Bahrain, Estados Unidos, Portugal, España, Luxemburgo, Guatemala, Alemania y Jordania donde ha contribuido a los programas educativos de entrenamiento de los referidos paises asi como en LTDA Desarrollo. En 2012, André fue el recipiente de la medalla "Queen Elizabeth II Golden Jubilee" por su contribución a los deportes en Canadá e Internacionalmente. Su equipo ganó la medalla de plata en los juegos Panamericanos del 2015 en Toronto y actualmente está clasificado como #2 en el mundo luego de haber obtenido el 2nd lugar en la Copa Mundial en Korea del Sur en el 2016.

En los ultimos 13 años, he tenido el gran privilegio de trabajar con algunos de los más apasionados atletas que pudiesen conocer. Esta presentación tratará de responder la siguiente pregunta: Porque equipos ganan?. El equipo nacional femenino ha desarrollado estandares de oro que serán analizados durante esta conferencia. tópicos como talento, liderazgo, compromiso, realimentación, confianza, química seran manejados con varios ejemplos practicos que podran ser implementados por cualquier entrenador con atletas masculinos o femeninos.

El aspecto mental del beisbol es frecuentemente poco considerado cuando se evalúa el potencial de un grupo de individuos tratando de alcanzar los niveles más altos posibles.
Actualmente hay un énfasis importante en ganar y en las personas trabajando juntas por una meta en comun. La mayoria de nosotros somos parte de un equipo, sea en deportes, escuelas o familia, todos jugamos parte importante en el rol de éxito del grupo. El comportamiento de las personas contribuye al éxito del equipo o lo previene de alcanzar sus objetivos.

En lo relativo al beisbol, esta presentación ofrecerá a los entrenadores ejemplos reales en como aplicar estos principios claves en bateo, lanzamiento o jugando en defensa para que cada jugador este listo para competir a su mejor actuación.

Título: Reconocimiento de talento VS. Desarrollo de talento

(Como las clínicas de béisbol pueden ayudar a diferenciar ambos aspectos)

Presentador: Jordán Rodríguez. Director relaciones públicas, Latinoamérica
Major League Baseball Players Alumni

Durante esta presentación, se discutirán las definiciones claras y las diferencias que existen entre el reconocimiento de talento y el desarrollo de talento. Como las clínicas de béisbol nos ayudan a desarrollar el talento, la manera en la que se organizan y realizan las clínicas de béisbol para los niños y jóvenes y como este puede ser el espacio ideal en el cual los jóvenes atletas practiquen de manera interactiva la teoría aprendida por sus entrenadores.

El mejor maestro en el mundo es el que prepara a sus estudiantes para cualquier circunstancia que se pueda presentar. En muchas ocasiones un joven puede ser excelente en la teoría, pero cuando le brindamos la oportunidad de llevar a la práctica lo aprendido es cuando este realmente obtiene un aprendizaje significativo.

En la metería del béisbol, suele pasar que aquel que no tiene vasta experiencia en el campo de juego, tiende a confundir el reconocimiento del talento con el desarrollo del talento. Aunque ambos aspectos son conocimientos difíciles de dominar, ni tampoco son una ciencia exacta, son dos temas distintos.

El reconocimiento de talento puede ser caracterizado simplemente como un “scout” u “ojeadores/escuchas”, evaluando las fortalezas y debilidades basadas en ejercicios específicos, llegando a la conclusión de lo que podría llegar a ser dicho atleta.

El desarrollo del talento es el arte de entrenar, aprendiendo como desarrollar de la mejor manera al atleta desarrollando su completo potencial.

“Un mensaje es solo tan bueno como se presente”

“No has enseñado ensenado hasta que hayan aprendido

Topic: Thinking Outside the Box when it comes to coaching young players in practice

Peter M. Caliendo USA

Introduction

What does "Thinking Outside the Box mean?

- "If you were not already doing it this way, is this the way you would start"
- Think different, be creative

Coaches tend to teach how we were taught or did it. Examples, # of outs, how to break in a glove, players running with gloves.

Practice must be fun.

- What is fun?
- How do you have fun?
- Why kids learn faster when having fun?

Getting players to learn and do it on their own is the key to a successful practice.

- Kids want ownership in practice and game, feel better and have fun.
- Coaches should ask lots of questions, not lecture.
- Demonstrate with players when showing a drill, skill and want to prove a point.
- Make them do it in a fun competitive way.

Warm up for kids needs to include?

- Fundamental skills warm ups.
- Fundamental agility drills.

Teaching kids to play the game on their own and make mistakes early.

- Ball in front make a decision, game to practice this?
- Catchers calling picks.
- Pitchers picking off on their own at first.
- Players umpiring teaches them to appreciate umpires and deal with failure, plus you keep more players busy.
- Playing catch with real game situations.

Practice organization, concentrate on what happens the most in games.

Practice fundamental skills used mostly in games.

Focus on group and not as much individuals, try and focus on individuals after or before practice.

Coaches mostly observe, work with players and players do all the drills, skills, hitting ground balls, throwing batting practice, etc.

Drills must have a competitive fun games involved.

Station to station drills are important, younger kids are the less kids in a station.

Each skill at a station should only be done between 8-10 times, or it gets boring and fatigue sets in.

Incorporate certain skills in warm ups, throwing drills and more.

Yours for Better Baseball
Peter M. Caliendo
President, Caliendo Sports International

Título: La importancia del rendimiento en el deporte: coaching deportivo

Autor: MCAF. Ricardo Félix Inguanzo, rfinguanzo@gmail.com

País: México

Resumen:

El objetivo principal es el de exponer aportaciones de un proceso de intervención y aprendizaje orientado ampliar y fortalecer las competencias de las personas dedicadas al deporte tomando conciencia con responsabilidad, como una fase esencial para identificar nuestro estado actual, mental, emocional y físico. Con motivo de saber quiénes somos y que hacemos, todo esto a través del Coaching Deportivo con preguntas generadoras fundamentales en el camino de ser eficientes para el mejoramiento del rendimiento deportivo.

Conforme más conocemos más aprendemos y más rendimiento tenemos, adquirimos una mayor capacidad de decisión, mayor capacidad y experiencia de ser mejores y de generar una mejora continua con conceptos, procedimientos, determinaciones y transferencias quevan dirigidas hacia el amplio colectivo que integra el contexto deportivo: El entrenador, los deportistas, el equipo, la familia,los gestores del deporte, los médicos del deporte, los árbitros y profesores de educación física.

El Coaching Deportivo sirve de “vehículo” para que por medio de preguntas poderosas se sepa obtener respuestas y soluciones de una manera objetiva, consiente, que permitan visualizar y colocar retos o metas.Se realiza una reflexión sobre la importancia del Coaching Deportivo como medio para aumentar el rendimiento deportivo, incorporando nuevos conocimientos y técnicas de liderazgo provenientes de muchas áreas de conocimiento;Williams y James (2001) señalan que el rendimiento y resultado deportivo de un deportista es multifactorial. Tanto el éxito como el fracaso de un deportista o equipo proceden de una combinación de situaciones en el uso de la concentración, mejora de la información y continuo aprendizaje.

Monumental atenciónproviene del Coaching Deportivo porque mejora en el deporte aspectos débiles, da firmezaa las fortalezas y desarrolla habilidades que

permiten extender el rendimiento en el deporte, adquiriendo la capacidad de trabajar sistemáticamente en base a un programa predeterminado.
Al saber el potencial, conocemos puntos débiles con una actitud positiva, disfrutando las tareas con confianza y seguridad en uno mismo, logrando ser y hacer lo que sea necesario para incrementar el rendimiento deportivo.
Palabras claves: Deporte, coaching deportivo, rendimiento, aprendizaje.

Conferencia: La metodología en Psicologia del deporte.

Autor: Dr. Francisco Enrique Garcia Ucha.

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”.

País: Cuba

Resumen:

El propósito de la conferencia consiste en exponer los avatares de la metodología en las investigaciones en Psicologia del Deporte. Diversas dificultades y contradicciones en la investigación pueden ser evitadas cuando se hace uso de una metodología que permita reflejar la realidad dinámica de la naturaleza, en lugar de entrar en conflicto con ella a cada paso.

En la conferencia se abordan las limitaciones que conllevan no considerar la realidad compleja del deporte. La necesidad de asumir el enfoque idiosincrático en la Psicologia y de una epistemología constructivista que implica una apelación a la existencia del conocimiento operativo, funcional, frente al paradigma positivista.De igual modo la exigencia de asumir la complejidad de los fenómenos desde una perspectiva interdisciplinar.

Palabras claves: Psicología del deporte, metodología, teoría, investigación.

Abstract

The purpose of the conference is to expose the avatars of methodology in research in Psychology of Sport. Various difficulties and contradictions in research can be avoided when using a methodology that allows reflecting the dynamic reality of nature, rather than conflict with it at every step.

The conference addresses the limitations of not considering the complex reality of sport. The need to assume the idiosyncratic approach in Psychology and a constructivist epistemology that implies an appeal to the existence of operational, functional knowledge, as opposed to the positivist paradigm. Likewise the requirement to assume the complexity of the phenomena from an interdisciplinary perspective.

Keywords: Sport psychology, methodology, theory, research.

Introducción:

La metodología es la ciencia de los métodos, gracias a ella podemos conocer cuándo y cómo emplear un método, técnica e instrumento en el curso del estudio de un objeto determinado. En cada ciencia específica la metodología guarda una relación estrecha con la teoría y está a su vez con la propia metodología. Podemos considerar la teoría y la metodología como dos momentos significativos en la aprehensión del objeto del conocimiento. La teoría establece mediante categorías y leyes un modelo del objeto sometido a estudio y la metodología tiene como propósito la comprobación de dicho modelo, así como, su modificación y enriquecimiento posterior, como también, su desvalorización en caso de que dicho modelo no pueda ser comprobado por medio de los métodos y procedimientos. La teoría, la metodología y los instrumentos de indagación están indisolublemente vinculados.

Cada rama de la ciencia posee diferentes problemas de orden metodológico que deben ser resueltos para permitir la adquisición del conocimiento requerido en el estudio de su objeto.

Entre los aspectos que motivan los problemas metodológicos en psicología del deporte se señalaron por Buceta, J.M. y Larumbe, E. (2010):

1. Las peculiaridades del deporte como actividad.
2. La relación de lo general y lo singular de los eventos deportivos.
3. El papel de los factores ambientales en las investigaciones en el deporte.
4. El número limitado de sujetos en los estudios.

Al analizar los aspectos antes señalados se plantea:

a) El deporte como actividad.

Al igual que toda actividad humana, arguye A. Z. Puni (1977), el deporte es una variedad de la actividad social multilateral del hombre, creada y desarrollada históricamente. Es un problema real de la vida en que el hombre se relaciona con el medio dominándolo activamente o "apropiándose" de él.

La actividad como proceso real es siempre la unidad de las actividades prácticas e ideal dentro de sus interrelaciones dinámicas. Este rasgo, también es característico del deporte, pero en este caso, la parte práctica se manifiesta con

especial claridad en la forma de actividad física y motriz. Esta se desarrolla bajo la influencia de dos determinantes: las condiciones externas objetivas y las tendencias ideológicas de la actividad, que tienen en el deporte sus peculiaridades específicas. Dichas determinantes juegan el papel de causas exteriores cuya influencia se realiza mediante las condiciones internas de la personalidad del atleta.

El deporte posee una estructura cuyas peculiaridades más generales son dos componentes diferentes, pero inseparables: entrenamiento y competencia.

b) La relación de lo general y lo singular de los eventos deportivos es visto cada vez por un mayor número de investigadores, quienes hacen énfasis en el carácter singular de cada evento deportivo como se puede ver en los análisis de exigencias de diversos deportes realizados por P. Rokusfalvy (1980), en los cuales se destaca cómo cada evento presenta un conjunto de propiedades y vínculos específicos que tienen un carácter singular.

Ello tiene consecuencias para el trabajo de investigación en Psicología del Deporte, a causa de que el desarrollo de la Psicología General se basa en el empleo de criterios de valoración que no defieren, de acuerdo con la participación del hombre en sus actividades. Un ejemplo notario de ello han sido los trabajos que pretenden establecerlas relaciones entre la inteligencia y los rendimientos deportivos, en los que se encontraron bajas correlaciones. Parece que hay requerimientos cognoscitivos muy específicos, y que deben ser evaluados de forma particular en cada evento deportivo. Esta opinión ha sido fortalecida con los trabajos de E. Hahn (2007), quien encontró que la inteligencia y los rendimientos en gimnásticas no correlacionan con la inteligencia general, pero sí con aspectos de ésta.

El problema de lo general y lo singular aparece, además, cuando estudiamos funciones psicológicas o habilidades consideradas como generales y significativas, y que aparecen en estas actividades de distintas formas.

Se puede comprobar que la validez de los métodos empleados en las valoraciones de atletas deriva más de los aspectos psicológicos específicos en los cuales ellos pueden determinar de forma particular los rendimientos deportivos; por tanto, una

simple medición de diferentes aspectos psicológicos generales no es una prognosis válida en el deporte.

c) Los factores ambientales en la investigación en el deporte.

Estos tienen una amplia significación dado que la característica fundamental del deporte es la competencia ésta presenta peculiaridades tan variadas que el deportista deberá encontrarse, generalmente en condiciones de cambiar y redirigir su comportamiento.

Las condiciones de la competencia en el deporte incrementa la sensibilidad del deportista a las influencias ambientales. Esta influencia aparece en factores de rendimiento como el grado de motivación, activación, aspiración a rendir, destreza y procesos perceptual-motores, lo que establece la necesidad de prever y registrar la influencia de estos factores.

El problema aquí consiste en definir qué factores ambientales deben incluirse y cómo nosotros podemos predecir y registrar estas influencias en los estudios psicológicos.

Estos factores constituyen un reto a las investigaciones psicológicas en cuanto a su validez, e implican que sea necesario adoptar las técnicas y procedimientos de forma que permitan incluir su control y, por otra parte, se recomienda mantener una actitud discreta con relación a la generalización de los resultados.

Todo lo planteado va configurando la necesidad de que los métodos empleados se aproximen a las condiciones naturales de la actividad. Una forma empleada para verificar la influencia de diferentes situaciones puede ser la introducción de muchos experimentos y el grupo de control en la misma investigación. La influencia de las diferentes situaciones será diferenciada por la comparación de las particularidades del comportamiento de grupos influidos por diferentes condiciones. Pero requiere que los sujetos en los grupos de comparación deben ser seleccionados de acuerdo con muchos rasgos de comparación, por ejemplo, la edad deportiva, nivel de entrenamiento, etc., y ello en el deporte es algo difícil, a causa de que el número de sujetos es muy limitado.

d) El problema del número limitado de participantes.

Este problema establece requerimientos especiales en la ejecución del análisis de los resultados de las investigaciones y demanda conocer, elaborar e introducir enfoques estadísticos específicos para grupos pequeños.

Resumiendo lo antes señalado acerca de las condiciones en el deporte, se menciona la importancia del modelado de las situaciones deportivas en la investigación cuando las condiciones ambientales típicas son introducidas en el experimento.

Introducción de consistentes variaciones en diferentes condiciones y grupos de sujetos. Selección en la investigación de instrumentos por su correspondencia con las manifestaciones reales de las características psicológicas de la actividad.

Acrecentar la confiabilidad de la observación natural mediante su repetición y dirigirla al registro de las peculiaridades estables del comportamiento de los atletas.

Transformar métodos estadísticos del análisis de selección de las manifestaciones y datos de un número limitado de sujetos.

A estos problemas metodológicos de la Psicología del deporte se suman, para hacer más difícil la tarea, los relacionados con las investigaciones acerca de la personalidad y su formación.

Ello ha determinado la necesidad del desarrollo de un enfoque metodológico del estudio de la personalidad que resulte de los principios de la teoría de la psicología marxista, y permita crear métodos y técnicas necesarios, asimismo, reevaluar los desarrollados por la Psicología anterior.

En la actualidad, estos problemas están siendo examinados por investigadores como B. S. Bratus (2006), M. Calviño (2005) y otros.

Con relación a ellos, F. González (2004) señala:

"Los diferentes problemas teóricos y prácticos que la psicología va enfrentando, implican que los investigadores vayan rompiendo con los marcos metodológicos tradicionales, planteándose nuevos tipos de técnicas en la investigación psicológica, independientemente de su conciencia o no de la transformación de tipo metodológico que esto implica".

Seguidamente se ha realizado un análisis de las deficiencias que ha entrañado el estudio de la personalidad mediante los métodos psicométricos y las limitaciones que acarrea actualmente, dados por los conceptos de valides, confiabilidad y estandarización: lo cual limita la posibilidad de aprehender los aspectos integrales del estudio de la personalidad del sujeto.

No sólo se ha realizado un análisis crítico de las pruebas psicométricas, también se ha hecho una valoración de las técnicas proyectantes mostrando una serie de limitaciones para el estudio integral de la personalidad y sus aspectos activos.

Sin embargo, los investigadores han valorado el Método Clínico como una opción importante en la solución de los problemas metodológicos de la investigación de la personalidad.

Para F. González (1985) "... en el método clínico, las regularidades generales del funcionamiento de la personalidad serían determinadas a partir de sus elementos esenciales, lo cual permitirá discriminar lo general esencial de las formas, contenidos y mecanismos psicológicos diversos en que se expresa cada individualidad".

No obstante, la utilización de estos criterios existen algunas características del Método Clínico que requieren ser superadas; por ejemplo, H. Valdés (1986) plantea:

"La utilización del Método Clínico presupone, para lograr eficacia en el proceso del conocimiento, una concepción teórica que lo respalde".

"Esta concepción permite superar algunos errores esenciales que se asocian a la utilización de dicho método, como son: 1) Asociarlo a un tipo específico de técnica y 2) Concebirlo constreñido sólo al caso individual, sin otras posibilidad de generalización".

Por tanto, es importante como señala F. González (1985) acercarnos al Método Clínico con las elaboraciones, hipótesis y expectativas que se derivan de la teoría que asumimos, lo cual implica realizar clasificaciones no a partir de valores cuantitativos de los datos obtenidos, sino por medio del conocimiento alcanzado sobre lo estudiado, que nos posibilita la ubicación por sus manifestaciones, o

cualitativamente según el grado de desarrollo que expresan de los distintos sujetos analizados.

En este post se respetó la transcripción exacta del texto. Ahí aparecen aspectos que se han modificado posteriormente como es la “transformación” del método clínico al enfoque cualitativo. Otros problemas como la posibilidad limitada de utilizar grupos de control en los experimentos sigue siendo la misma. Ya nos detendremos más adelante en este aspecto y otros.

Una de las alternativas claves de este tema de estudio se refiere a sí en la valoración de la personalidad y la motivación del deportista se deben emplear los mismos criterios y enfoque que se utilizan en otras áreas de la psicología y, en otro caso, bajo qué criterios deben ser desarrollados, de esta temática se ocupan una serie de autores: Martens, R. (1987), Tenenbaum, G. (2002) y García Ucha. F. (2004).

Para ejemplificar este planteamiento veamos los problemas metodológicos que se refieren a las pruebas psicológicas empleadas en Psicología del Deporte, con especial énfasis en los tests; Tenenbaum, G. (2000) y Tenenbaum, G. y Bar Eli, M. (2002), al referirse al empleo de los tests psicológicos en el deporte hace énfasis en algunos aspectos metodológicos específicos que pueden ser causa de las insuficiencias y limitaciones en las investigaciones, a saber:

1. Limitado número de escalas y tests que sean apropiados para un deporte en concreto.
2. Escalas idénticas son usadas con deportistas de diferentes países sin considerar los cambios culturales.
3. Se emplean las conclusiones de deportistas que son generalmente de un mismo grado competitivo como si todos tuvieran el mismo grado de rendimiento, por ejemplo, se seleccionan deportistas Olímpicos y no se esclarecen las características que poseen, tales como el grado de entrenamiento, experiencias, años de práctica, etapa de la preparación deportiva en que se encuentran. Esto conlleva a que se llegue a resultados que se generalizan y más tarde se presentan como contradictorios al relacionarlos con otras investigaciones.
4. Las evaluaciones se realizan sin considerar los aspectos situacionales.

5. Se mantiene un enfoque cuantitativo sin completar los datos obtenidos por medio de otros métodos de investigación, por muestra, las observaciones y entrevistas.

6. Uso de métodos de análisis estadísticos no apropiados, por ejemplo, el estudio de la motivación debe considerar los requerimientos del deporte al participante, esta es una actividad donde el hombre en acción hace tanto de objeto como sujeto de su creación. El resultado deportivo, alcanzar un récord o superarlo, es fruto precisamente de las acciones del deportista y este resultado está representado por un grado superior de desarrollo de sus cualidades físicas y psíquicas. De manera que el estudio de la motivación, tiene como una de sus vías de valoración los propios resultados de los deportistas. En la medida que el deportista obtiene nuevos éxitos o derrotas es fruto, entre otros factores, del grado de desarrollo de su personalidad y motivación o de modificaciones que sufren las mismas y que pueden afectar sus resultados.

De hecho, se hace necesario los estudios de campo que contemplen los rendimientos del deportista en entrenamientos y competencia

Otra consideración metodológica consiste en controlar la influencia de los factores situacionales, cuya importancia se reconoce en el enfoque interaccionista y tiene un amplio significado en el deporte, por ejemplo, la actividad del deportista cuando compite. La competencia presenta características variadas, el deportista deberá generalmente encontrarse en condiciones para cambiar y redirigir su comportamiento.

La competencia incrementa la sensibilidad del deportista a las influencias situacionales. Esta influencia aparece en factores de rendimiento individual como el grado de motivación, actitudes, activación, destreza, procesos preceptúales motores, etc. Ello establece la necesidad de prever y registrar la influencia de estos factores situacionales.

El problema consiste en definir qué factores situacionales deben incluirse y como nosotros podemos predecir y registrar esta influencia en la valoración de la motivación del deportista. (García Ucha, F. 2004)

Los factores situacionales pueden clasificarse según Hahn (2007) de la forma siguiente:

En primer lugar, las condiciones que son particulares a cada deporte. Su principal característica es su especificidad. Cada deporte influye en el comportamiento de sus participantes de una forma distinta. Estas condiciones específicas son las más estables y fuertemente determinadas por el tipo de deporte.

Segundo, las condiciones del deporte como actividad competitiva introduce estados de esfuerzo, estrés, contactos, la presencia de público y las expectativas de victorias o derrotas. Estas condiciones son relativamente estables. Su intensidad y significado varían de acuerdo con las características de la competencia.

En tercer lugar se van a registrar las condiciones ocasionales o momentáneas que tiene un carácter inestable e imprevisto, esto puede incluir la presentación en la competencia de un oponente desconocido, la contingencia de accidentes, condiciones climatológicas variables, etc. Estas influencias son irregulares y muy difíciles de registrar o predecir.

Este problema, conlleva un reto a la validez de las investigaciones psicológicas, por muestra en la valoración de la motivación del deportista. Se hace necesario adaptar las técnicas y procedimientos de forma que permitan incluir un control más detallado de los factores implicados así como mantener una actitud discreta en la generalización de los resultados.

De estos señalamientos se derivan un grupo de recomendaciones:

- Una de las formas de ganar en objetividad en la valoración del deportista es aislar las influencias momentáneas u ocasionales mediante las observaciones repetidas.
- La modelación de las situaciones deportivas en la valoración cuando las condiciones situacionales típicas en el deporte son introducidas en la situación de investigación.
- Introduciendo consistentes variaciones de diferentes condiciones y grupos de deportistas.

- Validando y seleccionando en la valoración psicológica instrumentos mediante su correspondencia con las manifestaciones reales de las características psicológicas en el deporte.
- Acrecentando la confiabilidad de la observación natural por medio de su repetición y dirigiendo esta al registro de las características estables de comportamiento.
- Transformando los métodos estadísticos de análisis de selección de las manifestaciones y datos de un número limitado de sujetos.

Lo planteado, lleva a considerar en el ejemplo escogido de la valoración de la motivación del deportista la necesidad del empleo del método clínico. González Rey, F. (2006) considera que el método clínico más que un método, en el sentido de relación necesaria entre un tipo de técnica a utilizar y las formas, pasos y situaciones para la obtención de la información por medio de la misma, se trata de una estrategia.

El autor antes citado puntualiza que el método clínico se caracteriza por la especificidad de su abordaje, más que por los instrumentos, e incluso que por la forma de utilización e interpretación de la información reportada.

Esta concepción permite superar algunos errores esenciales que se asocian a su utilización, como son:

Asociarlo a un tipo específico de técnica.

Concebirlo constreñido sólo al caso individual, sin otra posibilidad de generalización.

Por tanto, es importante como puntualiza González Rey, F. (2006) acercarnos al método clínico con las elaboraciones, hipótesis y expectativas que se derivan de la teoría que asumimos, lo cual implica realizar clasificaciones no a partir de los valores cuantitativos de los datos obtenidos, sino por medio del conocimiento alcanzado sobre lo estudiado, que nos posibilita la ubicación por sus manifestaciones, cualitativamente según el grado de desarrollo que expresan de los distintos sujetos analizados.

A nuestro modo de ver, en la valoración de la motivación el método clínico supone:

Partir de una conceptualización clara de qué es la personalidad y la motivación.

Estudiar intensamente a los deportistas con un conjunto flexible de técnicas o instrumentos congruentes con la concepción teórica que asumimos y que permitan obtener información significativa.

Introducir nuevas técnicas o crear las mismas en el proceso de la valoración, con el objetivo de obtener los elementos necesarios a nuestro objetivo.

No considerar los datos que brindan los métodos y técnicas como una verdad última, sino como información relevante que debe ser interpretada y estructurada por el psicólogo en el proceso de construcción de sus propias hipótesis.

Al referirnos a las pruebas psicológicas podemos plantearnos dos enfoques:

1. Psicométrico. El cual tiene una larga tradición en psicología basándose en la aplicación de test psicológicos, los cuales pueden resultar útiles también al aplicar el método clínico. 2. El cualitativo, que se centra sobre todo en la utilización de instrumentos abiertos que permiten el análisis del caso individual y que también es muy útil al método clínico de investigación.

Los test psicológicos empleados en el enfoque psicométrico reciben una serie de críticas por parte de los psicólogos que se adscriben al enfoque cualitativo.

Por ejemplo, González Rey, F. y Mitjanz Martínez, A. (1989), indican que los tests para estudiar la personalidad y la motivación presentan deficiencias metodológicas que sus autores no pueden evitar, a pesar de la lógica empleada en la construcción del test como en los procesos de validación y estandarización de los mismos, de estas deficiencias destacan:

Obtienen de las respuestas de los sujetos sobre todo la auto percepción de sí mismos más que la expresión de los fenómenos reales en estudio.

El test se encuentra estandarizado en su construcción, sin embargo, los sujetos que responden a sus alternativas son diferentes, definiendo más que toda esta situación la respuesta al instrumento.

El concepto de normalidad es una propiedad estadística que no tiene en consideración la forma óptima de los fenómenos estudiados, los que incluso pueden cambiar su forma también fruto de la población en estudio.

No responden a una concepción integral, en sistema de la personalidad atrapando sólo algunos de sus niveles de funcionamiento como por ejemplo, pueden ser los rasgos o motivos de carácter aislado.

El grado de reflexión, valoración y creatividad del sujeto no es captado en estos tests perdiendo así la posibilidad de registrar el proceso activo de regulación de la personalidad.

Los tests están estructurados a partir de la teoría que los diseñó y, a la vez, dado que resultan de un esquema preestablecido no permiten los ajustes o modificaciones necesarios a la propia teoría que los sustenta.

El enfoque cualitativo no está exento de críticas. Sobre el mismo se plantean el carácter subjetivo de la interpretación de los resultados por el investigador y, además, se reconocen en ocasiones insuficiencias en la sustentación teórica como en los indicadores empleados en la interpretación de dichos instrumentos.

A nuestro modo de ver, un enfoque puede completar el otro. El enfoque psicométrico puede resultar muy útil cuando se trabaja con poblaciones o muestras muy grandes, cosa difícil en el deporte y, permite un determinado acercamiento a los fenómenos en estudio mientras que el enfoque cualitativo puede dar lugar a una profundización mayor del sujeto en particular. Por ello, más que señalar las bondades de un enfoque u otro debemos considerar la complejidad del problema a investigar. Atendiendo al señalamiento de la complejidad se hace necesaria la utilización de un variado número de métodos que permitan tanto la generalización, como la explicación exhaustiva en el proceso de construcción del conocimiento, tanto en lo general, como en lo particular y lo singular. Al respectos se puede ver el trabajo, de Arias Beatón, G. (2009).

En nuestros trabajos hacemos uso de ambos enfoques aunque la preponderancia estará en el cualitativo, el cual domina, a nuestro juicio, la investigación de la motivación.

Existen razones para ocupar esta posición intermedia ya que la misma permite actuar con mayor flexibilidad en la obtención de la información significativa a los propósitos de esta obra.

Siguiendo este modo de pensar gran parte de las técnicas empleadas tienen un carácter abierto ya que permiten captar las elaboraciones del sujeto.

Estas técnicas cumplen con ciertos requerimientos metodológicos que facilitan la comprobación de los supuestos teóricos y, además brindan el conocimiento necesario para el estudio de los sujetos.

Las exigencias relativas a las técnicas se relacionan con que:

Las técnicas para el estudio de la personalidad y la motivación al ser abiertas o semiabiertas, implican de forma activa al sujeto estudiado. En este caso no se trata de preguntas que pueden responderse de forma mecánica o que van a reflejar la capacidad de auto percepción del sujeto más que la propia trama de su subjetividad.

Las técnicas abiertas demandan de la necesaria construcción y elaboración de la información que expresan los sujetos, esta tiene su origen en la propia personalidad y motivación del sujeto, a la cual él debe recurrir en su creación. De esta forma, se revela no sólo lo personológico sino las operaciones cognitivo afectivas desarrolladas por la personalidad, reflejando cómo regula el comportamiento. En este proceso expresan indicadores que nos permiten representarnos las configuraciones personológicas relevantes.

Las técnicas abiertas se basan en determinados inductores, bien sea una frase incompleta como ocurre en el método de los 10 deseos de, González Serra, D. (2012) o en un tema sobre el cual, el sujeto debe desarrollar la construcción de un discurso.

El discurso desarrollado a partir del tema inductor se denomina con mucha frecuencia por González Rey, F. (2004), elaboración. Creado por el sujeto sobre la base de su propia reflexión la cual es resultado de su personalidad y motivación.

El proceso de evaluación de estas elaboraciones, bien sean verbales o escritas, es el análisis de contenido. Bardín, L. (1979), lo define como un conjunto de técnicas de análisis de comunicaciones tendente a obtener indicadores (cuantitativos o no) por procedimientos sistemáticos y objetivos de descripción del contenido de los mensajes, permitiendo la inferencia de conocimientos relativos a las condiciones de producción/recepción (variables inferidas) de estos mensajes.

El análisis permite la identificación y explicación de las representaciones cognitivo-afectivas que otorgan un sentido a lo comunicado, de manera que se pueda identificar la estructura de lo comunicado con otra estructura, en nuestro caso las concepciones teóricas acerca de la motivación y la personalidad.

Las técnicas del análisis de contenido clasifican, miden y descubren el procedimiento mediante el cual en cada relato comunicativo se relacionan los conceptos e intenciones con las formaciones de la personalidad y motivación, explicando con una base empírica que mediadores y formaciones de la personalidad y motivación regulan el comportamiento del sujeto.

Un conjunto de estudiosos entre los que se destaca Berelson, B. y Lazarsfeld (1952), Osgood, C. E. (1957), y Stone, P. J. (1966) desarrollaron los principales problemas en el plano metodológico y epistemológico del análisis de contenido.

El análisis de contenido entre sus ventajas se revela como capaz de llevar a cabo el análisis cuantitativo mediante el registro y descripción de la frecuencia de ciertas características del contenido y como cualitativo por medio de la constatación de la presencia o ausencia de una característica de contenido dado, o de un conjunto de características, en un cierto fragmento de mensaje que es tomado en consideración.

Se le atribuyen dos funciones, una heurística que consiste en darle solución a la exploración del contenido y cuyo propósito es "para ver" y otra como prueba que permite el desarrollo de hipótesis.

Las hipótesis son afirmaciones provisionales que se pretenden verificar recurriendo a otros procedimientos de forma sistemática hasta lograr o no su confirmación y en este sentido tiene como propósito "para probar".

Por medio de este encuadre metodológico el análisis de contenido pasa de ser descriptivo para por medio de la inferencia alcanzar la interpretación de lo dicho o escrito por el sujeto de la experiencia.

Es comprensible considerar que el análisis de contenido cuenta con su teoría, técnicas, hipótesis, interpretaciones y métodos de análisis que le resultan propios.

Este movimiento de enriquecimiento y refinamiento en lo teórico y metodológico está presente en los aportes realizados por González Serra, D. (2000,), González Rey, F. (2004), Domínguez García, L. (2006), García Ucha, F. (2004).

Lo más avanzado en el análisis de contenido de las técnicas abiertas podemos encontrarlo en la obra de González Rey, F. (2006), quien nos lleva hasta el análisis de la estructura de los contenidos.

El análisis de contenido no culmina con los aspectos cuantitativos o cualitativos de los indicadores que facilita la teoría que sustenta el investigador sino que, además, debe mostrar la existencia de un modelo que permita captar la dimensión sistémica del contenido, o sea, en su organización y estructura. La forma en que se relacionan los elementos del contenido en dependencia de las regularidades que los unen y le confieren propiedades de sistema de manera invariable e independiente de estos mismos elementos.

Por ejemplo, si tomamos una técnica como el completar frases e intentamos valorar la agresividad o la timidez por una frase u otra, se estaría en la misma situación en que se colocan los test psicológicos dentro del enfoque psicométrico.

La atenciónque se brinde a los problemas y limitaciones anteriores van a permitir una mayor certeza en los trabajos de investigación en el deporte.

Título: La gestión de la ciencia en las Organizaciones Deportivas: la experiencia de Cuba.

Autores:

Dra. C Mélix Ilisástigui Avilés, Directora Nacional de Ciencia y Tecnología del INDER

Dra. C Emilia Rebeca Hernández Mezonet, Metodóloga Nacional de Ciencia y Tecnología

MsC Erie Reyes López, Metodóloga Nacional de Ciencia y Tecnología

MsC Beatriz Acosta Pérez, Metodóloga Nacional de Ciencia y Tecnología

Lic. Nicolás Justiniani Mendoza, Metodóloga Nacional de Ciencia y Tecnología

"Si utilizamos los recursos que tenemos y aplicamos más la técnica y la ciencia, si aprovechamos bien esos recursos, lograremos mejores resultados todavía"

Fidel Castro Ruz, 16 de septiembre de 1987

INTRODUCCIÓN.

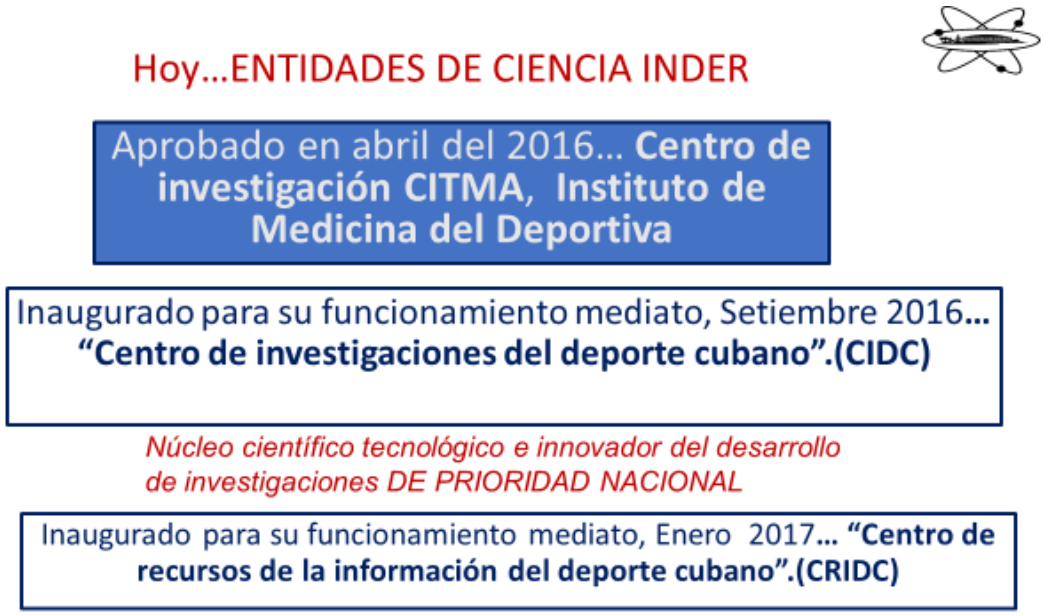
El principal reto que tiene el Sistema de Ciencia, Tecnología, Innovacióny Medio Ambiente en el Deporte hoy día, es hacer, de la aplicación de la Ciencia la herramienta fundamental para lograr el desarrollo sostenible del deporte, la educación, actividad y recreación físicas en función del bienestar del pueblo y la defensa de una de las conquistas de la Revolución.

De ahí la necesidad de incrementar la cultura de la organización, de superarse, para pasar del discurso de la importancia de la Ciencia, a desempeñarse con conciencia plena de que solo haciendo ciencia con conciencia se logrará mantener y superar los resultados alcanzados.

Es necesario entonces que se actúe en consecuencia con ello y que no se deje de buscar soluciones en la ciencia, la tecnología y la innovación y que se introduzcan, apliquen y generalicen los resultados emanados de toda investigación, como solución al problema que la originó; solo así se logrará el cambio deseado en cuanto al cumplimiento de la misión del Sistema deportivo cubano.

Desarrollo

En los dos últimos años, el INDER, a tenor de lo normado en la política de reorganización de las entidades de ciencia, en el Decreto Ley No. 323, ha destinado recursos para la creación de la infraestructura que sirva de núcleo científico-tecnológico para potenciar el desarrollo de la Ciencia en función de la solución de las demandas de la organización, con la categorización del Instituto de Medicina Deportiva (IMD) como centro de Investigación CITMA en abril del 2016 y la creación del Centro de Investigaciones del Deporte Cubano (CIDC) en setiembre de este propio año y el Centro de Recursos de la Información del Deporte Cubano (CRIDC), en enero del 2017; estos dos últimos, a categorizarse como entidades de ciencia en un período posterior de dos años a partir de su funcionamiento, producción científico tecnológica y la categorización de su potencial científico.



En este mismo orden, en el 2015, fue diseñado y aprobado el programa nacional "Deporte y Desarrollo Humano" respondiendo a lo exigido desde el 2012 por la Resolución No. 44, a la organización de las investigaciones en programas y proyectos, lo que ha posibilitado un mayor nivel de organización de la gestión de la ciencia y un funcionamiento armónico del programa, con la participación de centros, expertos evaluadores, respuestas de los usuarios con relación a los niveles de satisfacción con las ofertas de solución (proyectos), la celeridad en la emisión de dictámenes y la dinamización del trabajo de los Consejos Técnicos Asesores de las direcciones provinciales de deporte (usuarios- clientes) con las

entidades de ciencia y universidades en su aporte de soluciones y el pago por concepto de dirección, evaluación y participación en proyectos, según la Resolución No. 15 del 2010.

Por otra parte, también en los últimos cinco años, el INDER ha venido incrementando la estimulacióna investigadores e innovadores destacados, desarrollando el trabajo con la ANIR, las BTJ y el movimiento de fórum; en este sentido se instaura la entrega del Premio Anual del INDER “José Yáñez Ordaz” y se incrementa la presentación de expedientes de investigadores, para optar por premios CITMA y por la Orden “Carlos Juan Finlay”.

Uno de los retos actuales del INDER radica en la necesidad de apropiarse y aplicar conscientemente el sistema de medidas organizativo- metodológicas, diseñadas para la gestión, control y coordinación de la investigación científica, la innovación, los servicios científicos y tecnológicos, lo que permitiría alcanzar los niveles requeridos para lograr el cumplimiento de los objetivos planteados para el Sistema Deportivo Cubano.

Otro de los retos para el Sistema CITMA (SCITMA) de la organización, es lograr la calidad de las ofertas a brindar y que estas permitan superar los resultados alcanzados de manera tal que impacten en la calidad de vida de la población, en la calidad de la formación de profesionales y en elevar los resultados del deporte en el ámbito internacional.

Para desarrollar este sistema, se ha implementado una estrategia de gestión integrada que ha priorizado la actualización de la base legal como premisa para el funcionamiento del SCITMA, a partir de la emisión de resoluciones normativas e indicaciones metodológicas para los distintos procesos que gestiona. No obstante a haberse garantizado el fortalecimiento de la base legal para implementar la política trazada por el CITMA, se trabaja para lograr la aplicación plena de la misma.

El Movimiento del Fórum ha tenido un despegue en todo el país, al elevarse la calidad y la participación en los Eventos de Base y Ramales Provinciales, en nuestro organismo se aprecia una positiva situación en la actividad, aunque todavía hay que lograr que los directivos promuevan una mayor participación de sus trabajadores en las distintas áreas.

Se hace necesario volver a destacar que el Premio Anual de la Ciencia, Tecnología, Innovación y Medio Ambiente en el INDER "José Yánez Ordaz", tiene como propósito enaltecer los resultados de la labor científica e investigaciones que más se destaquen en el país, estimulando con ello la creación, científica, la innovación, la visibilidad de la ciencia cubana en el

Deporte para Todos, el Deporte de Alto Rendimiento y la Formación del Talento Humano.
La mayoría de los territorios y centros de subordinación nacional cuentan con la Estrategia de Medio Ambiente 2016-2020.

En relación con el funcionamiento del programa nacional que debe dar respuestas a las prioridades nacionales a atender por la actividad científica con el objetivo de contribuir a elevar la calidad de vida de los ciudadanos y a la formación integral de profesionales y atletas, desde la cultura física y el deporte:

A pesar de que ha sido valorado como positiva la reactivación del funcionamiento de**l Consejo Técnico Asesor** a nivel Central y en las direcciones provinciales y municipales de deportes como órgano consultivo para la toma de decisiones e impulso y control de toda la actividad científica esta actividad requiere ser perfeccionada, propiciando que:

- Sus sesiones de trabajo además de servir como escenario de análisis y control del cumplimiento de los proyectos, sirva además para que se cumplan a cabalidad las funciones específicas de este órgano asesor del Consejo de Dirección.

En la actividad de Normalización y Metrología se aprecian aspectos positivos y se trabaja en aras de cumplir con lo normado por el Ministerio de Ciencia Tecnología y Medio Ambiente.

Proyecciones para el 2017.

- Lograr el desempeño eficiente y consciente de todos los actores en la prioridad necesaria del trabajo científico.
- Lograr el funcionamiento pleno y pertinente, de las entidades de ciencia de la organización, para la ratificación y obtención de su reconocimiento por el CITMA.
- Sistematizar la interacción y comunicación entre los responsables de la actividad de ciencia y técnica en las direcciones municipales y provinciales de deportes con los CEPROMEDE y las facultades de Cultura Física, y con el programa de Deporte y Desarrollo Humano, así como con el de Desarrollo Local de los territorios.

- Agilizar el proceso de evaluación, aprobación, emisión de dictámenes y aseguramiento de los proyectos de investigación.
- Potenciar la concentración de la actividad científica alrededor de las demandas científico-tecnológicas y de innovación de prioridad nacional y territorial.
- Incrementar la producción de nuevas tecnologías, de las innovaciones, de producciones científicas elaboradas bajo nuevas concepciones y en nuevos o mejorados procesos tecnológicos - productivos que favorezcan transformar la realidad existente y elevar la eficiencia en el cumplimiento de la Misión del Deporte Cubano.
- Lograr mayores niveles de participación y sustentabilidad de los procesos de entrega de premios, condecoraciones y reconocimientos de los investigadores del Sistema Deportivo Cubano.
- Lograr la representación del Sistema Deportivo Cubano en la membresía de la Academia de Ciencias.
- Elevar el nivel de coordinación y aseguramiento desde los territorios, entidades y organizaciones nacionales e internacionales para la celebración de la Convención Internacional AFIDE, como evento científico magno del Sistema Deportivo Cubano.
- Sistematizar la aplicación de la Ley No.38 y la resolución No. 15.
- Elevar el nivel de precisión de la determinación de las demandas científico - tecnológicas y de innovación y la determinación de las soluciones desde la actividad de ciencia.
- Elevar la gestión de búsqueda de financiamiento para el desarrollo y gestión de proyectos.
- Lograr una mayor visibilidad de los resultados de la Ciencia como sustento del Sistema Deportivo Cubano a partir del incremento de publicaciones en revistas científicas de niveles I y II y el incremento de las posibilidades de publicación.
- Lograr la inserción en la programación televisiva y radial, con vistas a elevar los niveles de conocimiento del quehacer científico de la organización y sus actores principales.

- Potenciar la capacitación de los recursos humanos como fuente principal de desarrollo del pensamiento transformador, creador e innovador y como consecuencia la elevación de la cantidad y nivel de soluciones.
- Estabilizar el funcionamiento del Consejo Técnico Asesor, revisar su composición para lograr mayor representatividad de las áreas de resultado clave y los territorios.
- Continuar desarrollando las investigaciones sociales en función del desarrollo humano.
- Lograr conciencia y disciplina a partir del incremento del controlen el uso de las normativas que rigen las acciones del SCITMA.
- Avanzar en la concepción de un Sistema de Dirección integrado, donde se defina el Sistema a aplicar como mecanismo de trabajo que permita la coherencia en el funcionamiento y control del cumplimiento de todos los procesos.
- Contribuirá un mejor desempeño del Sistema de Metrología y Calidad a la altura de las exigencias de los propósitos de la organización.
- Elevar los niveles de cuidado y preservación del Medio Ambiente por parte de los trabajadores, estudiantes y atletas.
- Continuar fortaleciendo a todos los niveles el vínculo con las organizaciones políticas y de masas para contribuir a estabilizar el funcionamiento de la ANIR y las BTJ.
- Priorizar la disponibilidad de los recursos humanos y materiales, desde el Consejo de Dirección y Técnico Asesor de las Direcciones de Deporte para el funcionamiento estable de este órgano asesor.

Consideraciones finales

El cumplimento de los retos que impone la sociedad cubana de dar servicios de excelencia como garantía de la elevación de la calidad de vida de la población transita por la aplicación de la ciencia, la tecnología y la innovación, de manera consciente, traducido esto en el quehacer de directivos, funcionarios, profesores y especialistas, en función del desarrollo.

Hay que pasar, del discurso de hacer ciencia al desempeño de hacer realidad esta necesidad, solo así se podrán superar los resultados alcanzados por el Movimiento Deportivo Cubano en correspondencia con el propósito de sostenibilidad y sustentabilidad del proyecto socialista cubano.

"Hay que aplicar métodos más científicos y técnicos en el desarrollo de nuestros deportistas. La excelente base educacional y deportiva de nuestro país nos lo permite… en dos palabras hay que revolucionar los métodos de preparación y desarrollo de nuestros atletas, no solo en la pelota, sino en todas las disciplinas deportivas".

Fidel Castro Ruz, Marzo del 2009

Conferencia: Caracterización del nuevo plan de estudio de la carrera licenciatura en Cultura Física y Deporte.

Autora: Dr. C. Edita Madelin. Aguilar Rodríguez.

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD).

País: Cuba

Resumen

Como parte del perfeccionamiento continuo de los planes y programas de la enseñanza superior en Cuba, se diseñó el Plan de Estudio "E" para la carrera de Cultura Física sobre la base de las orientaciones emitidas por el Ministerio de Educación Superior y teniendo en cuenta las teorías de diseño curricular descritas por autores cubanos y extranjeros, de forma tal que dicho plan respondiera a la formación del profesional en el contexto de la universidad contemporánea; para ello se tuvieron en cuenta premisas y bases conceptuales que dirigen dicho proceso hacia la formación de profesionales integrales, formados con la concepción de perfil amplio que puedan resolver problemas generales y frecuentes en el eslabón de base de la profesión, se tomaron como ideas rectoras la vinculación de la educación y la instrucción y entre el estudio y el trabajo, de forma tal que permitiera la formación continua de los profesionales mediante la relación del pregrado y el postgrado a partir del estudio de las esencialidades de los contenidos, el fortalecimiento de la formación humanista, con una mayor participación de los estudiantes en su formación y basado en las nuevas transformaciones de la educación superior cubana.

Introducción

Los estudios de la Licenciatura en Cultura Física se iniciaron en el año 1973 en la Escuela Superior de Educación Física (ESEF) mediante la Resolución 488/73 del Ministerio de Educación que aproó la transformación de dicha institución en un centro de formación universitaria.

En la actualidad, dichos estudios se desarrollan en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, integrada al Ministerio de Educación Superior en el

presente año, por lo que sustenta la formación de sus profesionales en las diferentes indicaciones, decretos y resoluciones dictadas por él.

La Educación Superior cubana está enfrascada en mantener su modelo de universidad moderna, humanista, científica, tecnológica, innovadora, integrada a la sociedad y profundamente comprometida con la construcción de un socialismo próspero y sostenible.

Una universidad caracterizada por la formación de valores y por el aseguramiento de la calidad de sus procesos sustantivos, en aras de lograr un egresado que posea cualidades personales, cultura y habilidades profesionales que le permitan desempeñarse con responsabilidad social, y que propicie su educación para toda la vida.

Para lograr lo anterior, uno de los retos a vencer es contar con ***diseños curriculares pertinentes*** que sienten las bases para propiciar un incremento continuo de la calidad y la pertinencia en la formación integral de los profesionales del país. De ahí que teniendo en cuenta los Lineamientos del Partido, el Ministerio de Educación Superior realizó una revisión profunda de los programas de formación y desarrollo de los profesionales cubanos, en correspondencia con los nuevos escenarios y condiciones complejas que se vislumbran para las próximas décadas del siglo XXI.

Estos análisis han traído como resultado el planteamiento de un conjunto de políticas para el perfeccionamiento del proceso de formación continua de los profesionales cubanos, una de las cuales expresa lo siguiente: “Perfeccionar la formación de pregrado en carreras de perfil amplio, reenfocándolas hacia la solución de los problemas generales y frecuentes de la profesión en el eslabón de base[1]. Ello posibilita reducir la duración de las carreras a cuatro años”.

Este proceso debe formar en los futuros profesionales de la Cultura Física un elevado compromiso ético y de servicio, digno de la patria y a la sociedad, como una muestra de su identidad con ella y con los principios que la sustentan, por lo que deben desarrollar un conjunto de capacidades de carácter genérico, tales

como: aprender y actualizarse de forma permanente, aplicar los conocimientos en la práctica, anticipar, identificar y resolver situaciones problemáticas con un nivel de análisis y síntesis; trabajar en equipo, motivar a las personas hacia la práctica sistemática de actividades físicas y deportivas, entre otras.

Desarrollo

A partir de 1976 con la creación del Ministerio de Educación Superior, se elabora el Plan de Estudio “A”. Este plan incluía dos especialidades: la de Deportes con 8 especializaciones y la de Educación Física con tres especializaciones, tuvo una duración de cuatro años. Un elemento distintivo de este plan fue la forma de culminación de estudios por Trabajo de Diploma, lo que potenció la labor investigativa en la formación de los profesionales.

En 1982, se pone en marcha el de estudio o Plan “B”, con una duración de cinco años la carrera. Este incrementó el número de especializaciones en Deportes a 12 y disminuyó a dos las de Educación Física, como nuevo elemento se distingue la incorporación de un semestre de práctica laboral al final de la carrera vinculada a su futuro desempeño profesional. Pero lo más novedoso del Plan “B” fue la creación del Curso para Atletas.

En 1987 se inicia la elaboración del Plan de Estudio C” en el que se declaran por primera vez, cuatro esferas de actuación: la Educación Física, la Recreación y el Deporte y la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica. Se introducen como elementos novedosos: el principio de la integración de los componentes académico, laboral e investigativo como base del diseño curricular con la realización de práctica docente en las cuatro esferas de actuación.

En 1997 se introducen nuevos adelantos en las esferas científico- tecnológicas y del diseño curricular, por lo que se propone el Plan “C” modificado que tuvo como novedad una nueva etapa conocida como la “Universalización de la Educación Superior”.

El diseño y desarrollo curricular del Plan “D” se sustenta en un modelo teórico - metodológico integrador de base humanista e histórico – cultural del desarrollo humano, dirigido a la formación integral de los profesionales de la Cultura Física, a

partir de un enfoque en sistema con el perfeccionamiento de las estrategias curriculares y la posibilidad de una salida intermedia al concluir el tercer año de la carrera.

Todos esos antecedentes dan lugar en el proceso de perfeccionamiento continuo de la Educación superior a la propuesta de la confección del Plan de Estudio “E”, en abril de 2016, a partir de las limitaciones presentadas en los planes de estudio “D” y la necesidad del cumplimiento de los lineamientos 143, 151 y 152 de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución los cuales propiciaron la revisión profunda de los programas de formación y desarrollo de los profesionales cubanos, en correspondencia con los nuevos escenarios y condiciones complejas que se vislumbran para las próximas décadas del siglo XXI.

Estos análisis llevaron a la aplicación de nuevas políticas para el perfeccionamiento del proceso de formación continua de los profesionales cubanos reenfocándolas hacia la solución de los problemas generales y frecuentes en el eslabón de base de la profesión. En el caso de la carrera de Cultura Física, son los siguientes:

- Dirección de los procesos pedagógicos inherentes a la Cultura Física, formando mediante su ejemplo personal y las oportunidades que genera la propia actividad que dirige, los valores que caracterizan la profesión.
- Demostración práctica de los elementos técnicos de los deportes motivo de clases en los programas de Educación Física y en los programas integrales de preparación del deportista (PIPD).
- Promoción y ejecución de actividades profilácticas, terapéuticas, deportivas y recreativas en respuesta a la diversidad en el entorno comunitario que garanticen un estilo de vida saludable y la recreación sana para la población.
- Investigación e innovación científico-técnica como vía para transformar la realidad y la solución de problemas que se manifiestan en su campo de acción y esferas de actuación.
- Comunicación dialógica basada en el intercambio de opiniones y el respeto mutuo, con adecuada expresión oral y escrita, evidenciándose en la correcta

comunicación con los usuarios del servicio que se presta y demás personal con el cual interactúa.

A partir de la identificación de los problemas generales y frecuentes a resolver por los egresados, las premisas fundamentales para el diseño de esta generación de planes de estudio y las bases conceptuales elaboradas para tales efectos, se procedió a conformar el Plan E para la Carrera de Cultura Física.

El perfeccionamiento del *modelo de formación de perfil amplio y la esencialidad de los contenidos* posibilita reducir el tiempo de duración de las carreras y como resultado formar en menos tiempo los profesionales que la sociedad necesita y demanda).

Una mayor *articulación del pregrado y el posgrado permite* una efectiva flexibilidad curricular*:* contenidos curriculares estatales (currículo base), contenidos curriculares propios (currículo propio) y contenidos curriculares optativos/electivos (currículo optativo/electivo).

Se logra mayor *grado de racionalidad* en el diseño del plan de estudio y se logra un equilibrio adecuado entre las *actividades académicas, laborales e investigativas.*

Otros de los elementos que caracterizan el plan de estudio es el fortalecimiento de la formación humanista, el protagonismo del estudiante en su proceso de formación, un amplio y generalizado empleo de las TIC, una vinculación más estrecha entre la universidad con los organismos empleadores y las transformaciones en la evaluación del aprendizaje donde debe considerarse además, su carácter cualitativo y formativo.

El reto que presupone para la Cultura Física y el Deporte cubano, en el logro de la formación de las nuevas generaciones en estos ideales sociales, está en la elevación de la **PROFESIONALIDAD**, al comprender la necesidad de profundizar en los métodos y acciones que contribuyan a la preparación integral, de esta manera cumplir a cabalidad su objeto de trabajo.

En consecuencia, una vez egresado el **objeto de trabajo** del Licenciado en Cultura Física se concreta en el desarrollo de actividades físicas, deportivas y recreativas con niños, adolescentes, jóvenes, personas adultas y de la tercera

edad, con el propósito de satisfacer necesidades, motivos e intereses de desarrollo físico, de práctica deportiva comunitaria, recreación y con fines profilácticos y terapéuticos, dirigidas al mejoramiento de la salud y de la calidad de vida de la población desde una visión del “Deporte para Todos”.

En correspondencia con el objeto de trabajo, los modos de actuación tienen un carácter eminentemente pedagógico y se ponen en práctica mediante habilidades profesionales que dan respuesta al *“saber”, “saber hacer” y “saber ser”* del profesional de la Cultura Física, a partir del análisis funcional del ejercicio profesional para un desempeño competente y responsable acorde a las exigencias sociales. Dichas habilidades son las siguientes:

Las **habilidades profesionales básicas** se relacionan con: el actuar con compromiso social y político en el ejercicio profesional institucional, desarrollar una comunicación dialógica basada en el intercambio de opiniones y el respeto mutuo, con adecuada expresión oral y escrita, interpretar información especializada en idioma Inglés y comunicarse en ese idioma**. (Categoría B1)+,** argumentar sus criterios y acciones profesionales sobre la base de las Ciencias Sociales y Psicopedagógicas y de las aplicadas a la actividad física, utilizar las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC) en la búsqueda, intercambio y procesamiento de la información y como fuente de auto-aprendizaje y autodesarrollo profesional, emplear métodos y técnicas de investigación para identificar, definir, y solucionar problemas profesionales, trabajar en equipo y saber socializar con ética los diferentes criterios, con respeto al trabajo propio y al de los demás.

Las habilidades profesionales específicas del Licenciado en Cultura Física se materializan en: la aplicación la metodología de la enseñanza de la gimnasia, los juegos y los deportes, las diferentes formas de diagnóstico, planificación, control y evaluación de la actividad física y la técnicas, ejercicios profilácticos y terapéuticos de rehabilitación física, así como métodos de control y adaptación de actividades a personas discapacitadas o con necesidades educativas especiales; diseñar proyectos comunitarios con un fin transformador, a partir del diagnóstico de necesidades socioculturales y de actividad física de la población, en los

contextos en que desarrolla su actividad laboral e investigativa, organizar y desarrollar actividades físico-deportivas y recreativas en diversos medios naturales en la comunidad, desde una visión de “Deporte para Todos”, y medio ambiental.

Debe además, planificar actividades que satisfagan la atención a la diversidad en la práctica de la actividad física e instrumentar y ejecutar el cuidado y mantenimiento de instalaciones y medios deportivos.

Los campos de acción de este profesional los constituyen las Ciencias de la Cultura Física: Psicología y Pedagogía aplicadas a la Cultura Física, Fundamentos Biológicos de la Actividad Física, además de las didácticas especiales en la Teoría y Práctica de la Educación Física y del Deporte, Cultura Física Profiláctica y Terapéutica; así como la Recreación Física y sus diferentes esferas de actuación profesional son: la Educación Física, la Cultura Física Profiláctica y Terapéutica, la Recreación Física, así como los Deportes en el eslabón de base.

El Plan “E” de Cultura Física, mantiene la concepción de Perfil Amplio, lo cual asegura una mayor empleabilidad del egresado de esta carrera en sus diferentes esferas de actuación, así como, la posibilidad de movilidad laboral al poder cambiar de esfera de actuación profesional dentro del campo de la Cultura Física en correspondencia con las necesidades socio-políticas y económicas actuales y perspectivas del país y de cada territorio.

De ahí que las funciones del Licenciado en Cultura Física son: dirigir actividades físico - deportivas y recreativas en las diferentes esferas de actuación del profesional, partiendo de criterios científicos, la legislación vigente y las indicaciones metodológicas establecidas, promover y organizar actividades de la Cultura Física en su centro laboral y en el contexto social, formar valores, actitudes y convicciones patrióticas a través de las actividades que dirige, evaluar los procesos de la Cultura Física con objetividad y nivel científico, en correspondencia con las características físicas, psíquicas y biológicas de los participantes para valorar sus resultados y la asimilación de los contenidos impartidos como base para la planificación de nuevas actividades, perfeccionar su

actuación y desempeño profesional, con amplia utilización de las TIC, la literatura especializada más actual, así como el desarrollo de estudios de postgrado.

El **Modelo del Profesional** como representación del ideal que deben alcanzar los egresados, contiene también los objetivos formativos generales de la carrera y de los años académicos, en consonancia con las funciones y tareas correspondientes, así como las cualidades que deben caracterizar al futuro profesional de la Cultura Física.

Objetivos generales

1. Demostrar con su actitud y ejemplo personal una sólida preparación ideopolítica, basada en el dominio de la historia de Cuba y los fundamentos del Marxismo - Leninismo que se sintetizan en la ideología de la Revolución cubana, con una actuación que evidencie su amor por la Patria, la disposición a defenderla, desde una posición ético-humanista.
2. Dirigir los diferentes procesos pedagógicos en el ejercicio de su profesión, con el empleo de habilidades pedagógicas, terapéuticas, físico-deportivas y recreativas, en correspondencia con los enfoques filosóficos, económicos, psicopedagógicos, biológicos, socioculturales, éticos y estéticos, a partir de un pensamiento reflexivo, transformador y de atención a la diversidad, así como el uso de las tecnologías de la información y la comunicación en las diferentes esferas de actuación.
3. Dominar el idioma Español como soporte básico para la adecuada comunicación, a partir del uso del vocabulario técnico de la profesión, de modo que se revierta en su quehacer profesional, además de la utilización de los conocimientos de la Lengua Inglesa para el desarrollo de habilidades comunicativas en el ejercicio de la profesión.
4. Demostrar en su actuación diaria una cultura general que evidencie la protección del medio ambiente, con énfasis en las condiciones higiénico-sanitarias de las instalaciones deportivas y personales; el ahorro energético, la sexualidad y relaciones de igualdad entre los géneros, el cuidado de su salud física, mental y educación nutricional, que le permitan mantener un

comportamiento responsable, en consonancia con un desarrollo socioeconómico sostenible.

5. Dominar los fundamentos del conocimiento científico y los métodos de investigación que le permitan solucionar problemas del ejercicio de la profesión sobre la base del principio de la vinculación de la teoría con la práctica educativa.
6. Autoevaluar sistemáticamente el desarrollo alcanzado en las diferentes áreas de su personalidad, a partir de su preparación política, cultural y profesional, a través de la vía autodidacta y durante su preparación para el empleo, en armonía con las diferentes formas de superación posgraduada.

El sistema de valores de la carrera, coincidente con el del INDER y el MES, por lo que se considera la dirección de la formación mediante los siguientes valores: dignidad, patriotismo, humanismo, solidaridad, honradez, honestidad, responsabilidad, laboriosidad, justicia, valentía, firmeza, combatividad, antiimperialismo, creatividad, altruismo y pertenencia

En el proceso de formación, la integración de las habilidades profesionales y del sistema de valores de la carrera debe expresarse en cada estudiante, desde el punto de vista cognitivo en el desarrollo de un pensamiento reflexivo, crítico y autocrítico; así como creativo, que le permita con independencia y de forma lógica e inteligente interactuar con su medio y transformarlo, además desde el punto de vista afectivo, mostrar a los alumnos sentimientos de amor, comprensión y atención a sus necesidades, sin dejar de ser exigente, pero con flexibilidad y formas de comunicación adecuadas que propicien el establecimiento de una relación basada en la aceptación, respeto mutuo y confianza.

Corresponde a cada disciplina y colectivo de año traducir estos valores en formas de actuación concretas, en conductas deseables relacionadas con ellos. A su vez, existe la posibilidad de incorporar otros valores y operacionalizarlos en formas de actuación o conductas deseables, que sirvan de indicadores de evaluación y regularmente se expresen, con tendencia al auto-perfeccionamiento, de forma consecuente con los principios y normas, de ahí que, se conviertan en indicadores

de desarrollo de esos valores en el proceso de formación del profesional de la Cultura Física.

Para la formación de los profesionales de la Cultura Física se establecieron once disciplinas que a su vez se dividen en cuarenta y cinco asignaturas que responden a los conocimientos necesarios para el trabajo en el eslabón de base.

Disciplinas de la carrera	
Generales	• **Marxismo Leninismo** • **Historia de Cuba** • **Preparación para la Defensa**
Básicas – Específicas	• **Fundamentos Biológicos de la Actividad Física** • **Psipedagogía de la Actividad Física** • **Métodos de Análisis e Investigación en la Cultura Física**
Del ejercicio de la profesión	• **Teoría y Práctica de la Educación Física** • **Teoría y Práctica del Deporte** • **Cultura Física Profiláctica y Terapéutica** • **Recreación Física** • **Formación laboral Investigativa**

Se declara como el eslabón de base de la profesión en la carrera de Cultura Física a la **escuela** y el **combinado deportivo**, donde se desarrolla el proceso docente educativo en las cuatro esferas de actuación de este profesional, dirigido a la práctica sistemática de la actividad física, en función de la formación integral de niños, adolescentes, jóvenes y adultos.

Conclusiones

1. El Plan “E” presenta un diseño y desarrollo curricular que se sustenta en un modelo teórico - metodológico integrador de base humanista e histórico – cultural del desarrollo humano, dirigido a la formación integral de los profesionales de la Cultura Física.

2. Por primera vez se diseña una Disciplina Principal Integradora (**Formación Laboral Investigativa en la Cultura Física)** que atraviesa transversalmente todo el proceso de formación de los estudiantes y abarca las asignaturas dirigidas a la práctica laboral de los estudiantes que comienza desde el primer año de la carrera con la práctica docente interna y concluye en el 7mo semestre.
3. El diseño del Plan E, permite en el proceso de formación, la integración de las habilidades pedagógicas profesionales y el sistema de valores de la carrera en cada estudiante que se expresa desde el punto de vista cognitivo, en el desarrollo de un pensamiento reflexivo, crítico y autocrítico así como creativo, que le permita actuar con independencia y de forma lógica e inteligente, interactuar con el medio y transformarlo.

Bibliografía

Ministerio de Educación Superior 2016. Documento Base para el diseño de los planes de estudio E. Cuba

López Rodríguez. A. (2008). Plan de Estudio D. Instituto Superior de Cultura Física. La Habana.

Álvarez de Zayas RM. (2002) Currículum integral y contextualizado. (Tomado de “Hacia un currículum integral y contextualizado”, Capítulo 6. La Habana:

Horruitiner Silva P.(2006). La universidad cubana: el modelo de formación. La Habana: Editorial Félix Varela;. ISBN 959-258-894-5. 6.

González O. Curriculum: diseño, práctica y evaluación. Ciudad de La Habana: Universidad de La Habana (CEPES); 1994.

Título: Conferencia: La Formación doctoral en la UCCFD "Manuel Fajardo"

Autores: Dra. C. ISABEL MARÍA FLEITAS DÍAZ

Dra. C. MAGDA MESA ANOCETO

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) se crea mediante la ley No. 936 del Consejo de Ministros en el año 1961. En ella se designa a la Escuela Superior de Educación Física (ESEF) "Manuel Fajardo" para la formación de los recursos humanos de este organismo, que es la institución que en el año 1973 se transforma en centro de Educación Superior, surgiendo el Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", que por el acuerdo 6643 del Consejo de Ministros con fecha 25.05.2009 asume la condición de Universidad.

El Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", hoy Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD), fue aprobado como institución autorizada para llevar a cabo el proceso de formación de doctores, el 2 de diciembre de 1977 por el acuerdo **06.07.77**de la Comisión Nacional de Grados Científicos. Siendo una de las 14 instituciones que, por primera vez en Cuba, asumieron esta responsabilidad.Esta institución ha formado más de 200 doctores, de ellos 52 extranjeros.

El Sistema de Grados Científicos de la República de Cuba, ha transitado por diversas etapas en las cuales, conjuntamente ha transitado la formación doctoral de la actual UCCFD, siempre en un ambiente contextualizado en cuanto a las necesidades del país y las particularidades de la propia institución.

Es objetivo de este trabajo, sintetizar los principales momentos del proceso de formación de doctores de la Cultura Física en la UCCFD, lo que contribuirá a sostener una memoria histórica a disposición de las nuevas generaciones universitarias.

Título: La Superación y capacitación de los trabajadores del Sistema Deportivo cubano desde nuevos escenarios.

Autores: M.Sc. Eduardo Santana Lozano.
M.Sc. Arnaldo Rivero Gómez.
Institución: INDER
País: Cuba

Resumen

La superación constituye una alta prioridad para el INDER, como organismo formador, y para cualquier entidad que en el mundo se dedique a preparar profesores de Educación Física y Deporte. La misma debe ser necesaria, atractiva, creativa y sistemática, que posibilite influir en la calidad de los servicios que se ofertan y de esta forma contribuir al incremento de los resultados, asi como al desarrollo de la maestría pedagógica y el nivel de profesionalidad de los trabajadores del sector deportivo.

El INDER como política, asegura el acceso a la superación continua de los Recursos Humanos en el sistema deportivo, combinando formas, contenidos, plazos de tiempo y recursos que garantizan la continuidad, eficiencia y especificidad según las necesidades y planes de superación a todos los niveles, para de esta forma lograr un incremento del desempeño laboral y los resultados del trabajo.

En esta Conferencia se presenta la Política de Superación del Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación, la Estrategia de Superación para el ciclo Olímpico 2017 – 2020, las que satisfacen las necesidades de los trabajadores de los15 subsistemas concebidos en el Deporte Cubano.

En Cuba se ofertan diversas modalidades de superación, entre las que destacan: la Formación Académica de Posgrado, Cursos de Superación, de Capacitación, así como Conferencias, Seminarios, Simposios, Clínicas, Talleres, Mesas Redondas, Paneles de Expertos, Secciones en los Programas de Televisión y Radio, Adiestramientos, así como otras formas y variantes que se aplican en otros países con buenos resultados.

La atención priorizada a la formación académica de posgrado en el mundo es vital para contar con profesionales de un alto nivel técnico y una elevada cultura general integral, los cuales integran los claustros y colectivos de profesores, entrenadores y dirigentes de los centros de formación.

La Superación y el Posgrado en los nuevos escenarios, constituyen una inversión y no un gasto, lo que permitirá garantizar el desarrollo de los 15 subsistemas, para lo que resulta imprescindible el compromiso de los recursos humanos.

Introducción.

En esta nueva fase de desarrollo del deporte, la superación y el postgrado ocupa una prioridad fundamental ante el incremento de graduados de técnicos medios en las EPEF y como Licenciados en Cultura Física, para ellos se necesita diversificar las modalidades y vías tanto de la superación como de la formación académica de postgrado poniéndolas al alcance de los integrantes de cada subsistema de superación aprovechando al máximo las capacidades y potencialidades existentes en el Sistema de Enseñanza Deportiva (SDE) y en el país.

A partir de la responsabilidad que todos tenemos en la superación y la capacitación de nuestros recursos humanos se hace necesario interiorizar los conceptos de superación docente así como el de capacitación y desarrollo por la importancia del cumplimiento de los mismos para enfrentar los retos del deporte en los nuevos escenarios.

Superación Docente: es un proceso consiente, deliberado, participativo y permanente, debidamente planificado y ejecutado con el fin de mejorar el desempeño docente y por tanto los resultados del proceso educativo, promover el autodesarrollo y el mejoramiento profesional entre los docentes además de fomentar las actitudes positivas que propicien una realización personal permanente y un mayor compromiso institucional y social.

Capacitación: comprende un conjunto de acciones educativas y administrativa orientadas al cambio y mejoramiento de los conocimientos, habilidades y actitudes del personal de una institución a fin de propiciar mejores niveles de desempeño compatibles por las exigencias del puesto que desempeña y por tanto posibilitar su

desarrollo personal así como la eficiencia , eficacia y efectividad institucional a la cual sirve.

Los Subsistemas de Superación del INDER son: Deporte de alto rendimiento, Deporte masivo, Educación Física, Deporte para Todos, Recreación, Formación de personal docente, Atletas activos y retirados, Medicina Deportiva, Deporte para Discapacitados, Jueces y Árbitros, Informática deportiva, Cuadros de dirección, Trabajadores de áreas de apoyo al deporte, Colaboración deportiva y Activistas voluntarios.

La Superación en el INDER:

- La Superación constituye una prioridad para el Organismo deportivo, por su condición de formador.
- En el Sistema de Dirección del Organismo, se cuenta con un indicador relacionado con la Superación, para su evaluación en los territorios, centros de subordinación nacionales y provinciales.
- Todos los centros y territorios cuentan con un Plan de Superación, que responden a las necesidades reales según el desempeño de cada trabajador.
- Trimestralmente analiza y evalúa el cumplimiento del Plan de Superación de las Áreas y los Individuales.
- Se realizan Visitas de Inspección Integrales y Temáticas del Organismo a las provincias y centros de Subordinación, en las cuales se controla y evalúa el funcionamiento de la Superación, así como el impacto logrado.

Es de suma importancia concebir la capacitación, la superación y el postgrado como una inversión, la cual garantizará el éxito en el cumplimiento de la misión del INDER en los nuevos escenarios nacionales e internacionales, permitiendo evaluar anualmente en cada cuadro y especialista, su participación y resultados incorporados a la calidad de su trabajo.

La forma de obtener el éxito esperado es logrando que los directivos asuman la responsabilidad que les asiste con la capacitación, la superación y el postgrado

de los recursos humanos subordinados y evalúen con rigor el desempeño de los mismos.

Los diagnósticos de necesidades de superación, tienen que realizarse con la profundidad requerida para lograr identificar las necesidades manifiestas y encubiertas de los recursos humanos y a partir de ahí elaborar las acciones estratégicas a corto, mediano y largo plazo de los planes de superación individuales a todos los trabajadores del sistema deportivo y poder lograr el desempeño necesario en el camino a la excelencia.

La autosuperación dirigida, consiente y sistemática de los recursos humanos juegan un papel fundamental por lo que se precisa, por parte de los directivos, la motivación y evaluación de la misma.

El diseño de procedimientos metodológicos para medir el impacto de la superación y el postgrado, así como de la autosuperación en todos los colectivos de trabajo nos permitirá medir los beneficios logrados, los aportes, las mejoras así como los procesos favorecidos.

El camino a seguir para obtener los resultados esperados dependerá de lograr una planificación objetiva e intencionada mediante una ruta crítica de la superación y el postgrado para evitar trabajar en contingencia.

Las acciones para fortalecer el trabajo político ideológico y en valores en nuestros trabajadores y estudiantes se hará teniendo en cuenta nuestras conquistas, historia, metas y retos en la esfera.

Todos los procesos hay que conducirlos por lo que se hace necesario fortalecer la superación y el postgrado de los cuadros de dirección utilizando las Escuelas Ramales del INDER y otras vías universitarias.

El motivar, a los profesionales del organismo, a la búsqueda de información, investigación y publicación de artículos científicos y de divulgación es una vía para elevar su nivel profesional que le permitirá enfrentar los retos actuales del deporte en todos los ámbitos.

Producto al calentamiento global y a los cambios climáticos se hace necesario proteger el medio ambiente por lo indicamos realizar acciones que fortalezcan la educación ambiental como forma de desarrollar un deporte socialista sustentable.

Los procesos de integración de las Universidades que se desarrollan en nuestro país nos obliga a mantener los vínculos de trabajo con la UCCFD ¨Manuel Fajardo¨ y las Facultades de Cultura Física de las Universidades Provinciales del país a través de convenios y/o contratos encaminados a lograr los servicios académicos y científicos que necesita el INDER en el cumplimiento de su misión y en el logro de su visión, además de, establecer los convenios y alianzas estratégicas pertinentes que surjan de las demandas de necesidades de superación con Universidades, Escuelas de Capacitación, Asociaciones e Instituciones y gestionar cursos para nuestros trabajadores en los centros que presten dichos servicios en cualquier organismo.

La atención priorizada a la formación académica de postgrado (maestrías, especialidades, y doctorados) en todo el país que respondan a las demandadas existentes es de suma importancia para el logro de profesionales de excelencia que integrarán nuestros claustros de profesores, entrenadores y dirigentes.

El rigor académico con que se impartan los cursos y seminarios nacionales y sus reciclajes en los territorios y el desarrollo de procedimientos metodológicos que midan su impacto, juegan un papel fundamental por lo que representa llevar los conocimientos desde el Organismo Central hasta los combinados y es por esto que se requiere el aseguramiento para el éxito de la actividad.

El uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones (tics), y de las diversas fuentes bibliográficas y audiovisuales en la superación de todo el personal de nuestro sistema es imprescindible por lo que nos lleva a aumentar el control del uso y cuidado de los equipos informáticos, tener dominio de las bibliografías especializadas(textos y materiales de consulta), así como su completamiento, incrementar los programas audiovisuales y continuar utilizando la Televisión como medio atractivo y eficaz para la superación de nuestros trabajadores y estudiantes; si es preciso coordinar con las bibliotecas municipales la creación de un stand del deporte.

El dominio de los idiomas (inglés, francés portugués, y otros) permiten que nuestro especialistas eleven su cultura general integral y poder ampliar la diversificación

de la cooperación internacional, así como, utilizar fuentes bibliográficas internacionales de avanzada.

La superación de los técnicos medios y obreros calificados que laboren en nuestras instituciones tiene que verse como una prioridad en todas nuestras Unidades Organizativas y por ello es preciso darle seguimiento a cada acción, así como, a los trabajadores involucrados en las mismas para lograr que todos los que inicien lo terminen con altas calificaciones.

Actualmente se han creado Unidades de Superación en nuestras Escuelas de Profesores de Educación Física (EPEF), con el objetivo de satisfacer las necesidades de superación de los trabajadores de los 15 subsistemas y en las Escuelas de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE), para el subsistema de Deporte de Alto Rendimiento. En las Escuelas Nacionales, estas Unidades de Superación priorizarán el Adiestramiento de Entrenadores de las EIDE, así como de los propios entrenadores de su centro.

Está demostrado que todo lo que se planifique y no se controle puede no cumplirse con la calidad requerida por lo que se tiene que elevar la exigencia en el cumplimiento de lo establecido durante las visitas funcionales a los centros subordinados y territorios, señalar lo incumplido, dar asesoramiento, talleres metodológicos y reuniones fundamentales encaminadas a mejorar la calidad de los procesos de superación, capacitación y postgrado.

Los resultados deportivos y la calidad de los egresados como profesores de Educación Física depende de la preparación de los claustros por lo que pretendemos, para lograr un claustro docente de excelencia que los profesores sean capaces de:

• Prestar servicios docentes de calidad (clases, actividades y entrenamientos deportivos de excelencia).

• Desarrollar una labor formativa enriquecedora que fortalezca la preparación integral de los usuarios.

• Aplicar la ciencia, la innovación y el respeto al medio ambiente en la labor docente.

• Desarrollar habilidades, conocimientos y aptitudes en el desempeño de sus funciones.
• Desarrollar conocimientos jurídicos, cívicos, económicos, de control interno y de Historia de Cuba esenciales para todo el personal del sistema deportivo.
• Desarrollar una profunda preparación política e ideológica y saber trasmitirla durante sus clases y fuera de estas.

De la preparación que reciban los recursos humanos dependerá los resultados que se obtendrán y la forma en que se materialicen, en su radio de acción, los conocimientos adquiridos, por lo que, se debe incluir en el presupuesto de cada unidad organizativa el aseguramiento de todas las acciones de superación.

La colaboración internacional que presta nuestro país aumentará sustancialmente en la medida que se logre el éxito en la superación y en la formación de postgrado de los técnicos y especialistas de nuestro sistema Lograr la capacitación, la superación y el postgrado de los especialistas del deporte en cada territorio para disponer de un potencial con mayor preparación para colaborar con otros países que demanden estos servicios.

El trabajo metodológico tiene que ser concebido como la vía más efectiva para lograr una acertada preparación científica pedagógica de los claustros docentes y cuadros de dirección, además de asegurar una formación integral y con mejores resultados.

Los cursos de Solidaridad Olímpica y de ODEPA son de suma importancia para nuestros técnicos del deporte por lo que se tienen que impartir con un máximo de calidad y posteriormente medirse el impacto en los diferentes niveles. Similar importancia tiene la gestión de las becas de Solidaridad Olímpica, ODEPA, de países y universidades ya que propicien el intercambio científica y académico internacional.

En nuestras escuelas de Formación de Atletas de Alto Rendimiento la cifra de atletas activos graduados ha crecido sustancialmente por lo que se hace necesario ofertarle estudios de superación y postgrado en dependencia de sus necesidades y posibilidades.

Ampliar la oferta de estudios en la superación y el postgrado para la gran cantidad de atletas que ya están graduados de nivel superior y se mantienen activos.

Teniendo en cuenta la prioridad de la capacitación, superación y el postgrado en nuestro sistema se precisa darle un mayor peso a los resultados en esta esfera como parte de la evaluación profesional de los profesores, metodólogos y cuadros lo que estimulará al cumplimiento de las acciones comprometidas en los planes individuales de superación, lo cual, tributará a elevar los resultados en su desempeño.

La atención a las áreas de montaña, bateyes y otras comunidades de difícil acceso tiene que ser priorizado en los territorios comprometidos tratando de llevar a esos lugares las acciones de capacitación y superación, así como, garantizar la fuerza técnica responsabilizada con el deporte, la educación física y la recreación.

La Superación constituye una de las herramientas fundamentales del INDER para mantener y superar los resultados obtenidos hasta estos momentos.

La Superación en el INDER, es una prioridad, es socializadora, persigue lograr impactos en el profesional de la Cultura Física y el Deporte y de esta forma lograr un incremento de la maestría pedagógica y el nivel de desempeño de los trabajadores.

Bibliografía:

1. Mayor Ruiz C. El desarrollo profesional del profesorado universitario. Universidad de Sevilla (España) [documento en Internet]. octubre 1996. [citado 2013 octubre12]. Disponible en http://prometeo.us.es/idea/publicaciones/cris/24.pdf.

2. León V, Herrera L. Una visión de la profesionalización como categoría de las ciencias de la educación. Revista Cuadernos de Educación y Desarrollo [revista en Internet]. marzo 2010 [citado 2013 octubre 12];2(13). Disponible en: http://www.eumed.net/rev/ced/index.htm.

3. Imbernón F. Actualidad y nuevos retos de la formación permanente. Revista Electrónica de Investigación Educativa [revista en Internet]. 2006 [citado 2013

octubre 12];8(2). Disponible en: http://redie.uabc.mx/vol8no2/contenido-imbernon.html
4. Valiente Sandó P. La superación profesional de docentes y directivos educacionales: una propuesta para su dirección. [Curso No. 77]. La Habana: Evento Internacional Pedagogía 2005, IPLAC.; 2005.
5. Añorga Morales J, Barbón Pérez OG. Redes de Profesionalización Pedagógica de la Educación Avanzada (REPROPED) [Proyecto Interactivo]. La Habana: Universidad Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona; 2012.
6. Martínez Llantada M. Concepción teórica metodológica del diseño de cursos para la superación permanente de profesionales de la educación [Conferencia]. La Habana: IV Congreso Internacional de Educación Superior "Universidad 2004"; 2004.
7. Ponce E. La competencia pedagógica básica en el adiestramiento universitario, una forma de coadyuvar a su formación docente. Revista Pedagogía. [revista en Internet]. 2008 [citado 2013 octubre 12];(38). Disponible en http://revistas.mes.edu.cu/greenstone/collect/repo/import/repo/20081002/1609480808306.pdf
8. Imbernón F. Una nueva formación permanente del profesorado para un nuevo desarrollo profesional y colectivo. Revista brasileira de formação de professores-RBFP [revista en Internet]. 2009 maio [citado 2013 octubre 12];1(1):31-42. Disponible en: http://www.facec.edu.br/seer/index.php/formacaodeprofessores/article/viewFile/18/62.
9. García Ramis L. Los retos del cambio educativo. La Habana: Ed. Pueblo y Educación; 1996. p. 23-31.
10. Piña Tovar N. Estrategia de Superación desde visiones de Educación Permanente para los profesores de Educación Física de Saltillo, Coahuila, México. [Tesis]. La Habana: Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo; 2004.
11. Fraga Luque O. Estrategia de superación profesional para la preparación teórica metodológica del docente en el contenido de la ética martiana [Tesis] La Habana: Universidad Pedagógica Félix Varela; 2005.

12. Revista Cubana de Reumatología ISSN: 1817-5996 Volumen XVI, Número 1; 2014: Formación permanente, superación profesional y profesionalización pedagógica. Tres procesos de carácter continuo y necesario impacto social
13. Bernaza G, Lee F. Algunas reflexiones, interrogantes y propuestas de innovación desde la perspectiva pedagógica de la educación de postgrado. Revista Iberoamericana de Educación [revista en Internet]. 2004 [citado 2013 octubre 12];34(2):10-16. Disponible en: http://www.rieoei.org/deloslectores/755bernaza.PDF.
14. Añorga Morales J. La Educación Avanzada teoría pedagógica para el mejoramiento profesional y humano de los recursos laborales y de la comunidad. Programa del Diplomado. La educación avanzada. Revista Octaedro. 2001:29-41.
15. Addine F, Miranda T. Caracterización del Modo de actuación del profesional de la educación. Revista Varona [revista en Internet]. 2003 [citado 2013 octubre 12];(36-37):10-21. Disponible en: http://revistas.mes.edu.cu/greenstone/collect/repo/index/assoc/D9789591/607690.dir/9789591607690.pdf
16. Ortiz Torres E, Mariño Sánchez M A. La profesionalización del docente universitario a través de la investigación didáctica desde un enfoque interdisciplinar con la Psicología. Rev. Iberoamericana de Educación. [revista en Internet]. 2011 [citado 2013 octubre 12]:1-12. Disponible en http://www.rieoei.org/deloslectores/888Ortiz.PDF
17. Barbón Pérez OG, Añorga Morales J. Aproximación a una concepción teórico-metodológica de los procesos de profesionalización pedagógica en la Educación Superior. Revista Ciencias Pedagógicas e Innovación. [revista en Internet]. 2013 junio [citado 2013 octubre 12];3. Disponible en http://upse.edu.ec/rcpi/index.php/contenido2013/100-aproximacion-a-una-concepcion-teorico-metodologica-de-los-procesos-de-profesionalizacion-pedagogica-en-la-educacion-superior.
18. Tejada Ferández, J. y Ferrández Lafuente, E. (2007). La evaluación del impacto de la formación como estrategia de mejora en las organizaciones. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 9 (2).

Título: Conferencia: La Universidad del Deporte Cubano una Institución de referencia Nacional e Internacional.

Autor: Dr. C. Héctor Noa Cuadro. Rector

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Introducción

La formación de profesionales de la cultura física y el deporte en Cuba ha estado marcada por la impronta del Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, ya que tempranamente, con su gran visión de futuro, comprendió que para "impulsar el deporte y llevarlo tan lejos como fuera posible", se necesitaba formar el talento humano que fuera capaz de llevar a cabo esa tarea y materializar en la práctica todas las transformaciones necesarias para implementar la política deportiva de la Revolución. Sobre la base de esa premisa se aprueba el 23 de febrero de 1961 la ley 936 a la luz de la cual se crea el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) y mediante una disposición adicional de esta propia ley se crea el Centro de Educación Física y Deportes "Comandante Manuel Fajardo", como Escuela Superior y altamente calificada para la formación y superación de profesores, instructores y entrenadores de educación física y deportes, el que funcionaría adscripto al INDER.

Es así como se inicia la formación de profesionales de la Cultura Física y el Deporte en Cuba, ya en 1973 la Escuela Superior de Educación Física (ESEF) por el desarrollo docente, científico y metodológico alcanzado, mediante la Resolución 488/73 del Ministerio de Educación, inicia la formación de licenciados en Cultura Física. En 1976 con la creación del Ministerio de Educación Superior (MES), se funda la red de centros de educación superior y la ESEF adquiere el nombre de Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo" (ISCF).

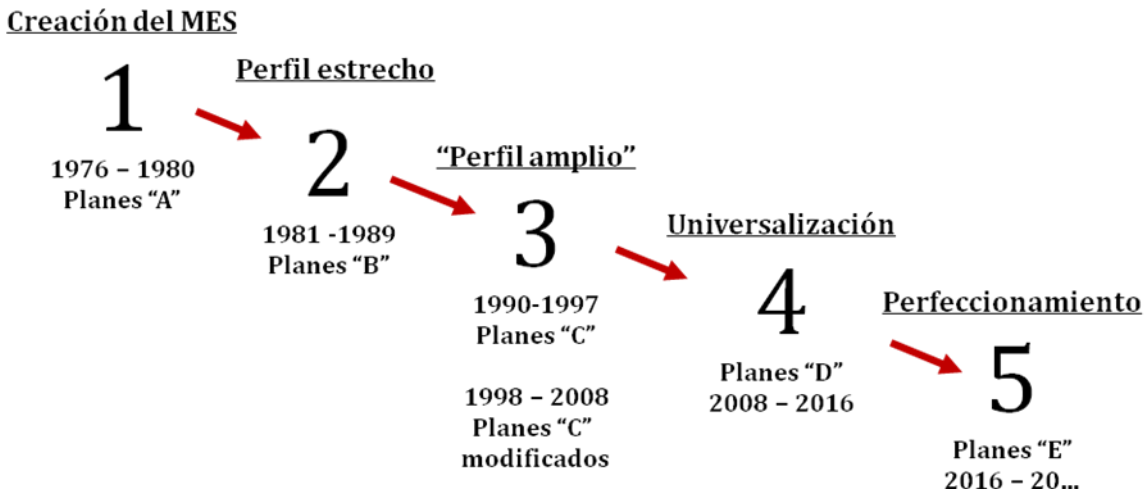
En el 2009 por el acuerdo 6643 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros el Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo" (ISCF) se convierte en

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" (UCCFDMF).

Desarrollo

La Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte es hoy en día una sólida institución académica que ha evolucionado a lo largo del proceso revolucionario respaldando uno de sus preceptos esenciales: "El deporte como derecho del pueblo", el cual progresivamente ha consolidado el ideal de Cultura Física de nuestra nación, revalidada en las tendencias más avanzadas de la Educación Física, el Deporte, la Recreación Física, la Dirección de la Cultura Física, así como la Terapéutica y Profiláctica; destacándose por el nivel de competencia profesional de los egresados nacionales e internacionales. La carrera de Licenciatura en Cultura Física de manera sistemática ha conseguido formar integralmente a sus profesionales y desarrolla procesos de autoevaluación cuyos resultados han permitido que tanto la institución como la carrera ostenten la condición de certificadas por la Junta de Acreditación Nacional (JAN).

La formación contínua de profesionales de la Cultura Física y el Deporte en Cuba ha transitado por cinco generaciones de planes de estudio.



El primer plan de estudio de nivel universitario de Cultura Física, fue elaborado de conjunto por profesores cubanos y del campo socialista que en aquel entonces colaboraban en nuestro país. Este primer plan tuvo una duración de cuatro años y

partía de “un tronco común bastante amplio con profundización, bien en un deporte, en educación física o recreación”**.** Pozas y otros (1994).

Con la creación del MES en 1976, se elabora el Plan de Estudio “A” con sus correspondientes programas. Este plan incluía dos especialidades: la de deportes con 8 especializaciones y la de educación física con tres especializaciones: Preescolar, Escolar y Recreación, con dos modalidades: por encuentro y vespertino – nocturno. El Plan “A” fue concebido con una duración de cuatro años. Un elemento distintivo del mismo fue la forma de culminación de estudios por Trabajo de Diploma, lo que potenció la labor investigativa en la formación de aquellos profesionales.

En 1982 se puso en marcha el Plan “B” el cual fue ampliado a cinco años de duración de la carrera; se incrementó a 12 el número de especializaciones en deportes y a 2 las de educación física: Educación Física y Recreación. En este plan se incorporó un nuevo elemento, un semestre de práctica laboral al final de la carrera, denominada práctica de preubicación o preasignación.

En el caso específico de Cultura Física, en 1990 se implementa el Plan “C” en el cual se declara por primera vez, cuatro esferas de actuación de los profesionales de la Cultura Física: la Educación Física, la Recreación y el Deporte, ya existentes, y como nueva, la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, teniendo en cuenta el desarrollo sociocultural y deportivo que iba alcanzando el país.

El concepto de perfil amplio en el Plan “C” de Cultura Física es interpretado globalmente, es decir, formar un profesional capaz de desarrollar su actuación en las esferas de actuación antes mencionadas, lo que significó un viraje en la tendencia hacia la especialización, de los Planes A y B, por consiguiente se transita al perfil amplio. De ahí que ese cambio provocó que la especialidad pasara a ser una figura del postgrado académico y se interrumpiera el vínculo directo y masivo formación – especialidad, cuestión que se ha mantenido hasta hoy. No obstante, estos cambios contribuyeron a desarrollar fuertemente los estudios de postgrado de Cultura Física que cuenta hoy con Diplomados, Especialidades, Maestrías y Programas Doctorales.

Como parte del perfeccionamiento continuo y el desarrollo acelerado que en estos tiempos va alcanzando la ciencia y la tecnología, el Ministerio de Educación Superior (MES) convoca en 1997 a la introducción de los Planes “C” modificados, manteniendo los conceptos de perfil amplio, pero introduciendo nuevos adelantos en las esferas científico - tecnológicas y del diseño curricular para atemperarlos a las nuevas exigencias de desarrollo social y económico del país. En el caso específico de Cultura Física el Plan “C” modificado comienza a aplicarse a partir de Septiembre del 2001, previa defensa ante un tribunal de expertos del MES, el INDER y organismos usuarios, elemento novedoso introducido para la aprobación oficial de estos planes.

En el 2008 se pone en práctica el Plan “D” que al igual a su antecesor se caracteriza por un Modelo Pedagógico de Perfil amplio, basado fundamentalmente en la necesidad de una formación básica profunda que le permita al profesional resolver los principales problemas que se presenten en las diferentes esferas de su actuación profesional. A su vez, declara que los principios fundamentales que sustentan este modelo, son: la prioridad de los aspectos de carácter educativo en el proceso de formación, en estrecha e indisoluble unidad con los instructivos y el vínculo entre el estudio y el trabajo, en sus diferentes modalidades posibles. El diseño y desarrollo curricular del Plan “D” se sustenta en un modelo teórico - metodológico integrador de base humanista e histórico – cultural del desarrollo humano, dirigido a la formación integral de los profesionales de la Cultura Física.

Dicho plan de estudios se caracteriza por la integración de saberes y cualidades del licenciado en cultura física desde el vínculo del estudio y el trabajo en la actividad académica, laboral e investigativa y extensionista, así como en la flexibilidad de la implementación del currículo propio y optativo-electivo en correspondencia con necesidades e intereses de la provincia y del estudiante. Lo anteriormente expresado ha contribuido al propósito de promover la calidad de su desempeño en la solución de problemas profesionales y su implicación en las transformaciones de la cultura física y el deporte.

Es necesario resaltar que actualmente un grupo importante de profesionales formados en la UCCFD se desempeñan con éxito en disímiles responsabilidades

técnicas y de dirección en Cuba y el extranjero tales como: directivos administrativos y metodológicos en diferentes niveles y estructuras del Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación tales como comisionados nacionales, provinciales, presidentes de federaciones, en organismos internacionales deportivos, como metodólogos provinciales, municipales y docentes en las facultades del país, además de funcionarios en otros organismos de la Administración central del Estado.

En septiembre de 2016 se inicia la aplicación del Plan E (cuatro años), el que da respuesta a la necesidad de una formación más acelerada de profesionales. Este nuevo plan de estudio centra su atención en el desarrollo de conocimientos y habilidades para que el egresado sea capaz de resolver los problemas más generales y frecuentes que se presentan en el eslabón de base de su esfera de actuación. Se reducen contenidos no esenciales y algunos que se repetían, por lo que disminuye la cantidad de horas. Cambia la concepción del currículo (currículo base, propio y optativo/electivo) y la práctica laboral investigativa.

La UCCFD tiene como misión, garantizar la formación integral y continua de profesionales para la Cultura Física y el Deporte, competentes y comprometidos con la Revolución cubana; desarrollar con calidad y pertinencia la ciencia, la tecnología, la innovación, la extensión universitaria y el postgrado, como Centro Rector, contribuir al desarrollo social y deportivo del país de forma sostenible.

Para poder cumplir con dicha misión la Universidad interactúa con otros organismos de la administración central de estado que comparten la responsabilidad formativa y de aseguramiento de la calidad de los procesos sustantivos, ellos son el INDER, el MES, el CITMA y la JAN.

El desarrollo en el campo de la pedagogía, la psicología y las ciencias aplicadas, han repercutido en la búsqueda de un profesional de la Cultura Física que sea capaz de poner en práctica en el ejercicio de su profesión las habilidades pedagógicas, físicas, deportivas y recreativas, con dominio de la comunicación, la tecnología y la investigación, sobre bases científicas en correspondencia con los enfoques filosóficos, económicos, psicopedagógicos, biológicos, socioculturales, éticos, estéticos, de dirección y medio ambientales.

Para el cumplimiento de estos propósitos, es necesario que los profesores tengan una formación profesional en correspondencia con los modos de actuación, que garanticen el desarrollo de las habilidades profesionales que dan respuesta al *"saber", "saber hacer" y "saber ser"* del licenciado en la Cultura Física, a partir del análisis funcional del ejercicio profesional para un desempeño competente y responsable conforme a las exigencias sociales.

Sin embargo debemos cuestionarnos con espíritu autocrítico hasta que punto estamos cumpliendo con ese encargo social, con la misión de formar profesionales competentes y comprometidos:

¿Se aprovecha todo el potencial de que dispone la Universidad en la formación?

¿Se emplean eficientemente los recursos didácticos y tecnológicos para estimular el desarrollo de las capacidades cognoscitivas y el autoaprendizaje?

¿Qué porciento de la matrícula general de la Universidad participa en actividades de ciencia, tecnología e innovación?

¿Contribuye el extensionismo universitario en la formación integral de los profesionales?

¿Cuáles son los impactos de la formación en el desarrollo territorial?

Existen reservas y potencialidades formativas en la Universidad que aún no se aprovechan eficientemente.

Debemos ser capaces de hacer una adecuada utilización de las nuevas tecnologías de la información y las comunicaciones en función del desarrollo de conocimientos, hábitos y habilidades en nuestros futuros egresados, de igual modo problematizar más la enseñanza, basando la misma en la solución de problemas que pongan al estudiante en situaciones de tener que aplicar los conocimientos adquiridos de forma creativa.

El proceso formativo se desarrolla desde la perspectiva de una concepción sistémica, donde los objetivos y contenidos se estructuran verticalmente en disciplinas y horizontalmente en años académicos. Las influencias educativas tanto desde lo curricular como desde el extensionismo permiten a través de la combinación armónica de lo académico, lo laboral y lo investigativo, ir conformando el profesional que se aspira lograr. El estudiante al participar en cada una de las actividades que se derivan de los componentes que se ilustran en el gráfico, adquieren nuevos conocimientos y experiencias y van desarrollando las habilidades pedagógico profesionales necesarias para su posterior desempeño en el ejercicio de la profesión en cualquiera de las esferas de actuación en que sea ubicado, sin embargo no siempre son bien aprovechadas las posibilidades formativas que brinda el sistema en cada uno de sus procesos y subprocesos.

Retos y Perspectivas

"…poner de un lado la Universidad antigua y alzar la nueva".

Los retos de la formación de profesionales de la cultura física y el deporte emanan de las demandas y exigencias sociales expresadas en los lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la revolución donde se expresa "Formar con calidad y rigor el personal docente que se precisa en cada provincia y municipio para dar respuesta a las necesidades de los centros educativos de los diferentes niveles de enseñanza". Por otra parte, el proceso de perfeccionamiento y las transformaciones de la Educación Superior, unido al rigor que representa el sistema de evaluación y acreditación de carreras universitarias en función de garantizar la calidad de los procesos sustantivos desarrollados en la formación de los profesionales de esta rama; y la búsqueda de la excelencia, representan retos importantes.

También constituyen retos para la la formación de profesionales de la cultura física y el deporte, los desafíos que significan para la Universidad los problemas sociales que se presentan en la actualidad relacionados con:

- ✓ El envejecimiento acelerado y la baja natalidad
- ✓ Aparición de nuevas figuras con la actualización del Modelo Económico.
- ✓ Mercantilización mundial del Deporte
- ✓ Desarrollo de la ciencia y la tecnología
- ✓ Crisis de valores
- ✓ Hábitos de vida nocivos y sedentarios

Otro reto es mantener la solidez del Movimiento Deportivo Cubano en las actuales

circunstancias en que se mueve el deporte mundial para lo cual se requiere transitar de un deporte tradicional a un deporte del conocimiento, lo que implica el perfeccionamiento continuo de los diseños y contenidos de los planes de estudio acorde al modelo de universidad moderna, humanista, científica, tecnológica, innovadora, comprometida e integrada a la sociedad.

Se requiere entonces una formación donde se estimule la capacidad para auto gestionar el conocimiento y la información, desarrollar en los estudiantes una adecuada cultura científica y suficiencia investigadora para afrontar y resolver los problemas sociales antes mencionados, con independencia, iniciativa y creatividad.

Ante estos retos se abren nuevas perspectivas, para lo cual debemos preguntarnos:

¿Cómo ofrecer una formación de más alta calidad que mejore el desempeño del capital humano y pueda incidir de forma protagónica en el programa de desarrollo 2030?

¿Cómo la tecnología educativa y la innovación podrán permitir a la UCCFD una investigación universitaria de alta calidad que incida en el desarrollo del deporte nacional?

Dentro de las perspectivas se encuentran el poder contribuir desde la formación de los profesionales a:

- ✓ El avance desde un deporte empírico y tradicional hacia uno basado en el conocimiento.
- ✓ Participación de la Universidad en el apoyo a la innovación en los sectores público y privado.
- ✓ Potenciar la investigación aplicada y contribuir a resolver problemáticas sociales.
- ✓ Crear mecanismos de evaluación de impactos para ponderar el quehacer universitario en el abordaje de las realidades locales.

Conclusiones

La formación de profesionales de la cultura física y el deporte en Cuba ha estado marcada por la impronta del Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, la institución rectora ha sido la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" la que ha evolucionado en el tiempo, convirtiéndose de escuela en universidad acreditada, con un reconocido prestigio nacional e internacional. En el transcurso de más de 40 años en la labor formativa se ha transitado por cinco planes de estudio, desde el A hasta el E, como expresión del perfeccionamiento constante de la labor docente y científico – metodológica.

Bibliografías

1. Álvarez Zayas, Carlos M. (1988) Fundamentos Teóricos de la Dirección del Proceso de Formación del Profesional de perfil amplio. Universidad de las Villas.
2. Calderón Jorrín, Caridad (1991) Programa metodológico de la carrera licenciatura en cultura física. ISCF. La Habana
3. Fernández Viñas, F. y Portuondo P.R. (1990) Algunos aspectos del perfeccionamiento de la integración Docencia – Producción – Investigación en las condiciones actuales de la Educación Superior en Cuba. Universidad de Camagüey.
4. ISCF. (1990) Plan de Estudio de la Carrera Licenciatura en Cultura Física. Ministerio de Educación Superior. Habana.
5. Keiser Betancourt, A. (1990) Algunas consideraciones sobre las Entidades Laborales de Base (ELB) y las Unidades Docentes (UD) en la Formación del Profesional de Cultura Física, ISCF.
6. La Unidad Docente como forma superior de la integración Docencia – Producción – Investigación en la preparación de los egresados. Instituto Superior de Ciencias Agropecuarias de la Habana, 1989.
7. MES.(2006). Experiencias en la Universidad de Oriente. Ponencia en el congreso internacional Universidad 2006. La Habana.

8. Noa Cuadro, Héctor (2017) La formación continua de profesionales de la Cultura Física y el Deporte en Cuba: Retos y Perspectivas. 8va Conferencia Científica Internacional. Universidad de Holguín. Cuba
9. Posaz Ramos, Antonio. (1994) La formación de profesionales de la Cultura Física y el Deporte en Cuba: Hechos y Retos. ISCF. La Habana.

Título: Conferencia: Tendencias en la Formación Continua de profesionales de la Cultura Física y Deporte.

Autor: Arnaldo Rivero Fuxá. Prof. Titular.

Institución: INDER

País: Cuba

RESUMEN

La Formación Continua del profesional de la especialidad constituye una prioridad y necesidad por ser la mayor fortaleza en el proceso de garantizar que la aplicación de los planes y programas que enfrentan los graduados de Instituciones encargadas de la formación lo hagan con el mayor nivel de Maestría Pedagógica posible.

La formación debe ser constante y no solo de pregrado, posgrado y doctorado, debe además continuar realizando permanentemente a través de una forma de actualización de conocimientos y habilidades profesionales que se inicia en pregrado pero después ya fungiendo como profesional debe ser sistemática ya que el volumen de cambios y renovaciones de los conocimientos es muy acelerado a través de las nuevas tecnologías de la información y el desarrollo científico alcanzado.

El Profesor que imparte clases, entrenamientos u otras actividades físicas constituye el eje fundamental que asegura el cumplimiento de los indicadores de calidad establecidos, lo cual al trasmitírselo a los estudiantes y éstos participar de forma activa en la adquisición de conocimientos y habilidades, posibilita el éxito de la acción de cada uno.

Todo el proceso de Formación Continua debe partir del nivel y desarrollo de la vocación del Profesor para convertirse en parte de su vida, actuando de la mejor forma positiva, innovando y creando cada vez más su sentido de pertenencia hacia la especialidad.

Debemos formar y actualizar a un Profesor con mayores competencias profesionales, preparado para darle respuesta a todas las múltiples formas de

atender los programas de Actividad Física y Deporte, con un elevado nivel de integración de conocimientos y una adecuada cultura general.

Las tendencias en la Formación Continua se dirigen hacia una mayor solidez de los conocimientos y habilidades, a través del uso de formas novedosas de preparación que le permiten al futuro profesor y al que ya está en activo aplicar técnicas modernas que le dan a la especialidad un mayor nivel científico y pedagógico.

La Formación Profesional incluye entre sus tendencias el uso de la bibliografía de calidad actualizada, la presentación de audiovisuales y el uso del Internet para complementar de forma atractiva y adecuada la reafirmación de los conocimientos.

La valoración de diferentes currículos de Escuelas de Educación Física y Deporte o de Ciencias de la Actividad Física en el mundo, así como el trabajo realizado sobre los estándares mínimos, la formación de profesionales a nivel internacional, la participación en diversos Congresos Internacionales me han permitido alcanzar una experiencia obtenida como Presidente del CIGEPS-UNESCO hasta el 2016, permitiendo alcanzar un mayor conocimiento de este interesante y necesario tema.

INTRODUCCIÓN:

Existe un interés internacional para lograr una formación continua de calidad en los profesionales que ejercen la Actividad Física y el Deporte. Los gobiernos y ONG, deben continuar debatiendo y reflexionando en busca de soluciones que garanticen el derecho de todo ser humano a la educación y desarrollo a través de la Actividad Física y el Deporte y con mayor énfasis en las Universidades y Escuelas que se dedican a formar y actualizar permanentemente a los profesionales que gradúan.

Se trata de lograr a través de la formación de calidad aportar graduados competentes capaces de multiplicar los conocimientos adquiridos y transmitir a sus estudiantes, atletas y otros grupos etáreos, una ejercitación de calidad que produzca un desarrollo sostenible del ser humano contribuyendo a cultivar estilos de vida saludables y calidad de vida.

El ser humano actual y del futuro ha sido influido por la modernidad, la utilización de las TIC y le dedican mucho más tiempo a actividades sedentarias, donde la cultura del movimiento pierde cada vez más espacio.

Los profesionales de la Actividad Física y el Deporte tienen un gran reto por delante en el entorno en que nos encontramos con un nuevo escenario mucho más complejo que cualquier época anterior.

Los Currículos y los Programas de la formación continua requieren de modificaciones, que se enmarquen en este nuevo escenario, propiciando que la actividad educativa que brinda nuestra especialidad, esté conformada por contenidos mucho más atractivos, aplicando la pedagogía renovadora y donde la formación académica y científica respalde una programación de interés para todos, que estimule la participación y la práctica sistemática de las actividades físicas y el deporte.

En este contexto la Conferencia General de la UNESCO en el año 2015, aprobó la nueva Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte, después de una profunda etapa de conciliación con los actores de todos los continentes y evaluando el criterio de todos los países, que forman parte de la UNESCO, que abarca a la mayoría de las naciones existentes en el mundo.

En esta Carta Internacional se reconoce la importancia de la formación y actualización sistemática de los profesionales de la Actividad Física y el Deporte, constituyendo la principal fortaleza para sostener y respaldar el desarrollo acelerado y cualitativo de sistemas de avanzada y científicos en esta especialidad.

La Carta Internacional en su Artículo 7 expresa lo siguiente:

- La Actividad Física y el Deporte deben encomendarse a un personal calificado.
- Los profesionales de la Actividad Física y el Deporte deben perfeccionar sus conocimientos, habilidades en el trabajo de forma permanente.
- Deben ser seleccionados sobre la base de la vocación y esta se debe continuar desarrollando sistemáticamente, alcanzando el nivel de competencias necesarias.

También se estipula que estos profesionales deben tener reconocimientos acordes con las funciones que realizan, así como que la formación debe ser inclusiva y adaptable en todos los niveles.

A través de la UNESCO se han realizado varias investigaciones, dirigidas a actualizar y perfeccionar los Currículos y Programas de Formación de Profesionales de mayor calidad, aplicando los adelantos científicos y de los conocimientos, según las necesidades de la profesión.

Entre esos estudios se encuentran el enfocado al establecimiento de Estándares Mínimos que pudieran servir de guía a todas las instituciones que se encarguen de la formación de profesionales de esta especialidad.

Los Estándares Mínimos se aplican a los Currículos de Estudio e incluye además otros parámetros que deben existir en los Planes y Programas de las diversas instituciones formadoras existentes en el orbe, entre ellas están:

- Contenidos esenciales.
- Tiempo de duración y horas lectivas y optativas de la carrera.
- Programas de Calidad.
- Sistemas de conocimientos y de adquisición de los contenidos.
- Profesores titulados y actualizados.
- Nivel de Maestría Pedagógica de los Profesores.
- Continuidad de Estudio de Posgrados y de Actualización.
- Clases de Calidad.
- Relaciones adecuadas entre el sistema de contenidos y el nivel de necesidad y aceptación de los futuros profesores.
- Condiciones de las instalaciones, implementos, equipos y vestuario adecuado para desarrollar con calidad el proceso de enseñanza aprendizaje.
- Calidad de la preparación en las salidas para satisfacer la demanda de graduados.

Los Estándares Mínimos tienen como propósito lograr un mínimo de calidad para la formación de profesores, y el perfil se complementa con el establecimiento de

algunas tendencias internacionales sobre la formación continua de profesionales, las que deben contemplar los aspectos siguientes:

- Estudiar los niveles de homologación internacional de la diversidad de títulos que en la actualidad se otorgan por las múltiples instituciones encargadas de esta función.
- El nivel de categorías docentes y científicas alcanzadas en esta especialidad.
- Definición de los Modelos de Profesionales que se desea formar.
- Las competencias profesionales que deben alcanzar los egresados de las instituciones.
- Perfil ancho, especialización y cursos optativos.
- La gestión del conocimiento.
- El uso adecuado de los medios de enseñanza y audiovisuales, que contribuyen a la adquisición de conocimientos con mayor calidad.
- Los Libros de Texto y de Consulta al alcance de los que se forman como profesores.
- Importancia de la práctica laboral investigativa en la formación de los educandos.
- Formas y Vías de Evaluación.
- Garantía y Seguimiento de la Formación Académica de Posgrado y de Actualización, Maestrías, Especialidades y Doctorados.
- La utilización de las TIC, en el proceso de formación y en el estudio independiente.
- Demostración de las habilidades profesionales alcanzadas por los graduados.

La definición del Modelo del Especialista que se desea formar constituye un elemento fundamental para lograr que el currículo, los programas y los profesores puedan responder a estas exigencias.

Modelo del Especialista que se requiere formar o actualizar:

- Poseer una Cultura General Integral.

- Mantener una permanente actualización sobre los conocimientos de la Pedagogía General y de la Teoría y Metodología de la Educación Física, la Recreación y el Deporte.
- Conocer los adelantos científicos y tecnológicos de forma actualizada, de forma general y en particular en la especialidad.
- Dominar la tecnología educativa, saberla utilizar adecuadamente para lograr un aprendizaje más efectivo y participativo.
- Conocer ampliamente la situación de la Educación Física, la Recreación, el Deporte y la Formación de los Recursos Humanos en la especialidad en el mundo, en su país y en su territorio en particular, desarrollando un criterio propio sobre esta información.
- Participar en las diversas modalidades de la práctica laboral e investigativa.
- Desarrollar el estudio, así como las formas y vías de búsqueda de información científico técnica para ampliar su independencia, creatividad e inquietudes profesionales.
- Consolidar los valores éticos y morales, ciudadanos y educativos en general y los específicos que se desarrollan a través de la Actividad Física y el Deporte.

En la Conferencia se trata sobre el establecimiento de Indicadores para medir la eficiencia en las Formación y Superación de los Recursos Humanos Especializados, como conclusión del proceso y sistemas de conocimientos establecidos en el concepto que se aplique, tomando como referencia las mejores experiencias de avanzada existentes en el mundo, tomando siempre en consideración las tradiciones culturales y las necesidades específicas de cada país e institución

Bibliografía:

- Currículos de Escuelas de Profesores de Educación Física (FIEP).
- Indicadores de calidad para la Formación de Profesores de Educación Física y Deporte. (UNESCO), 2012.

- Planes de Estudio y Programas de las Escuelas de Profesores de Educación Física (EPEF). Dirección Nacional de Docencia, INDER, 2014.
- Currículo para la preparación de profesores de Educación Física y Deporte en Angola, 2014.
- Conferencia sobre Formación Profesional en el Instituto Panamericano de Educación Física (1997 – 2010), Venezuela.
- Memorias del Congreso Internacional de la (AIESEF) (2000 – 2015).
- Memorias de los Congresos Panamericanos de Educación Física en el Área de Especial Interés de Formación de Profesionales (1999, Panamá, 2003, Caracas, 2006, Santo Domingo y 2010, Bogotá).
- Resoluciones de las Reuniones de Ministros de Deportes de la UNESCO, (MINEPS) (1987, Moscú, 1999, Montevideo, 2004, Atenas y 2013, Berlín).
- Tomos I, II y III de los Libros de Alta Gerencia Deportiva. Colectivo de Autores. 1996
- Indicadores de Calidad de la Educación Física, de la UNESCO, 2012.
- Pieron, Maurice, Didáctica de la Formación profesoral. Bélgica.

Título: Actividad física y salud en docentes.

Title: Physical activity and health in teachers.

Autor: M.Sc. Yury Rosales Ricardo, yuryrr82@gmail.com. Profesor Auxiliar

Forma de Presentación: Ponencia

País: Ecuador

RESUMEN

La práctica de actividad física de manera regular, adaptada a las capacidades y características individuales de las personas tiene efectos beneficiosos para la salud orgánica y fisiológica. Sea cual sea la actividad física que se practique, es necesario que se estimule y se promueva, específicamente los docentes de las universidades que en la mayoría de los casos tiene estilos de vida sedentarios producto a su propio trabajo. Objetivo Actualizar los conocimientos existentes sobre la actividad física en la salud de docentes a nivel internacional.

Material y Métodos Revisión documental y bibliográfica de artículos científicos publicados hasta diciembre de 2015. Las bases de datos consultadas fueron Medline, Scopus y Scielo. Las búsquedas que se han realizado mediante PubMed y clasificadas por dos objetivos de búsqueda. Se usaron las siguientes palabras claves actividad física, ejercicio físico, docentes; en idioma español e inglés (physical activity, physical exercise, teachers). Se seleccionaron aquellos estudios de aplicación de la actividad física en docentes de cualquier tipo de enseñanza, a nivel internacional.

Resultados Se encontraron siete estudios, todos de aplicación, en los diferentes niveles de experimentación (pre, cuasi, y experimental) donde se demostró los beneficios de la actividad física en poblaciones de docentes y futuros docentes.

Conclusiones La actividad física ha sido beneficiosa de forma general en los docentes y futuros docentes donde se aplicó.

Palabras claves actividad física, ejercicio, docentes

ABSTRACT

The practice of physical activity on a regular basis, adapted to the individual capacities and characteristics of people has beneficial effects on organic and physiological health. Whatever physical activity is practiced, it is necessary to stimulate and promote, specifically the teachers of the universities that in most cases have sedentary lifestyles product to their own work. Objective To update existing knowledge about physical activity in the health of teachers at an international level.

Material and methods Documentary and bibliographic review of scientific articles published until December 2015. The databases consulted were Medline, Scopus and Scielo. Searches that have been performed using PubMed and classified by two search goals. The following keywords were used physical activity, physical exercise, teachers; In Spanish and English (physical activity, physical exercise, teachers). The studies of the application of physical activity in teachers of any type of education, at the international level, were selected.

Results Seven studies, all of application, were found in the different levels of experimentation (pre, quasi, and experimental), where the benefits of physical activity were demonstrated in populations of teachers and future teachers.

Conclusions Physical activity has been beneficial in a general way in teachers and future teachers where it was applied.

Keywords physical activity, exercise, teachers

Título: Análisis de la conducta de entrenadores deportivos de Porrismo y Capoeira por medio del Coaching Behavior Assesment System.

Autor: Caterine Guzmán González
Carol Cárdenas-Castro

Forma de Presentación: Ponencia

País: Colombia

Resumen:

El entrenador es fundamental en el deporte tanto por los conocimientos que imparte en cada entrenamiento y su papel en competencia y por su gran influencia sobre los procesos psicosociales de los deportistas, siendo así que la mayor parte de los estudios encontrados sobre habilidades psicológicas en el entrenador se encuentran la comunicación, la motivación y el liderazgo. El presente proyecto tiene como objetivo evaluar las conductas de los entrenadores deportivos durante un entrenamiento común, usando la *Coaching Behavior Assesment System (CBAS)* de Smith, Smoll y Hunt (1977) el programa informático *Lince* (Gabín, Camerino, Anguera y Castañer, 2012) con el fin de realizar un análisis de sus comportamientos habituales. Se analizó a los entrenadores de porrismo y capoeira del Instituto Municipal de Recreación y deporte de Tocancipá, para la elección se tomó en cuenta (a) las similitudes en los elementos gimnásticos requeridos para los dos deportes y (b) el comportamiento de los deportistas frente al entrenamiento y al entrenador.

Título: Cubaila, alternativa cubana para la incorporación de la población a la práctica de Actividad Física.

Autoras: M.Sc. Dania Librada García Fernández
M.Sc. Irina Méndez Noriega
Departamento: Vicepresidencia Cultura Física y Dirección de Educación Física y Promoción de Salud
País: Cuba

Resumen

La presente investigación consiste en la prolongación de un Proyecto “Cubaila”, que se realizó en todas las provincias del país, culminando su evaluación en el Inder Nacional, formando parte de las actividades de la Vicepresidencia de Cultura Física y la Dirección de Educación Física y Promoción de Salud, mediante la elaboración de una alternativa para facilitar la incorporación de la población a la práctica de Actividad Física y con ello, contribuir a la prevención de enfermedades no trasmisibles, mejorar la calidad de vida y hábitos ciudadanos de sus pobladores.

Para la investigación se escogió una muestra de la participación de las cuatro ediciones del Cubaila, así como la Gala correspondiente a cada una provenientes de las quince provincias y el municipio especial, para un total de16 videos, Con toda esta información de se realizó el estudio preliminar del proyecto.

Se efectúo un estudio descriptivo-explicativo, de exploración empírica de factibilidad práctica, la cual estuvo basada en tres capítulos: Marco teórico, Metodología y Análisis e interpretación de los resultados.

Se validó teóricamente con el criterio de los especialistas el Cubaila, alternativa para la incorporación de la población a la práctica de Actividad Física, donde se obtuvo un incremento significativo en las cifras de incorporación en las diferentes ediciones realizadas a la gimnasia para todos. Se propone incluir la continuidad del proyecto a todos los municipios del país.

Resultados de la validación de la propuesta por especialistas. (Anexos Nº)

La **validación** teórica se llevó a cabo según los criterios de los especialistas, conociendo de esta forma la factibilidad de aplicación de la propuesta del Cubaila, alternativa para la incorporación de la población a la práctica de Actividad Física .Los requisitos que se tuvieron en cuenta para su selección fueron los siguientes:

1. Categoría de Máster
2. Licenciado en Cultura Física.
3. 10 años o más de experiencia en la Actividad Física Comunitaria.
4. Metodólogo de Actividad Física Comunitaria.
5. Subdirector de Cultura Física.

La muestra seleccionada fue de 48 candidatos, no siendo excluido ninguno, por cumplir los requisitos antes expuestos, quedando conformada de la siguiente manera.

Edades: 30 – 40 (10), 21%
41-50 (20) ,41.6%
51-60 (18), 37.5%

Sexo: Femenino - 25-52%
Masculino- 23- 48%

Nivel de escolaridad: 14 Licenciados-29.1%
34 Máster- 71%

Años de experiencia: 10-20 (12)-25%
21-30 (21)- 44%
31-40 (15)- 31.2%:

El tipo de ocupación de la muestra seleccionada es: Subdirectores Provinciales, metodólogos municipales, provinciales y nacionales.

Después de habérsele entregado la propuesta de ejercicios, se les realizó encuesta que contenía preguntas de los aspectos más importantes a valorar para su aprobación. El resultado final fue la aprobación, con 13 respuestas de Muy Adecuado, para el 65%, sin ninguna respuesta desfavorable.

Criterios de los especialistas	Muy adecuada	%	Bastante Adecuada	%	Adecuada	%
Total	39	81	9	19		

Contribución social.

La investigación posee un aporte social marcado en la población correspondiente a todas las provincias del país en la que intervienen diferentes grupos etáreos de ambos sexos de forma inclusiva, permitiendo incorporarlas al proyecto Cubaila, como una opción para la práctica de actividad física saludable que contribuya a elevar su calidad de vida, y rescatar mediante el nuestro ritmos y géneros cubanos a través de coreografías masivas.

El proyecto fue tomando espacio dentro de la población y originó la motivación e incorporación de todas las provincias, telecentros, organismos e instituciones a incorporarse de forma activa en la realización de las coreografías, no solo se acrecentó el deseo de ganar un premio según correspondía la categoría sino también que incremento la participación, creatividad y originalidad en cada edición y de esta forma fue tomando más fuerza la incorporación en la Gala de premiación correspondiente a cada año fortaleciendo las actividades masivas del Deporte para Todos en todos los municipios y provincias del país.

GALA CUBAILA / 2013 – 2016

CATEGORÍAS DE PREMIACIÓN DE LA GALA

1. La coreografía de mayor participación
2. La coreografía más original

Categoría	**2013**	**2014**	**2015**	**2016**
G premio	I.J	L.H	S.C	S.C
Más original	MAY	GRM	CMG	CMG
Mejor coreografía	PR	LH	GRM	CA
Mayor participante	GTM	SC	PR	VC
Coreografía inclusiva	VC	VC	LH	GRM
Premio popularidad	MAY	SC	VC	LH
Telecentro	GTM -PR	SC -LH	CMG	SC
Menciones	CMG	HOG		
FMC	-	SC	LH	SC
CDR	-	GRM	VC	PR -IJ

Gram. Premio – Por dos años consecutivo (2015 – 2016) Santiago de Cuba
Más Original – (2015 – 2016), la provincia Camaguey
Coreografía inclusiva – (2013 – 2014) – Villa Clara
Telecentro y FMC - (2014 -2016) –Santiago de Cuba

CONCLUSIONES:

1. Se constató, mediante el análisis de los antecedentes teóricos y metodológicos, la importancia de la práctica de actividad física y el baile en el aumento de la calidad de vida de la mujer.
2. Los resultados obtenidos en el diagnóstico confirman que no se consideraban las necesidades y preferencias de las mujeres comprendidas entre los 25-50 años de edad para la planificación de actividades físicas.
3. Se comprobó el incremento significativo de la incorporación de la población femenina al Proyecto comunitario, del Consejo Popular Canal, del municipio de Cerro a la práctica de actividad física

4. Se elaboró la propuesta de ejercicios con pasos de baile del Proyecto comunitario, teniendo en cuenta las necesidades, gustos y preferencias de las mujeres del Consejo Popular Canal, del municipio de Cerro.
5. Se demostró la factibilidad de aplicación de la propuesta de ejercicios con pasos de baile del Proyecto comunitario en la incorporación femenina en el Consejo Popular Canal, del municipio de Cerro.

RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en la investigación se recomienda:

1. Continuar aplicando la propuesta de ejercicios con pasos de baile con el fín de garantizar su perfeccionamiento.
2. Proponer a la Dirección Municipal y Provincial de Deporte, en especial al Departamento de Actividad Física Comunitaria la inclusión de proyectos comunitarios en todos los Combinados Deportivos de La Habana con estas características, así como utilizar la propuesta de ejercicios con pasos de baile como guía metodológica para la planificación de las clases de los profesores.

Título: El proceso de enseñanza - aprendizaje de la gimnasia musical aerobia para escolares con discapacidad auditiva.

Autora: Dra. C. Mercedes Susana Castillo Sánchez

Institución: Facultad de Cultura Física Holguín

Forma de Presentación: Ponencia

País: Cuba

RESUMEN

Esta investigación constituye una vía que permite interpretar y ejecutar la Gimnasia Musical Aerobia a los escolares con discapacidad auditiva, hasta estos momentos no practicada en Cuba. La propuesta considerael uso del analizador visual, el desarrollo del ritmo grupal y la expresión corporal como elementos rectores en el proceso de enseñanza - aprendizaje,e integra los componentes didácticos en función de las potencialidades físicas y psicológicas de los escolares que por su esencia funcional garantizan el éxito del aprendizaje de las acciones motrices en la especialidad abordada, contribuir a su participación activa en actividades físicas – deportivas. y favorecerla inclusión social de estos.Tiene como propósito elaborar un modelo didáctico para el desarrollo del proceso de enseñanza- aprendizaje de la Gimnasia Musical Aerobia para los escolares con discapacidad auditiva, desde una perspectiva inclusiva con enfoque instructivo, educativo y desarrollador, que supera concepciones médicas y sociales de exclusión con este sector poblacional; así como, una metodología con carácter sistémico en la que se revelan los fundamentos inclusivos del modelo que la sustenta , las acciones y sugerencias metodológicas que en ella se expresan.

Palabras claves**:** analizador visual, perspectiva inclusiva, ritmo grupal

Titulo: Impacto de la actividad Física Comunitaria en comunidades vulnerables en el municipio Los Palacios.

Autor: M.Sc. Gustavo Herrera Cristo. Subdirector del Departamento de Cultura Física, Recreación, Educación Física, Promoción del deporte y Relaciones Nacionales

Institución: Dirección Municipal de Deportes Los Palacios.

País: Cuba

Resumen:

La investigación se desarrolla en una comunidad vulnerable de nuestro territorio a través de un proyecto integrador que involucra varias entidades, donde nuestro sector del deporte involucra a los profesores de recreación y actividad física comunitaria dando respuesta a una problemática de la comunidad. Su objetivo está dirigido a la gestión del conocimiento y la innovación para el desarrollo social, la integración de los actores sociales y la participación de los pobladores en las actividades recreativas y educativas, el conocimiento y educación acerca de las enfermedades crónicas no trasmisibles, temas que se imparten en la cátedra universitaria del adulto mayor, aerobios con bailes, ejercicios de Tai shi y rescate de juegos tradicionales para el mejoramiento de la calidad de vida en las comunidades constituyendo un soporte motivacional, desarrollando habilidades y conocimientos formas que les permita acceder a formas superiores de desarrollo social .

Beneficios e impactos previstos: Beneficia el trabajo comunitario con diferentes grupos etáreos con fines de ocupar el tiempo libre en actividades recreativas educativas en comunidades vulnerables dirigidas a la gestión del conocimiento y la innovación para el desarrollo social**.**

Lugares donde se propone generalizar. En el resto de las comunidades de nuestro territorio y en la provincia.

Título: Impacto de la nutrición y la actividad física en el adulto mayor

Autor: Juan Villamizar Sánchez. Correo: rooster_1111@hotmail.com.

*Estudiante 8vo Semestre Facultad de Educación Física Deporte y Recreación Universidad de Guayaquil.

País: Ecuador

Resumen:

El término adulto mayor o tercera edad, identifica a todas aquellas personas que a nivel mundial tienen más de 60 años. (Organización Mundial de la Salud, 1916), En el caso de Ecuador los adultos mayores según la ley del Anciano, artículo 1 y 2, se considera adulto mayor a las personas comprendidas por encima de los 65 años. Como se conoce el cuidado de un adulto mayor debe ser especial porque su organismo no es el mismo ya que ha sufrido cambios biológicos, psicológicos y sociales, es por eso que se les recomienda una alimentación balanceada y una rutina de ejercicios que les ayude a contrarrestar el degeneramiento de su organismo. En correspondencia con lo anterior el presente trabajo centró su objetivo en la elaboración de una estrategia de capacitación sobre la nutrición para los adultos mayores de la ciudadela Florida Norte, de la Ciudad de Guayaquil. Basado en un estudio descriptivo, exploratorio, con el empleo de métodos teóricos y empíricos y la aplicación de la encuesta se pudo corroborar la situación problémica alrededor de la inadecuada alimentación que tienen los adultos mayores de esta ciudadela y el impacto que esto provoca en su calidad de vida. Resulta significativo señalar que como principal resultado se logró elaborar la estrategia de capacitación, la cual combinó la capacitación de los abuelos sobre los hábitos adecuados de nutrición y la práctica de ejercicios físicos adaptados a sus características.

Palabras clave: nutrición, adulto mayor, estrategia

"IMPACT OF NUTRITION AND PHYSICAL ACTIVITY IN THE ELDERLY ADULT"

Author: Juan Villamizar Sánchez. Email: rooster_1111@hotmail.com. Phone: 0985679577 * Student 8th Semester Faculty of Physical Education Sport and Recreation University of Guayaquil.

Summary:

The term older adult or older, identifies all those people who are worldwide over 60 years. (World Health Organization, 1916), In the case of Ecuador, older adults according to the Constitution of the Republic of Ecuador Art.36 in accordance with the Law of the Elder, article 1 and 2, Above 65 years. As it is known the care of an older adult must be special because his body is not the same since he has undergone biological, psychological and social changes, that is why they are recommended a balanced diet and an exercise routine that helps them to counteract The degeneration of your body. In correspondence with the above the present work focused its objective in the elaboration of a strategy of training on the nutrition for the older adults of the North Florida citadel, of the City of Guayaquil. Based on a descriptive, exploratory study, using theoretical and empirical methods and the application of the survey, it was possible to corroborate the problematic situation around the inadequate feeding that the older adults of this citadel have and the impact that this causes in their quality of life. It is significant to note that the main result was the development of the training strategy, which combined the training of grandparents on appropriate nutrition habits and the practice of physical exercises adapted to their characteristics.

Título: Libro Digital COPRUFUN-CF. Tecnología de la Actividad Física Comunitaria.

Autores: M.Sc. Douglas E. Andux Ruiz
Lic. Mariagnis V. Pompa Vázquez
M.Sc. Jesús Fernández González.
Institución: Provincia La Habana, Municipio Boyeros.
País: Cuba

RESUMEN:

COPRUFUN-CF, es un libro digital con que elabora un grupo de datos con fidelidad, rapidez y eficiencia, a partir de los resultados individuales en las mediciones y pruebas de los practicantes de 18 hasta 80 y más años de los grupos de la actividad física comunitaria, y con gran contenido de información referente al tema, que facilitará evaluar, consolidar, obtener la información estadística, análisis cualitativo del impacto social del ejercicio físico. El consolidado nos ayudará al análisis de la condición física integral y de salud de la población escolar, adulta y adulto mayor que practica sistemáticamente ejercicio físico.Este programa es profesional y contemporáneo por la utilidad, objetividad, factibilidad y confiabilidad de los resultados que nos brinda de cada grupo de edad; ayuda al desarrollo del conocimiento del profesor, ya que de forma sencilla obliga al análisis de los resultados de las mediciones y pruebas por los datos que brinda de forma automática que anteriormente tenía que hallarlos de forma manual.El libro digital de fácil manipulación para el profesor de cultura física a partir de los conocimientos elementales de la informática. Se aplicar por los profesionales de la cultura física comunitaria de nuestro país, para la valoración del impacto social del ejercicio físico y desarrollo de la estrategia en la actividad física para la población adulta y la adulta mayor. COPRUFUN-CF Es fidelidad, rapidez, eficiencia y tecnología para la condición física y de salud del practicante de la actividad física comunitaria.

AVAL DEL CONSEJO CIENTÍFICO DIRECCIÓN PROVINCIAL DE DEPORTES LA HABANA

TÍTULO DE LA PONENCIA: Libro Digital COPRUFUN-CF Tecnología de la Actividad Física Comunitaria.

Autores: MsC Douglas E. Andux Ruiz, LicMariagnis V. Pompa Vázquez y MsC Jesús Fernández González.

Municipio: Boyeros

Este libro digital de fácil manipulación para el profesor de cultura física a partir de los conocimientos elementales de la informática muy confiable la valoración del impacto social del ejercicio físico y desarrollo de la estrategia en la actividad física para la población adulta y la adulta mayor.

Este programa es profesional y contemporáneo por la utilidad, objetividad, factibilidad y confiabilidad de los resultados que nos brinda de cada grupo de edad; ayuda al desarrollo del conocimiento del profesor, ya que de forma sencilla obliga al análisis de los resultados de las mediciones y pruebas por los datos que brinda de forma automática.

Por lo que lo consideramos muy valioso para el desarrollo del trabajo en la actividad física comunitaria, el mismo ha sido generalizado en todo el país y se ha expuesto sus resultados en varios eventos nacionales y provinciales obtuvo la condición de **RELEVANTE** en el Fórum de ciencia y técnica provincial en el año 2016.

Fecha: 30 de mayo de 2017

María de los Ángeles Díaz Orraca — Nomberto Suarez Rojas

Especialista CITMA Deportes — Sub-director DCITMA

Título: Manual Digital Psicoeducativo para la Identificación y el Manejo de la Dismorfia Muscular en Fisiculturistas dirigido a Entrenadores Físicos

Autores: Lorena Colón Anabitarte, M.S.
Dr. Daniel Martínez, dmartinez@albizu.edu
Dra. Maribella González
Institución: Universidad Carlos Albizu
País: Puerto Rico

En Puerto Rico, se ha observado un aumento en la cantidad de personas que asisten al gimnasio para aumentar su masa muscular, ya sea a nivel competitivo o como pasatiempo. Actualmente, no existe manual o programa dirigido a trabajar la dismorfia muscular en atletas y capacitar a los entrenadores para la identificación y el manejo en los fisiculturistas puertorriqueños. El propósito de este trabajo es crear un manual psicoeducativo sobre la dismorfia muscular dirigido a los entrenadores físicos, capacitándolos para identificar y manejar adecuadamente la sintomatología presentada por los atletas. El Trastorno Dismórfico Corporal (TDC) es una preocupación con un defecto o más en la apariencia física, en donde el individuo cree verse feo, poco atractivo, anormal o deforme (DSM 5; APA, 2013).La Dismorfia Muscular (DM) es un "trastorno dismórfico corporal en el que la persona que lo padece está insatisfecho con su tamaño corporal, y/o forma" (Hernández-Martínez, González-Martí, & Contreras, 2017, p. 204).Zielińska, Wądołowska, y Tomaszewski (2013) aseguran que "la incidencia de DM está aumentando, tanto en los Estados Unidos como en otras regiones del mundo, tal vez porque la conciencia y el reconocimiento de la condición han aumentado" (p. 140).Molina y Alcón (2011) (citado en Zielińska, Wądołowska, y Tomaszewski, 2013) indican que la vigorexia parece ser una entidad independiente y parece tener comorbilidad entre ciertas características psicopatológicas de la personalidad,(hipomanía, narcisismo y compulsividad) Cafri (2008) (citado en Compte y Sepúlveda, 2014)indica que "existe una baja comorbilidad entre personas con DM y TOC" (p.310).Los factores de riesgo señalados por la Organización de Vigorexia son la intimidación y burlas durante el periodo

escolar,falta de armonía de la familia, perfeccionismo,tensiónsevera, enfoqueestético,influencia negativa de las masas (cuerpo idealizado), yentrenamiento obsesivo. (Organización de Vigorexia, 2016, sección de causas, para. 1).Wolke y Sapouna (2008) (citado en Zielińska, Wądołowska, y Tomaszewski, 2013) “han confirmado que los vigoréxicos sufren de trastornos que ocurren en la infancia y derivados de acoso, baja autoestima, depresión y nerviosismo” (p. 140).Martell (2006) identifica las siguientes cinco causas a la vigorexia: socioculturales psicológicas, biopsicosociales, termogénica, y bioquímicas. El manual digital presentara un modelo conceptual para desarrollar una estrategia de intervención. De esta se forma se podrá ayudar a una persona con posible dismorfia muscular u orto trastorno relacionado con la imagen corporal.

Referencias

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC: Author.

Bodybuilding. (n.d.). En *Diccionario en línea de Merriam-Webster*. Recuperado de http://www.merriam- webster.com/dictionary/bodybuilding

Butler, G., & Gary, J. (Producers), Butler, G. & Fiore, R. (Directors). (1977). *Pumping Iron* [Documentary]. United States: Cinema 5.

Camacho-Irizarry, S. (2011). Manual de intervención y tratamiento para hombres de 18 a 65 años con dismorfia muscular [Disertación doctoral]. Universidad Carlos Albizu, Athenas.

Título: Manual para el trabajo en los Gimnasios Biosaludables.

Autor: M.Sc. Irina Leiden Méndez Noriega

Institución: Vicepresidencia de Cultura Física. Dirección de Educación Física y Promoción de Salud.

Forma de Presentación: Ponencia

País: Cuba

Resumen

Los Gimnasios Biosaludables son una nueva opción para la práctica sistemática del ejercicio físico por la población, diseñados para el mejoramiento estético y corporal específicamente para los Adultos Mayores, sin rigor de horario y participación, convirtiéndose en una modalidad en la actividad física comunitaria siendo atendidos por profesionales y activistas. Hoy existen indicaciones metodológicas para el trabajo físico en estas áreas, siendo necesaria profundizar en una herramienta para mejorar este servicio con calidad en nuestro país, es poca la bibliografía referida, que responda a la necesidad en el desarrollo del conocimiento en cuanto al trabajo físico con su propio peso corporal. Los métodos aplicados en la investigación, como: análisis-síntesis, histórico-lógico, entrevista, observación, test y análisis estadístico, determinaron la necesidad de elaborar un manual que solucione esta problemática, contribuyendo a la incorporación e inclusión de beneficiarios de ambos sexos en la educación y control de la condición física y la prevención de enfermedades no transmisible, mejorando de esta forma la calidad de vida de los practicantes. Es un documento metodológico que permite organizar los procesos y elementos fundamentales para la preparación de nuestros profesionales con respecto a la atención de la población en correspondencia con sus necesidades y patologías en jóvenes, adultos y adultos mayores que asisten a estas instalaciones. El contenido de este manual incrementa el conocimiento de los profesionales de la actividad física comunitaria en los procesos metodológicos, perfeccionando con eficiencia y calidad los servicios en los Gimnasios Biosaludables.

Título: Propuesta de acciones estratégicas para la promoción del sistema de trabajo del deporte para todos en aras de lograr a través de la gestión del conocimiento, sensibilización, dinamización y formación.

Autores M.Sc. Belkys Suárez Sandelis

Forma de Presentación: Poster

País: Cuba

Resumen

La promoción deportiva está relacionada con las políticas que tienen por objeto masificar y divulgar el deporte en sus diferentes niveles. El sistema de acciones para socializar estos eventos, actividades deportivas y afines, orientadas a mejorar el nivel de satisfacción cultural y la identidad deportiva que impulsan iniciativas para el cambio, la conservación, difusión y disfrute de la población, constituyen el objetivo fundamental de la investigación. El estudio preliminar reveló que las acciones estratégicas para la promoción del Deporte para Todos en los escenarios comunitarios, carecen de elementos que orienten la gestión del conocimiento de la población hacia las actividades que se desarrollan en las condiciones específicas de las comunidades, así como los proyectos, opciones, actividades y metodologías especialmente en función de la masificación y del deporte como derecho del pueblo que se cumplimentan sistemáticamente.

Introducción

El Deporte tiene la particularidad de ser capaz de generar enormes beneficios para la sociedad. Es fácil identificar al Deporte con palabras como respeto, amistad, convivencia, humildad, compañerismo, diversión, esfuerzo, recompensa, disciplina, competitividad, perseverancia, reconocimiento, superación, riesgo, ganancia, éxito… Palabras, todas ellas, que evocan valores que han de protagonizar la vida cotidiana de una sociedad sana e integradora.

El Deporte es, además, un potentísimo instrumento de cohesión social, y facilita la integración de las diversas culturas y tradiciones que confluyen en los entornos comunitarios. Igualmente, la práctica de cualquier actividad física, así como la

asistencia como espectador a competiciones y espectáculos deportivos, suponen una sana alternativa de aprovechamiento del tiempo de ocio.

Los efectos positivos que sobre la salud tiene la práctica de cualquier actividad física, se suman a su especial capacidad para afrontar problemas como la falta de rendimiento escolar, la obesidad o la lucha contra las adicciones, problemas comunes en nuestras sociedades contemporáneas.

En el plano económico, la actividad deportiva abarca multitud de aspectos como los servicios, la construcción de instalaciones, la organización de eventos, la actividad comercial, el segmento de turismo deportivo entre otras.

Por tal motivo promover el Deporte para todos entre los ciudadanos y proveer de las herramientas necesarias para que conozcan y disfruten del mismo, ha sido la proyección fundamental de esta investigación.

Con las acciones estratégicas propuestas, estaremos incidiendo favorablemente en el cumplimiento de la Ley 936 del 23 de febrero de 1961, que identifica nuestro objeto social**:** *"La dirección de la práctica de actividades deportivas físicas y de recreación en forma masiva, que ha de promover una ciudadanía sana, vigorosa y de carácter firme preparada para la defensa y el progreso de la patria y con un profundo sentido de sus deberes cívicos, promoviendo que el Deporte, la Educación y la Recreación Física deben practicarse como medio de expansión y solidaridad entre la población y de exaltación de los más altos valores humanos.*

El sistema de acciones para socializar estos eventos, actividades deportivas y afines, orientadas a mejorar el nivel de satisfacción cultural y la identidad deportiva que impulsan iniciativas para el cambio, la conservación, difusión y disfrute de la población, constituyen el **objetivo fundamental** de la investigación.

Desarrollo

Los escenarios comunitarios, carecen de promoción que orienten la gestión del conocimiento de la población hacia las actividades que se desarrollan en las condiciones específicas de las comunidades, así como los proyectos, opciones, actividades y metodologías especialmente en función de la masificación y del deporte como derecho del pueblo que se cumplimentan sistemáticamente.

Es importante entender el conocimiento como el acto de obtener una información, interpretarla y como tal dar respuesta a través de la actuación. Es uno de los recursos que necesitan las organizaciones y entes comunitarios para el cambio de mentalidades.

En este estudio se asume el concepto de Gestión del Conocimiento para la Promoción Deportiva, elaborado por Montero Quesada (2014), aplicado al desarrollo de las actividades y eventos deportivos en el escenario comunitario, quien lo define como: "la experiencia cognoscitiva acumulada por los gestores y miembros de la comunidad relacionada con la promoción para el desarrollo de actividades y eventos deportivos, aprovechando los recursos endógenos, puestos al servicio de la masificación del deporte en función de satisfacer las necesidades de la población"

En una comunidad se puede gerenciar diversos conocimientos para favorecer el espíritu innovador y satisfacer necesidades locales. Así, toda comunidad tiene su sabiduría popular relacionada con el saber deportivo acumulado en el tiempo que se expresa en la creación de espacios de diálogo para el debate deportivo, planificación, organización y ejecución de actividades y eventos deportivos y otras acciones que se convierten en servicios o bienes para la propia comunidad. En este sentido, ocurre la participación ciudadana en la esfera del deporte, concebida como un proceso de integración en la toma de decisiones, fiscalización, control y ejecución de las acciones previstas en las actividades deportivo recreativas posibilitando mayor bienestar pues se orientan al desarrollo del ser humano y el de la comunidad en la cual se desenvuelve.

Los **métodos** aplicados en la investigación, :análisis-síntesis, entrevista y observación determinaron la necesidad de elaborar una propuesta de acciones que solucionen esta problemática

Se dio seguimiento durante 5 meses a noticieros y prensa escrita como a continuación relacionamos:

PROVINCIAS TOMADAS COMO MUESTRA	MEDIOS CONSTATADOS (PRENSA ESCRITA)
GUANTÁNAMO	VENCEREMOS
GRANMA	LA DEMAJAGUA
CAMAGUEY	ADELANTE
VILLA CLARA	VANGUARDIA
CIENFUEGOS	5 DE SEPTIEMBRE
LA HABANA	TRIBUNA
PINAR DEL RÍO	GUERRILLERO

- ✓ Se analizaron 22 semanas, con frecuencia semanal de prensa escrita y de manera diaria a través de las redes sociales.
- ✓ Se dio seguimiento a un promedio de 819 publicaciones, semanales y diarias.
- ✓ Se publicaron un promedio de 110 actividades del deporte para todos en las comunidades, lo que representa un 0.13%.
- ✓ Los meses de mayor promoción FEBRERO y JUNIO.

PRINCIPALES ELEMENTOS A TENER EN CUENTA EN LAS ACCIONES A DESARROLLAR

- ✓ Contribuir a la planeación articulada de acciones de promoción hacia los diferentes sectores en el contexto de los lineamientos de la política del país dirigida a la masificación del DEPORTE PARA TODOS. EL DEPORTE COMO UN DERECHO DEL PUEBLO.
- ✓ La gestión local de la política de promoción de actividad física debe materializarse en retomar el análisis crítico de las versiones preliminares de los planes comunitarios y motivar su atención para retroalimentar la información e inclusión de las acciones por los responsables de la promoción de la actividad física comunitaria.

RESUMEN DE LAS PRINCIPALES ACCIONES ESTRÁTEGICAS PARA LA PROMOCIÓN DEL SISTEMA DE TRABAJO DEL DEPORTE PARA TODOS

- ✓ Se identificaron nuevas tendencias y desarrollo de nuevos programas vinculados a la promoción de la actividad física en las comunidades.
- ✓ Se impulsó el accionar hacia un mejor aprovechamiento de las herramientas comunicativas que ofrece Internet.
- ✓ Se ha desarrollado un Plan de Comunicación que garantice la sensibilización para el cambio ante la actual política comunicacional que se trabaja, desde los Combinados Deportivos, identificando aquellos con buenas prácticas
- ✓ Capacitación y retroalimentación a profesionales y activistas de la promoción que actualmente rectorean.
- ✓ Creación del Sitio WEB DEPORTE PARA TODOS.
- ✓ Creación DE APLICACIONES MÓVILES.
- ✓ Intercambios con Directivos de Canales de TV Nacionales y elaboración de nuevas estrategias de promoción.
- ✓ Utilización de herramientas de mensajería móviles para la promoción de las actividades fundamentales.
- ✓ Proceso de edición de programas Súmate para las diferentes actividades y programas de Actividad Física que se cumplimentan en las comunidades.
- ✓ Entrevistas y documentales a las actividades que se realizan en los Combinados Deportivos con buenas prácticas.
- ✓ Se publicaron un promedio de 110 actividades del deporte para todos en las comunidades, lo que representa un 0.13% en el periodo evaluado.
- ✓ Los meses de mayor promoción **FEBRERO** y **JUNIO.**

Conclusiones

La aplicación de Acciones Estratégicaspara la promoción del sistema de trabajo del deporte para todos en aras de lograr a través de la gestión del conocimiento resultados superiores ha sido de vital importancia, ya que a través este se establecen canales de comunicación con la población y se incrementa su participación en proyectos y programas comunitarios.

La Estrategia diseñada propició reconocer y diagnosticar la insuficiencia existente en las acciones de promoción que pueden generar cambios en la población mediante programas y actividades del Deporte para Todos.

La sistematización de ACCIONES DE PROMOCIÓN garantiza una adecuada comunicación y posibilita la sustentación del incremento de practicantes a las actividades.

El perfeccionamiento de los programas de promoción, así como la creación de espacios con información de actividades y documentos metodológicos contribuye al cambio de la conducta de la población y garantizan una mayor capacitación metodológica de los profesionales.

Título: Propuestas de acciones para el mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos

Autoras: M.Sc. María Trinidad Bequer Soto del Valle

Departamento: Actos Masivos. INDER. Vicepresidencia Cultura Física

Forma de Presentación: Poster

País: Cuba

Resumen

Mejorar la calidad de los Espectáculos Deportivos constituye una exigencia actual de las transformaciones que se desarrollan en el movimiento deportivo cubano. El empleo de métodos teóricos y empíricos, con la aplicación de un grupo de técnicas se diagnosticó el estado actual lo que acredita la solidez científica del trabajo, consistente en la propuesta de un sistema de acciones que contribuya al mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos, en correspondencia con las normativas establecidas, distintivo por su carácter sistémico, dialéctico y flexible.

1. Introducción

En el año 1961 con la fundación del INDER, surge la Dirección de Actos Masivos que desde sus inicios, tuvo en sus funciones, el diseño y ejecución de las diferentes ceremonias de los eventos deportivos, constituyendo estas un espectáculo deportivo. Desde el comienzo fueron utilizados programas basados en la experiencia de los compañeros que en aquel momento ejercían como Metodólogos Nacionales de Actos Masivos.

Se entiende como espectáculo una función o diversión pública de cualquier género, distracción, fiesta, representación, escena, función, todo lo que atrae la atención, lo que se ofrece a la vista o a la contemplación y causa deleite, asombro, dolor u otros efectos. El hecho en sí, es propiciado por su público en atención a sus propias demandas socio-culturales y de esto depende su éxito. De ahí la envergadura de los Espectáculos Deportivos que se realizan a través de las diferentes ceremonias que se realizan en el ámbito deportivo como:

ceremonias de inauguración, abanderamiento, premiación, clausura, condecoración, entre otras

Se considera que los Espectáculos Deportivos, constituyen uno de los procedimientos más importantes del trabajo en el Departamento de Actividades Masivas Gimnásticos Deportivos, en lo adelante Actos Masivos, puesto que a través de ellos se evidencian los logros alcanzados en el sistema deportivo cubano, el nivel de participación del pueblo en la práctica de actividad física para la salud y el sano esparcimiento; así como la política de inclusión con la participación de un discapacitados y otros grupos sociales.

La pertinencia resulta evidente a través de la coyuntura en la actualización de los procesos y las políticas que permiten una mejor organización para el desarrollo de la vida económica, política y social del país.

Al tratarse de los espectáculos en eventos deportivos, en cualquier nivel (internacional, nacional o territorial), la experiencia y el esfuerzo personal de los técnicos, unido a la extrapolación de técnicas y enfoques utilizados en otras áreas de actividad humana como es el caso de la escenografía para el teatro y la danza, así como los artísticos en general, constituye la práctica más generalizada; sin que exista una política declarada para el desarrollo de los eventos de este tipo, tomando en consideración que la mayoría de ellos comparten un fondo organizativo común.

Entre las problemáticas que se enfrentan están las siguientes:

- En algunas ocasiones la tecnología que se emplea no cumple con las expectativas, ya que no es actualizada.
- No se cuenta con recursos humanos propios para su desarrollo, depende de la gestión que realiza el gobierno para movilizar el personal necesario.
- Los aseguramientos para los participantes son limitados y las condiciones de trabajo no son las óptimas.
- Los implementos y el vestuario que se utilizan en las diferentes ceremonias son repetitivos, ya que el presupuesto asignado es insuficiente y las ofertas no cumplen las expectativas.

Estos problemas, permiten declarar que existen limitaciones de recursos materiales, humanos y tecnológicos que dificultan el desarrollo de los espectáculos.

Con el transcurso de los años, se han venido produciendo cambios y modificaciones en los procedimientos para la realización de los espectáculos deportivos, en la mayoría de los deportes, influenciados por los cambios en esta esfera a nivel internacional. De ahí que la **contradicción fundamental** se evidencia en que actualmente se exige un nivel superior de calidad en los espectáculos presentados, sin embargo, se aprecian insatisfacciones respecto a ello en los espectáculos deportivos.

Atendiendo a esta contradicción se plantea el siguiente **problema de la investigación:** ¿Cómo contribuir al mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos?

Para dar solución al problema científico se asume como **objetivo general** de la investigación, proponer un sistema de acciones para el mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos en correspondencia con las exigencias socioeconómicas actuales.

Objetivos específicos:

1. Caracterizar el estado actual de la dinámica, procedimientos, así como la metodología para el mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos.
2. Elaborar un sistema de acciones para el mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos.

Dentro de los métodos y técnicas utilizadas se encuentran:

Histórico-lógico, Análisis-Síntesis, Inducción-deducción, Enfoque sistémico*,* Tormenta de ideas, Encuesta, Entrevista, An*álisis DAFO, Diagrama de Ishikawa,* Análisis estructural con ayuda del MIC-MAC.

2-Diagnóstico del estado actual de la dinámica, procedimientos, así como la metodología para el mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos.

Se realizó una secuencia de trabajo para el diagnóstico, iniciándose con Tormenta de Ideas donde se expusieron criterios de los espectáculos deportivos a 5 especialistas del Departamento Nacional de Actividades Masivas Gimnástico Deportivas. Posteriormente se aplicó una encuesta (**Anexo 1**) a los especialistas Nacionales conjuntamente con (8) metodólogos provinciales y a (7) metodólogos municipales que atienden dicha actividad, para un total de 20. El 100% de la muestra es Licenciado en Cultura Física, de ellos 12 son Master y tiene un promedio de 19,7 años de experiencia en la actividad.

El análisis de las encuestas nos evidencia que los aspectos que atentan contra el éxito de un espectáculo deportivo, podemos agruparlas fundamentalmente en: Problemas de planificación, desconocimiento, financiamiento, dirección del espectáculo, estabilidad de los especialistas y recursos.

Por estas técnicas utilizadas llegamos al análisis de la matriz DAFO de 1er nivel, quedando de la siguiente manera después del análisis con los especialistas. **(Anexo 1)**

Se realiza el estudio de causa y efecto, considerándolo en un período corto, jerarquizando las variables se utilizó el diagrama de Ishikawa, **Anexo 2 Diagrama de Ishikawa**

Las causas de primer orden son las que de manera observable inmediata resaltan en el problema, en este caso son: Insuficiente preparación para dirigir un espectáculo deportivo; insuficiente trabajo con nuevas tecnologías y poco financiamiento para la realización de los mismos.

De estas se derivan las causas de segundo orden que en este caso: la insuficiente preparación para dirigir un espectáculo radica su causa en el desconocimiento en la dirección y el funcionamiento de los Comité de Actos Masivos. En cuanto al insuficiente trabajo con las nuevas tecnologías su causa está dada por su desconocimiento y las exigencias actuales de los diferentes deportes, sin embargo relacionadas con el poco financiamiento se observan el insuficiente presupuesto y la no utilización de todas las potencialidades que brindan los recursos.

Las causas de tercer orden que son las más sensibles y con las que se dirige el trabajo son: Temáticas sobre espectáculos que no se imparten en su preparación

y deficientes métodos de dirección de espectáculos, poco acceso a la información y desactualización de los protocolos de los diferentes deportes, además poca variedad y creatividad y dificultades en la adquisición del equipamiento necesario.

Observamos entonces que estas coinciden en gran medida con las variables planteadas en el análisis de DAFO, por lo que para buscar las variables más relevante utilizamos el análisis estructural con la ayuda del MIC-MAC, cruzando todas las variables, **Anexo 3** (listado de variables) llegando a los siguientes resultados: El análisis estructural con ayuda del MIC-MAC evalúa la interrelación directa e indirecta de las variables para determinar cuáles son más influyentes, cuáles dependen más del resto y cuáles tienen un comportamiento relativamente independiente. En el caso concreto de los Espectáculos Deportivos, el método permitió establecer las variables motrices, autónomas, dependientes y las de enlace.

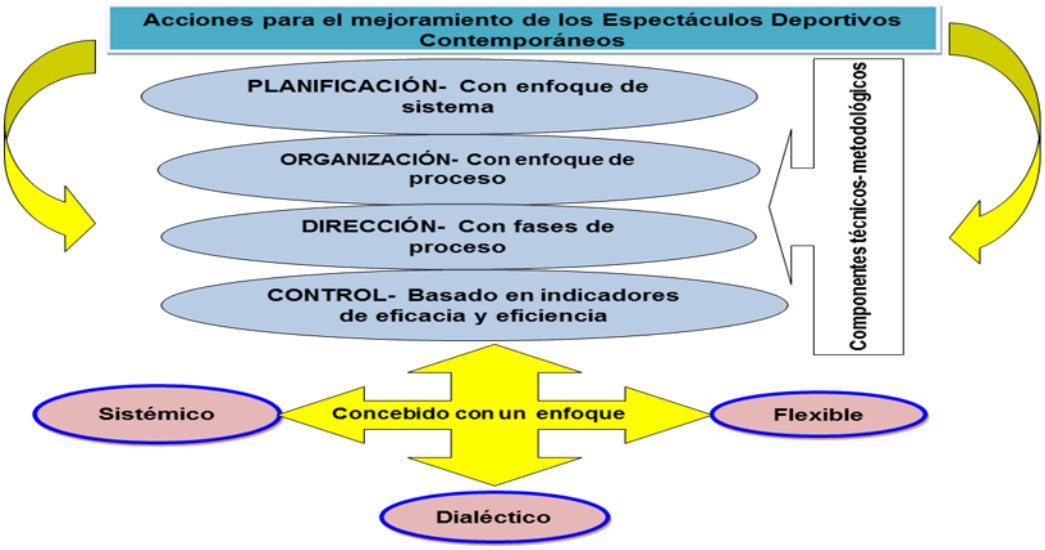
Se hizo el análisis a través del matriz de influencias indirectas (MII) que aportó resultados interesantes **Anexo 4** (Gráfico de Influencias Indirectas)

Podemos observar que se encuentran en el cuadrante de variables de enlace, ejerciendo una fuerte influencia sobre la dirección de los Espectáculos Deportivos (DE) el acceso a la información (AI), disponibilidad de recursos (DRe), preparación de los funcionarios con respecto a la dirección (PFDE) y la creatividad (Crea).Tiene una gran influencia sobre la dirección de los espectáculos deportivos el presupuesto (P), la disponibilidad de la tecnología de avanzada (DTA), las técnicas con que se trabaja actualmente y la política del INDER dirigida a la calidad de los espectáculos deportivos. Con moderada influencia se consideran los escenarios y Conocimiento de la tecnología existente.

Observamos además que existe 2 variables autónomas: la formación del egresado (FE) y la participación del público (PP) donde las mismas ejercen poca influencia y dependencia hacia las demás, lo que significa que no son variables claves y no determinarán en última instancian la dirección del espectáculo.

Como resumen al realizar la triangulación de las tres técnicas utilizadas en el diagnóstico resulta evidente que son necesarias realizar las acciones dirigidas al

proceso de dirección de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos, en líneas estratégicas: de dirección, de financiamiento, de actualización.



Acciones para el mejoramiento de los espectáculos deportivos

Acciones para el mejoramiento de los espectáculos deportivos

Las acciones propuestas están sustentadas en las siguientes premisas:

- Las acciones están concebidas, a través del proceso o etapas de la dirección con un enfoque dialéctico, sistémico y flexible.
- El control atraviesa vertical y horizontalmente todas las acciones para la retroalimentación y corregir las desviaciones que se puedan encontrar en el proceso.
- Se encuentran en concordancia con los objetivos de la administración pública, que defienden la idea de enfoque de proceso para incrementar la calidad de vida de los ciudadanos y satisfacer sus necesidades agregando valor.

En función de lo anterior las acciones son:

1. Planificación con enfoque de sistema.
2. Organización con enfoque de proceso.
3. Dirección coordinada con las fases del proceso.
4. Control basado en indicadores de eficacia y eficiencia.

1. **Planificación.** Comprende el conjunto de acciones vinculadas al enfoque del sistema. En este sentido se puede hablar del diseño de la ceremonia. Aquí germina la idea del espectáculo, se sueña con lo que se quiere lograr.

Acciones:

- Precisar los objetivos, alcance y mensaje a trasmitir en el mismo.
- Elaborar el diseño general del espectáculo, en colaboración con el Comité de Actos Masivos y otras dependencias como cultura y las empresas que brindan servicios de este tipo.
- Confeccionar el programa, guiones, escaletas.
- Confeccionar el diseño en dependencia de las posibilidades del escenario.
- Proponer el tiempo de duración.
- Crear las comisiones de trabajo.
- Proponer los recursos humanos y los aseguramientos para transporte, alimentación, vestuario, utilería, implementos, escenografía, etc.

2. **Organización.** Comprende las acciones relacionadas con la producción del espectáculo:

Acciones

- Definir los participantes.
- Definir el plan de ensayos.
- Velar por la calidad y cantidad de los recursos asignados.
- Se establece el guion minuto a minuto.
- Mantener un adecuado seguimiento de los participantes, teniendo en cuenta que puede haber imprevistos que impidan su presencia, así como prever quién lo sustituye.
- Definir los puestos de trabajo, responsabilidades y ubicación en el área de concentración.

3. **Dirección.** Comprende la realización de las actividades relacionadas con las fases del proceso del espectáculo deportivo en sí mismo.

Acciones:

Prólogo o Apertura:

El Protocolo En dependencia de la ceremonia que se realice:

Inauguraciones:

Abanderamiento

Premiación deportiva

Condecoración

Clausura

Presentación Artístico-Deportiva

Gran final

Desmontaje

4. **Control.** Está comprendido en todo el proceso del espectáculo deportivo con acciones concretas.

- Evaluar el desarrollo del espectáculo a través de indicadores **(Anexo 5)**

  Para ello se tendrán en cuenta los elementos siguientes:

  Criterio de los espectadores.

  Criterios de los actores.

- Realizar el informe final.

CONCLUSIONES

1-El análisis de la fundamentación teórica - metodológica sobre el tema permitió corroborar la necesidad de actualizar la metodología y procedimientos para el mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos.

2- El estado actual de la dinámica, procedimientos, así como la metodología para los Espectáculos Deportivos Contemporáneos, puesto de manifiesto por los resultados de las técnicas diagnósticas aplicadas, se caracteriza por el deterioro y desactualización de la infraestructura tecnológica, la inmovilidad de las producciones, escases de recursos financieros y materiales.

3- La elaboración de acciones para el mejoramiento de los Espectáculos Deportivos Contemporáneos contribuye a la organización del proceso concebido con un enfoque dialéctico, flexible y sistémico.

RECOMENDACIONES

1. Dar continuidad al tema analizado en investigaciones posteriores.
2. A la dirección del INDER, valorar las acciones propuestas para su posterior implementación.

Bibliografía

-Alva, S. A. (2012). *Métodos y técnicas participativas:* Recuperado el 14 de mayo de 2014, de ciberciencia.god.pe: http://www.ciberdocencia.gpd.pe

-Bequer Soto del Valle, M.T. y Colectivo de Autores. (2006) Texto básico. *Actividades Masivas Gimnásticas Deportivas*. Editorial Deporte.

-Cerezal, M. J., & Fiallo, R. J. (2002). Los Métodos Científicos en las Investigaciones Pedagógicas. . Ciudad de la Habana. (45p)

-Colectivo del Departamento de Actos Masivos Nacional. (2002). *Dossier de Conferencia de Actividades Masivas Deportivas.* Cuba. [Formato Digital].

-C. O. I. (1984) Le Mouvement Olimpique – The Olympic Movement. Lausana, Suiza, Editorial Dargaud,

_____(1997) Carta Olímpica. Lausana, Suiza. Septiembre.

_____ (1896-1912)(1916- 1932) 100 años de Juegos Olímpicos de la Época Moderna.. Lausana. Suiza.

-CD Universalización. Educación Rítmica. UCCFD Cuba. 2008. [Formato Digital].

-Cuza Suárez, Mirna. (1995). *La Composición Gimnástica*. Manual del profesor de Educación Física. La Habana.(20-56p)

-Estévez, M. y colaboradores. (2004). *La investigación científica en la actividad física:* su Metodología. Editorial Deportes. La Habana. (36p)

-Marichal Pérez, Luisa Milagros y Yaneisy Díaz Ascuy (2015). Líneas estratégicas para el mejoramiento de la ceremonia de inauguración en la serie nacional de Béisbol. Trabajo final Diplomado de Administración Pública,. ISRI, XII edición.

-Ministerio de Educación (1988) *Reglamento sobre el Régimen de participación deportiva.*

-Pierre de COUBERTIN pour le Mouvement Olympique d'aujourd'hui ». Conférence à la 7éme Session de l'AIO pour Educateurs.Olympia, 1986. Pág, 10.

_____ Les assises philosophiques de l'Olympisme moderne. Vol. II, pág 436.

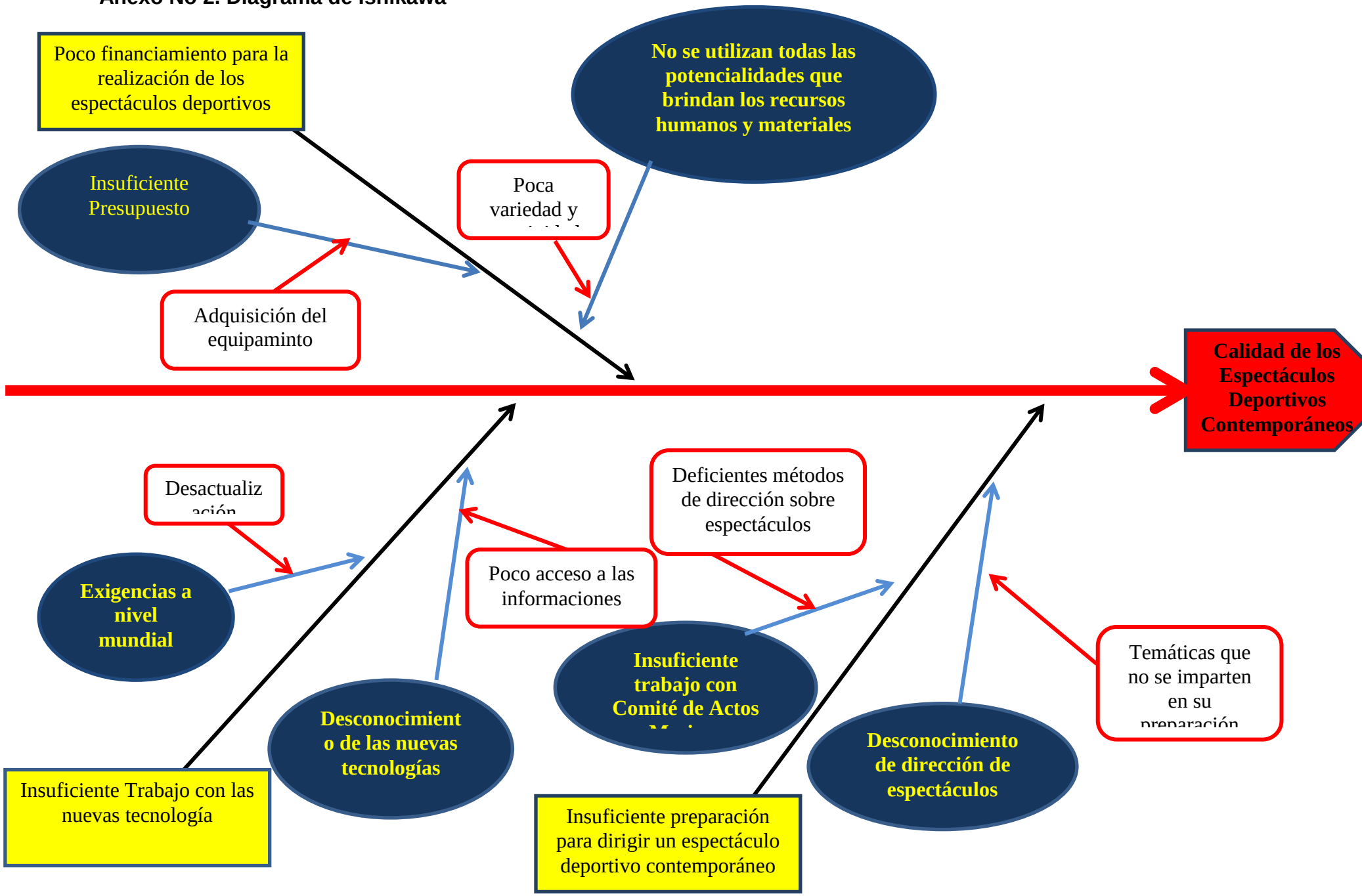
-Sierra, R. A.: Modelación y Estrategia: algunas consideraciones desde una perspectiva pedagógica. Compendio de pedagogía. La Habana Ed. Pueblo y Educación

Anexo 1

Matriz DAFO de 1er nivel

		NEGATIVAS		**POSITIVAS**
		DEBILIDADES		**FORTALEZAS**
INTERNAS	**D1**	Tecnología con que se trabaja	**F1**	Política del INDER dirigida a elevar la calidad de los espectáculos.
	D2	Dirección del espectáculo deportivo.	**F2**	Condiciones que brindan los diferentes escenarios para los espectáculos.
	D3	Acceso a la información.	**F3**	Relaciones de trabajo del departamento nacional con otras dependencias.
	D4	Conocimiento de la tecnología.		
	D5	Divulgación de los espectáculos		
	D6	Funcionamiento del Comité de Actos Masivos.		
	D7	Creatividad.		
		AMENAZAS		**OPORTUNIDADES**
EXTERNAS	**A1**	Presupuesto.	**O1**	Variedad cultural existente en los territorios.
	A2	Disponibilidad de recursos	**O2**	Comunicación existente con otras instituciones.
	A3	Disponibilidad de tecnologías avanzadas.	**O3**	Participación de público.
	A4	Preparación de los funcionarios para dirigir un espectáculo	**04**	Reconocimiento de la necesidad de actualización sobre dirección de espectáculos
	A5	Formación del egresado.		

Anexo No 2. Diagrama de Ishikawa



Anexo No 3. Listado de Variables MIC-MAC

N°	LONG LABEL	SHORT LABEL	DESCRIPTION	THEME
1	Tecnología con que se trabaja actualmente	TTA		
2	Dirección del espectáculo	DE		
3	Acceso a la información	AI		
4	Conocimiento tecnología existente	CTE		
5	Divulgación del espectáculo	DvgE		
6	Funcionamiento Comité de Actos Masivos	FCAM		
7	Creatividad	Crea		
8	Política del INDER dirigida a la calidad de los espectáculos	PINDER		
9	Condiciones que brindan los disferentes escenarios	Esc		
10	Relaciones de trabajo del Departamento de Actos Masivos con otras dependencias	RelT		
11	Presupuesto	P		
12	Disponibilidad de recursos	DRe		
13	Disponibilidad de Tecnología Avanzada	DTA		
14	Preparación de los funcionarios con respecto a la dirección de espectáculos	PFDE		
15	Formación del egresado	FE		

N°	Long label	Short label	Description	Theme
16	Variedad cultural que existe en los territorios	VC		
17	Comunicación con otras Instituciones	CInst		
18	Participación de Público	PP		
19	Reconocimiento sobre la necesidad de actualización sobre espectáculos	RAE		

Título:Q`Suin Indoor Cycling.

Autor: Lic. Sandro Fernandez López.

Forma de Presentación: Ponencia

País: Cuba

Resume descriptivo:Q`Suin estilo genuino dentro del Indoor Cycling, combinando diversos ejercicios de baja y alta intensidad que pueden ser coreográficos y van siempre al ritmo de la música. Una modalidad de movimientos y posturas con carácter variable (ejercicios de influencia combinada) en el cual está presente el trabajo sobre la bicicleta estática y se combina ejercicios, que pueden ser ejecutados sobre y fuera de la misma, con o sin implementos, como mancuernas, ligas chalecos u otros, que procura un trabajo físico completo, donde ejercitas y tonificas cada segmento de tu cuerpo.

Objetivos del Programa:

Alcance deportivo:

- Q`Suin requiere de rapidez en el momento de ejecutar sus combinaciones, posturas y acciones en la colocación de los mismos según sea la rutina en cuestión. La práctica metódica de los ejercicios en la modalidad de Q`Suin influyen positivamente en el aumento de la movilidad de los procesos nerviosos, en el mejoramiento de las reacciones contra los estímulos sencillos y complejos, en la rapidez de reacciones y orientarse, por lo que el Q`Suin conquista cada día y gana gran popularidad.
- Para este servicio que brindamos, cualquier nivel de la población puede recibirlo,obesos, deportistas que viene a desentrenarse, hasta el atleta profesional son beneficiados.
- Por clase se puede atender 30 practicantes dependiendo del espacio del local y 8 turnos por día teniendo en cuenta la cantidad de instructores.
- El equipamiento para la modalidad seria alfombra, ligas (tensores), sobre pesos, mancuernas, entre otros.
- Tecnología , superación trimestral ,

Método y técnicas a usar.

- Los métodos a usar: continuos, por intervalos, por repeticiones.
- Usaremos técnicas de ciclismo, técnica de ejercicio de elementos a manos libres de gimnasia localizada (planchas, abd, cuclillas) de influencia combinada.

Base Biologica.

- Todo lo descripciones de la bicicleta, medidas,la correcta postura del practicante sobre la misma, ángulo de la rodilla,lasejecucionestécnicas, etcson acción

biomecánica y están explicaciones vienen en el manual del instructor de la modalidad con respaldo bibliográfico.

Metodología y ciencia para el instructor.

- Para el trabajo metodológico se creó el manual del instructor donde se tocan los temas como:
    1. La bicicleta
    2. El calentamiento
    3. Capacidades
    4. Métodos
    5. Control del rendimiento
    6. La coreografía
    7. La música
    8. La clase
- Donde el aumento para el desarrollo de las cargas van a ocurrir cada 2 o 3 semanas por que es el tiempo en que ocurren la adaptación a las cargas.

Publico que atiende.

- Todopracticante de cualquier edad que cumpla con las medidas para montarse en la bicicleta puede comenzar la práctica.
- Tenemos 3 niveles: 1mer nivel,Iniciados en la práctica de la modalidad, adaptándose a las cargas físicas iníciales,2do nivel, asimilación de cargas físicas, pero imperfecciones y 3cer nivelasimilación de cargas físicas óptimo.
- Los ejercicios a aplicar a los practicantes para cada nivel aparecen en el manual del instructor.

Cuadro de capacidad condicional que desarrolla.

- Capacidades a trabajar: Resistencia, Fuerza, Rapidez y Coordinativas.
- Capacidad que predomina: la Resistencia.
- Todas las capacidades son condicionales debido a que la práctica de la modalidad está contemplada como una actividad lúdica.

Cuadro de capacidad coordinativas que desarrolla.

- Las capacidades coordinativas dependen básicamente del control, regulación y dirección de los movimientos corporales, lo que garantizan la fluidez, el acoplamiento, el ritmo y otros,
- Los ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas lo expresamos en 3 niveles: Básico, intermedio y avanzado. Los cuales aparecerán en el manual del instructor.

Perfil del instructor.

Habilidades con las que debe de contar el instructor.		
Docentes	**Científicas**	**Psicológicas**
Alguna categoría como instructor (conocimientos mínimos de cómo	Conocimientos de morfología, fisiología.	Personas sin trastornos psicológicos

preparar una clase y demás)		

Capacitación del instructor.

Certificación como instructor de Q`Suin**.**

- Este curso de Certificación de instructor de Q`Suin es un programa de instrucción teórico-práctico, que recibirá el aspirante en un fin de semana (sábado y domingo). Al finalizar es necesario una prueba de evaluación que avalará al entrenador.

Exigencias

- Para adquirir el certificado como instructor de Q`Suin el estudiante deberá realizar los temas del curso, por un periodo de 12 horas al día, para un total de 24 horas. Terminado el curso tendrá como máximo tres meses para presentar una clase grabada en video (soporte digital) por la cual será evaluado(a) y realizar una prueba por escrito. Terminada la evaluación de instructor de Q`Suin y aprobado recibirá la Certificación como Instructor de Q`Suin**.**
- Posteriormente habrácapacitaciones cada 3 meses que proporciona nuevas técnicas posturales, herramientas de trabajo (músicas, videos) coreografías, etc. De 3 capacitaciones que serán al año 2 son de obligatoria participación de lo contrario se le podrá retirar la licencia.
- Las capacitaciones pueden durar desde un día hasta una semana dependiendo del contenido.

Ciencia para el instructor.

Modelo de clase.

PLANIFICACIÓN DE LA CLASE.

Partes	**Inicial**			**Principal**					**Final**
Ritmo Carga	Lenta -	Normal Baja		Normal Baja	Lenta Media	Normal Baja	Normal Media	Normal Baja	Lenta -
Ejercicios	Cal Est	Rit Sent N-1	Tec Pst Sent N-1	Coord Sent N-1	Rit Sent N-1	Tec Pst Sent N-1	Rit Sent N-1	Coord Sent N-1	Est final
Tiempo	4:00mnt	5:30mnt		5:00mnt	4:30mnt	3:30mnt	3:30mnt	4:00mnt	5:00mnt
Total	35:0mnt								

HOJA DE CLASE.			
	Ritmo	**Carga**	**Anotación de los ejercicios o planos musculares a trabajar.**
1	Lenta	Baja	Calentamiento y estiramiento.
2	Normal	Baja	Rodar a un ritmo continuo y trabajo de Técnica y postura sentado.
3	Normal	Baja	Realizar flexiones con los brazos.
4	Lenta	Media	Rodar a un ritmo continuo desde la postura sentado.
5	Normal	Baja	Trabajo de postura sentado, espalda y brazos estirados bien trancados.
6	Normal	Media	Rodar a un ritmo continuo des la postura sentado.
7	Normal	Baja	Realizar flexiones con los brazos.
8	Lenta	Baja	Estiramiento.

Bibliografía usada y consultada.

Álvarez Medina J, Serrano, E. Giménez, L., Manonelles P. y Corona, P. (2000): La CourseNavette como parámetro de control de la capacidad aeróbica de recuperación en el fútbol sala. REVISTA de entrenamiento Deportivo RED. 4:31-5.

Anselmi Horacio E.: 2003. Fuerza y Potencia. La fórmula del éxito. Argentina EP. La fórmula del éxito. Planeta, editor. Argentina.

Beraldo. Stelvio; Polleti. Claudio. Preparación Física Total. ed. Barcelona: Hispano Europa, S.A; 1995.

Bompa, T. O. (1993). La Periodización de la Fuerza (La nueva onda en el entrenamiento de la fuerza). Ontario: Byosistem Servicio Educativo.

Bruggemann P., Grosser, M. y Zintl, F. Alto rendimiento deportivo, planificación y desarrollo, ed. México: Roca, S.A; 1990. 63. Delgado, F. Gutiérrez, S. M. Castillo, A. Entrenamiento Físico – Deportivo y Alimentación. ed. Andalucía: Aula Magna; 2004.

Bunge, M. —Ser, saber, hacer‖. ed. D.F. México, S. A. Rubén Darío 118, col. Moderna, 03510: Paidós Mexicana; 2002. 8. Bunge, M. La Investigación Científica. ed. La Habana: Ciencias Sociales; 1972.

Burke E.R. Cycling Health and Physiology.Vitesse Press. USA. 234p. 1992.

Chicharro L J.: 2004. Transición aeróbica-anaeróbica: concepto, metodología de determinación y aplicaciones. Barcelona: Master Line.

Colectivo de Autores. (1995). Enciclopedia.

Colectivo de Autores. (1997). Sistema de capacitación y certificación deportiva. SICCED. México, D.F.: Comisión Nacional de Deportes CONADE.

Collazo M. A. y Betancourt A. N. (2006) Teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Tomo I. Versión Digitalizada ISCF Manuel Fajardo.

Collazo. M, Adalberto. Fundamentos Biometodológico para el desarrollo de las capacidades físicas. Instituto Superior de Cultura Física. Forthcoming: La Habana, 2002.

Comucci L.: 2009. El rango de la frecuencia cardíaca en los jugadores de futbol profesional. Journal of Sport and HealthResearch.

Copello, M. (2007). Metodología del Entrenamiento Deportivo (Desde la Perspectiva de los Deportes De Combate). La Habana: Obra No Publica.

Costa, G. Correr en Pista. Ediciones Deportivas; La Habana, 265 p, 1973.

Cuervo y González. (1991). Levantamiento de Pesas Deporte de Fuerza. La Habana: Combinado Poligráfico "Evelio Rodríguez Curbelo". 12) Cuervo, C. (1989). Pesas Aplicadas. La Habana: Científico Técnica.

Da Silva Duarte MF y DCR.: 2001. Validade do teste aeróbico de corrida de vai-e-vem de 20 metros. Revista Brasileña de Ciência e Movimiento. 9:714.

Delgado, M. (2000). Cubil del Puma. Recuperado el 30 de septiembre de 2013, de Cubil del Puma: www.cubildelpuma.com

Dick, Frank, W. Principios del entrenamiento deportivo. -- Barcelona: Editorial, Paidotribo, 1993. – 410 p.

Donskoi, D. y Zatsiorski, V. Biomecánica de los Ejercicios Físicos, ed. Moscú: Raduga; 1988.

Fernández, A. (2011). Obtención de una metodología como resultado científico, en investigaciones sobre dirección. SABER, CIENCIA Y Libertad, 119 - 125.

Título: Acciones para la orientación y preparación de la familia en el contenido de motricidad fina, del sexto año de vida, del municipio de Corralillo.

Autores: M.Sc. Ivis del Pino Toledo

Dr. C. Yanet Pérez Surita

M.Sc. Omar Bernardo Montesino Reyes.

Institución: Facultad de Cultura Física Villa Clara

País: Cuba

Resumen

La política educacional cubana expone dentro de sus prioridades fundamentales para la Enseñanza Preescolar el perfeccionamiento de la preparación y educación de las familias para que estas actúen en consecuencia con las exigencias que demanda el desarrollo del preescolar, a través del Programa Social de Atención Educativa ”Educa a tu Hijo”. El problema científico que deriva lo anterior se soluciona con la elaboración de acciones para la orientación y preparación de la familia, en el contenido de motricidad fina, del sexto año de vida, del municipio de Corralillo, sustentado en la estimulación de la participación de la familia como grupo, se contextualiza en el marco del programa “Educa a tu hijo” y se adecua a las exigencias del niño de sexto año de vida. La aplicación de las acciones corroboró transformaciones favorables en la preparación de la familia, en el contenido de motricidad fina, por lo que cumplió el objetivo para el cual se elaboró. La metodología empleada incluye diversos métodos y técnicas de investigación de naturaleza cuantitativa y cualitativa. Dentro de los métodos y técnicas utilizadas se encuentran: análisis-síntesis, inducción-deducción, enfoque sistémico-estructural, hipotético- deductivo, análisis documental, observación, encuesta, medición, triangulación por el método y el experimento. Se trabajó con una población de 7 familias, donde se corroboró en la práctica que las acciones de orientación propuestas provocaron transformaciones favorables en el nivel de conocimiento de la familia respecto a la motricidad fina y las áreas del desarrollo.

Introducción

El desarrollo de la psicomotricidad es condición imprescindible para el aprendizaje de la lectoescritura; pues este proceso requiere de coordinación viso motora y entrenamiento motriz de las manos. En esta etapa es de suma importancia que desde los primeros grados se planifiquen ejercicios, secuenciales en complejidad, para lograr el dominio y destreza de los músculos finos de dedos y manos.

Investigaciones realizadas por Ajuriaguerra (1986); Boscaini (1988),Lapierre (1995);Bequer (2004),entre otros, confirman que los antecedentes y fundamentos teóricos de esta problemática se dirigen de forma general al desarrollo de la psicomotricidad en escolares de la Educación Básica.

En la actualidad, esta tarea alcanza mayores dimensiones por ser una de las importantes aspiraciones de la "Educación para Todos" que se ha emprendido en el país, estando responsabilizados con el cumplimiento de esta misión el Ministerio de Educación, el INDER y el MINSAP junto a otros organismos y organizaciones políticas y de masas, los cuales dirigen su accionar hacia el perfeccionamiento y optimización de la relación institución educacional, familias y comunidad, como vía necesaria y decisiva en la formación de las nuevas generaciones.

La Enseñanza Preescolar expone dentro de sus prioridades fundamentales el perfeccionamiento de la preparación y educación de las familias para que estas actúen en consecuencia con las exigencias que demanda el desarrollo del preescolar y la sociedad en general.

En el transcurso de la aplicación del Programa “Educa a tu Hijo” se han presentado algunas dificultades en los niños de sexto año de vida y en observaciones previas a la investigación se constata que algunos de los niños niñas del municipio de Corralillo poseen dificultades en el Rasgado, Trazado y en la coordinación visomotora, por la falta de estimulación influyendo esto en los contenidos relacionados con el área de motricidad.

En cuanto a la preparación de la familia que presume una doble proyección: la institución proyectándose a la familia para conocer sus posibilidades, necesidades y la orientación a la familia para lograr la continuidad del trabajo en el hogar, evidencia dificultades en cuanto a su preparación y participación en la actividad

conjunta, del Programa “Educa a tu Hijo” de 6to año de vida, del municipio de Corralillo, resumidas en:

- Falta de orientación a la familia del personal ejecutor, por lo que las mismas poseen poco dominio de logros y objetivo del área de motricidad de sus hijos.
- La capacitación aún no ha sido lo suficientemente diferenciada como para responder a las necesidades formativas de las familias, teniendo en cuenta lo anterior expuesto.
- La familia no siempre participa en el proceso de la actividad conjunta y en algunos casos participa cualquier miembro de la familia.

Lo anteriormente descrito alienta al autor hacia la búsqueda y/o propuesta de alternativas de solución desde la familia en la actividad conjunta, del Programa “Educa a Tu Hijo” en el área de la motricidad, sin dejar de tener en cuenta la integración de las áreas del conocimiento.

Todas estas Insuficiencias y carencias repercuten en la orientación y preparación de las familias para lograr el máximo de desarrollo posible de sus hijos e hijas, en la actividad cotidiana y la comunicación familiar; con una concepción integral de dicho desarrollo y sobre la base de la apropiación de la experiencia social.

De ahí deriva el problema científico siguiente:¿Cómo favorecer la orientación y preparación de la familia de los niños y niñas de sexto año de vida, en el contenido de la motricidad fina, del municipio Corralillo?

Se establece como objetivo general:

Proponer acciones para la orientación y preparación de la familia de los niños y niñas de sexto año de vida, en el contenido de la motricidad fina, del municipio de Corralillo.

Los objetivos específicos siguientes que permitieron la búsqueda de la solución al problema planteado:

- Diagnosticar el estado actual de la preparación que presentan las familias de los niños y niñas de sexto año de vida, en el contenido referido a la motricidad fina, del municipio de Corralillo
- Elaborar acciones para la orientación y preparación de las familias objeto de estudio, en el contenido de la motricidad fina.

- Valorar las acciones propuestas en su diseño e implementación.

Para dar cumplimiento a los objetivos se utilizaron diferentes métodos y técnicas de investigación. Del nivel teórico se utilizó el método de analítico-sintético, inductivo-deductivo, el hipotético-deductivo y el enfoque sistémico-estructural unido a la modelación. Del nivel empírico se utilizó la encuesta; observación; análisis de documentos; triangulación por el método; criterio de especialistas; prueba de conocimiento y el pre-experimento.

Para el desarrollo de esta investigación la población en estudio es de 7 familias de niños de 6to año de vida, del Combinado Deportivo "Aurelio Janet" del Municipio Corralillo.Además de una segunda población compuesta por la ejecutora perteneciente al Combinado Deportivo "Aurelio Janet" del Municipio Corralillo que atiende el Programa "Educa a tu Hijo", la metodóloga municipal de la enseñanza preescolar en el INDER, la jefa del departamento y metodóloga municipal de la enseñanza preescolar en Educación y el Ejecutor perteneciente al Combinado Deportivo "Aurelio Janet" del Municipio Corralillo que atiende el Programa "Educa a tu Hijo".

Las principales necesidades manifestadas con la encuesta, la entrevista, el análisis de documentos y la prueba pedagógica son:

- Insuficiente conocimiento para el trabajo con la motricidad fina a partir de la actividad conjunta.
- Desconocimiento de los logros del desarrollo de los niños de 6to año de vida.
- Insuficiente tratamiento de las áreas de desarrollo del Programa "Educa a tu Hijo" con la familia.
- Falta de integración en las áreas de desarrollo a partir del área de motricidad.
- Carencia de ejercicios para el desarrollo del contenido de la motricidad fina.

Atendiendo al diagnóstico se elaboraron acciones dirigidas a la orientación de la familia. En la presente investigación interesan los materiales impresos, especialmente el de la propuesta de que puede utilizarse en cualquier actividad conjunta, lo mismo por las familias que por los ejecutores. La propuesta de acciones con ejercicios elaborados contienen la información teórico y práctico necesaria para la preparación de la familia de los niños (as) correspondiente al

trabajo con la motricidad, permitiendo además el trabajo independiente antes, durante y posterior a la actividad conjunta, existe además una estrecha relación entre los contenidos, objetivos y métodos en correspondencia con el programa.

La propuesta considera la fuente sociológica, al determinar los problemas y necesidades sociales a partir de la determinación de necesidades educativas, las cuales evidenciaron insuficiente preparación teórico-metodológica de las familias para enfrentar la preparación e incidir en la formación integral de los niños y niñas de quinto año de vida mediante el Programa “Educa a tu Hijo”.La fuente psicológica se aborda al considerar las teorías de enseñanza-aprendizaje en sus diferentes enfoques, enfatizando en el enfoque histórico-cultural de L. S. Vigotsky.

La propuesta de acciones consta de 25 ejercicios y presenta la siguiente estructura didáctica.

-Hoja de presentación.

-Contenido referido acciones, necesario para los estudiantes de movimiento y de conocimiento para la familia.

-Acciones para las actividades prácticas con la familia.

- Indicaciones metodológicas para su aplicación.

La clase práctica de la actividad conjunta se manifiesta en tres momentos íntimamente ligados.

Para el desarrollo del contenido de la motricidad fina,se tendrá en cuenta procesos pedagógicos lógicos en su aplicación, en la selección de los contenidos se deben tener en cuenta reglas didácticas como son: de lo simple a lo complejo, de lo fácil a lo difícil, de lo próximo a lo distante, de lo individual a lo general, de lo concreto a lo abstracto.

En la selección de los contenidos además se debe de tener en cuenta por parte de los especialistas que diseñen dichas acciones, dos elementos muy importantes: la distribución progresiva de las tareas según su grado de complejidad y la distribución progresiva del esfuerzo.

Métodos: Ejercicio con un enfoque lúdicro.

Medios: Papel, Crayola

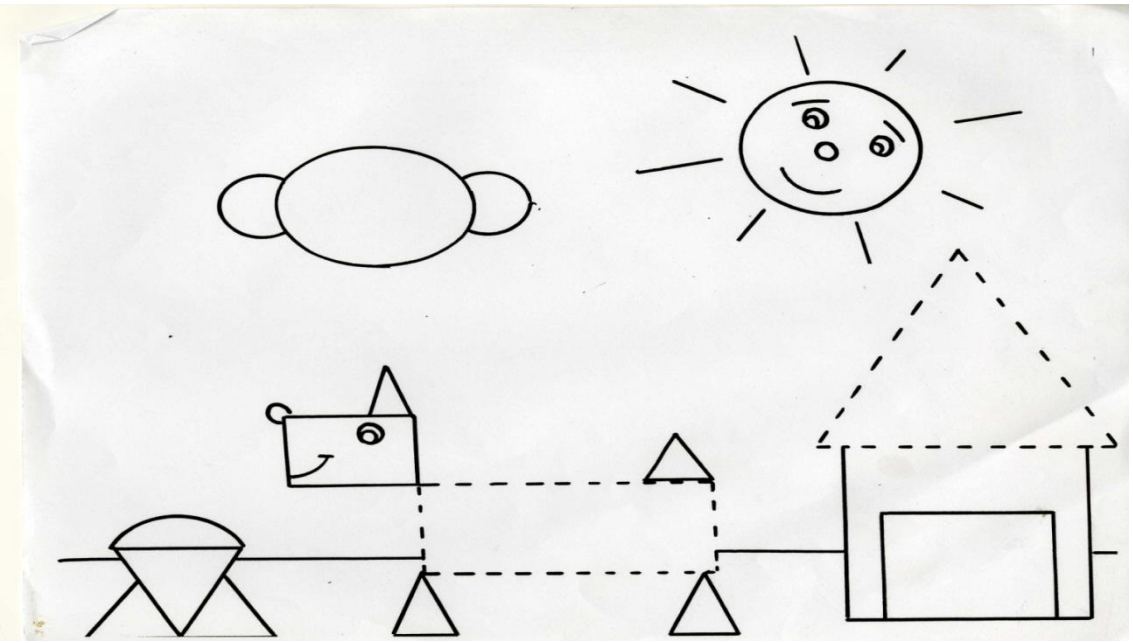
Aplicación: Dos frecuencias semanales, por una semana que estará en

dependencia del ritmo de aprendizaje y el desarrollo de habilidades adquiridas y el vencimiento de la acción orientada, se tendrá en cuenta el trabajo individual en el hogar.

Evaluación: Se realiza mediante la observación sistemática participativa y el nivel manifestado por el niño en el ritmo de realización de la acción.

Ejercicio No 1

Aplicar crayola al dibujo presentado, explicar cómo trabajar la técnica en cada figura que aparece en el modelo, insistiendo a los niños y niñas a no salirse del contorno. Rasgado de figuras geométricas por contorno troquelado. (Entregadas al niño independiente a la hoja de trabajo), pegarlas donde corresponda y colorear con crayola todas las imágenes. Estimularlos a aplicar color al fondo del trabajo, para que aprecien la terminación del mismo.



Conclusiones:

- El diagnóstico realizado permitió constatar las insuficiencias en la preparación de la familia para el desarrollo de la motricidad fina en las actividades conjuntas, así como la necesidad de materiales que contribuyan a perfeccionar la preparación teórica práctica de las familias objeto de estudio.

- La elaboración de los ejercicios, en el contenido referido a la motricidad fina, se ajusta a las necesidades educativas diagnosticadas y tiene en cuanta la interrelación entre las demás áreas de conocimiento.
- La valoración del plan de acciones por los especialistas, avala la calidad de su concepción y sus posibilidades de aplicación en la práctica.
- En las familias se constataron transformaciones favorables respecto a su preparación en el contenido de la motricidad fina después de la implementación de las acciones.

Bibliografía

1. AJURIAGUERRA, J. (1986) Organización neuropsicológica de algunas funciones de los movimientos espontáneos al diálogo tónico postural y a las formas precoces de comunicación. Psicomotricidad. Revista de estudios y experiencias. nº 23: 17-34, Barcelona, España.

2. ARÉS, PATRICIA Y OTROS. (1997) El trabajo grupal. Colección Educación Popular de Cuba (3). Ed. Caminos, La Habana.

3. ARIAS BEATÓN, G. (2002) El conocimiento de los niños y sus familias. En reflexiones desde nuestros encuentros. Ciudad de La Habana: UNESCO, CELEP, 2002.

4. BEQUER DIAZ, G, (2004) El desarrollo de la inteligencia y la estimulación motriz. Conferencia magistral. I Simposio de Psicomotricidad. C. Habana

5. BORGES, S. A. (2007) Importancia del estudio del tema de la psicomotricidad en escolares con retraso mental. Dictamen de aprobación del tema de doctorado. CITMA, Ciudad de la Habana, Cuba.

6. BOSCAINI, F. (1988) Psicomotricidad e integración escolar – Editrice.

7. CUBA. EDUCA A TU HIJO (2003). La experiencia cubana en la atención Integral al desarrollo infantil en edades tempranas. [Monografía]. MINEDUNICEF-CELEP, P. 21.

8. LAPIERRE, A; AUCOUTURIER, B. (1995) Simbología del movimiento. Editorial Científico-Medica, Barcelona, España.

9. LÓPEZ HURTADO, J. (2001) Vigencia de las ideas de L.S. Vigotsky. Edit. Por Instituto Nacional del niño y la familia INNFA. Ecuador.

MARTÍN, G.; TORRES, M.; MELEÁN, L. (2015) La importancia de la motricidad fina en la edad preescolar del C.E.I. Teotiste Arocha de Gallegos.

10. VIGOTSKY, L. S. (1987) El desarrollo de las funciones psíquicas superiores. Editorial Científico Técnica. La Habana, Cuba.

Título: Aprendizaje cooperativo en la Educación Física de la Universidad de las Ciencias Informáticas. Características de una experiencia.

Autor: M.Sc. Carlos I. Sobrado Olalde. ciso@uci.cu

Institución: Universidad de las Ciencias Informáticas.

País: Cuba

Resumen

La finalidad del estudio es conocer y analizar la importancia que tiene el aprendizaje cooperativo (AC) y su aplicación en las clases de Educación Física en la Universidad de las Ciencias Informáticas. Pretendemos describir una experiencia en nuestra institución a partir de los basamentos teóricos que plantea el aprendizaje cooperativo. Utilizamos el método de Torneos de Juegos por Equipos, por considerarlo atractivo y motivador en una primera fase de nuestra experiencia. De forma general nos propusimos los siguientes objetivos:

- Mejorar las relaciones existentes entre los miembros del grupo-clase, a partir de la tarea propuesta, sirviendo dichas relaciones de ejes motivacionales en futuros empeños académicos
- Establecer la figura del profesor con ente acompañante del proceso de aprendizaje.
- Favorecer la motivación hacia la Educación Física

Los resultados originados de la experiencia, demuestran que la introducción de este u otro método, relacionado con el aprendizaje cooperativo, puede traer resultados positivos, referente al trabajo grupal, rendimiento académico, etc. Además compromete más al docente, en su labor de instrucción, y debe estar preparado para asumir dificultades propias de los cambios en materia metodologías de aprendizajes. En los alumnos se potencian determinadas competencias, que sirven de antesala para un futuro laboral y social.

Palabras claves- Aprendizaje cooperativo, Educación Física y relaciones de grupos.

Introducción

La Educación Física Universitaria está obligada a incorporar entre sus métodos de enseñanzas formas que sean estimulantes para el estudiante. Se hace necesario lograr un aprendizaje significativo. En la clase, se ha de buscar en todo momento una gran riqueza de movimiento, un perfecto conocimiento de las posibilidades corporales y una correcta educación en valores que asegure una formación integral de nuestros alumnos. Es fundamental asegurar un rico proceso educativo, aprovechando las posibilidades grupales como forma de alcanzar determinadas metas, mediante la realización de una tarea común.

En la búsqueda para el logro de este fin, aparece como propuesta el Aprendizaje Cooperativo, considerado este, como el empleo didáctico de grupos reducidos en los que los alumnos trabajan juntos, para maximizar su propio aprendizaje y el de los demás (David W. Johnson - Roger T. Johnson, 1999)

La Universidad de las Ciencias Informáticas, se caracteriza porque el estudiante es asignado, a un proyecto de desarrollo de software, culminada su etapa preparatoria de estudios, en dicha labor, puede cumplir diversos roles, pero en todos los casos, las relaciones que se establecen entre cada individuo hacen que sea exitoso la culminación del trabajo, por ello nos inclinamos a aportar esta idea, del aprendizaje cooperativo, que pudiera favorecer dichas relaciones, desde la óptica de la Educación Física. Como argumento planteamos las características del Aprendizaje cooperativo donde se evidencia las premisas de los resultados de este método.

- La interdependencia positiva**:** puede definirse como el sentimiento de necesidad hacia el trabajo de los demás. Cuando los miembros del grupo perciben que están vinculados entre sí para realizar una tarea y que no pueden tener éxito a menos que cada uno de ellos lo logre. Si todos consiguen sus objetivos, se logrará el objetivo final de la tarea. Pero si uno falla, será imposible alcanzar el objetivo final. De este modo todos necesitarán a los demás y, a la vez, se sentirán parte importante para la consecución de la tarea.

- La interacción “cara a cara” o simultánea**:** los estudiantes tienen que trabajar juntos, “aprender con otros”, favoreciendo, de esta manera, que compartan conocimientos, recursos, ayuda o apoyo. Discutir sobre los distintos puntos de vista, sobre la manera de enfocar determinada actividad, explicar a los demás lo que cada uno va aprendiendo, etc. son acciones que se tienen que llevar a cabo con todos los miembros del grupo para poder lograr los objetivos previstos.

- La responsabilidad individual**:** cada miembro, individualmente, tiene que asumir la responsabilidad de conseguir las metas que se le han asignado. Por tanto, realmente, cada persona es, y debe sentirse, responsable del resultado final del grupo. Este concepto sintoniza y complementa al de interdependencia positiva. Sentir que algo depende de uno mismo y que los demás confían en la propia capacidad de trabajo (y viceversa) aumenta la motivación hacia la tarea y el rendimiento individual y grupal. Prieto (2007: 45) señala que la responsabilidad individual “implica, por un lado, que cada uno sea responsable de contribuir de algún modo al aprendizaje y al éxito del grupo. Por otro se requiere que el estudiante individual sea capaz de demostrar públicamente su competencia”.

- Las habilidades sociales**:** necesarias para el buen funcionamiento y armonía del grupo, en lo referente al aprendizaje y también vinculadas a las relaciones entre los miembros. Los roles que cada persona vaya ejerciendo en el equipo, su aceptación o no por parte del resto de compañeros, la gestión que hagan de los posibles conflictos que surjan, el ambiente general que existe en el mismo, son temas que los estudiantes tienen que aprender a manejar. En el AC resultan muy importantes estos aspectos sociales, tan necesarios para la práctica profesional de los estudiantes y que, por tanto, también resulta fundamental que los docentes dediquen tiempo a trabajar y supervisar estos aspectos.

- La autoevaluación del grupo**:** implica, que a los alumnos se les dé la oportunidad y que sean capaces de evaluar el proceso de aprendizaje que ha seguido su grupo. Esta evaluación guiada por el profesor es muy importante para tomar decisiones para futuros trabajos y para, que cada miembro, pueda llevar a cabo un análisis de la actuación que ha desempeñado en el grupo.

Desde la Educación Física debemos siempre considerar la máxima de que, la clase debe tener una doble función, los estudiantes deben no solo conocer las diferentes disciplinas deportivas y aprender las diferentes técnicas del movimiento, sino que también deben adquirir las competencias sociales y la capacidad de trabajar conjuntamente para alcanzar sus metas. Es decir, no solo educar en la actividad física, sino también educar a través de la actividad física. El aprendizaje cooperativo abre así la posibilidad de, aportar a la educación integral personal, en un gran porciento de éxito.

Importancia del Aprendizaje Cooperativo como estrategia en el proceso de Enseñanza Aprendizaje.

La educación de la persona, en su visión más amplia, promueve el desarrollo integral a lo largo de toda la vida, haciendo énfasis en el ámbito cognitivo, social, afectivo, etc., de aquí que todas las instituciones educativas deben tener como propósito formar a personas que puedan integrarse y vivir en sociedad. En los centros de Educación superior, concretamente, corresponde la formación de personas que aporten a la sociedad sus conocimientos, habilidades y actitudes de compromiso personal y profesional.

Considerando la opinión de varios autores que refieren el valor de la utilización de este tipo de aprendizaje, creemos pertinente exponer algunas de las ventajas que

implica su utilización, no viéndolo como un proceso acabado, sino sobre todo con la perspectiva de mejoramiento.

Fernández de Haro, en su artículo, *El trabajo en equipo mediante aprendizaje cooperativo*, refiere de forma sintética, las siguientes premisas de la importancia del Aprendizaje cooperativo, como estrategia en el proceso de Enseñanza Aprendizaje.

- La actividad cooperativa favorece un mayor aprendizaje y rendimiento individual.
- La cooperación incrementa la productividad del grupo: mejora los resultados de cualquier tipo de tarea, mejora la calidad de las estrategias de razonamiento empleadas, desarrolla la creatividad y el pensamiento crítico, y desarrolla la capacidad de actuar de manera individual después de haber aprendido la tarea de manera cooperativa.
- Los alumnos que trabajan de forma cooperativa dedican más tiempo a la tarea que los que trabajan de manera individualista o competitiva.
- La cooperación promueve la aceptación de los demás.
- La interdependencia positiva provoca una comunicación abierta y fluida, facilita que se adopte el punto de vista de los demás, y da una visión realista de los otros.
- El sistema cooperativo favorece un contexto que favorece la cohesión grupal.
- Los alumnos presentan actitudes más positivas hacia la materia, el aprendizaje y la actividad académica.
- Aumenta la motivación de los estudiantes al constatar un mayor nivel en su trabajo personal y de grupo.
- En las relaciones cooperativas con los compañeros se aprenden otras destrezas, valores y actitudes.

- La actividad cooperativa está relacionada de manera positiva con factores que afectan al equilibrio y bienestar psicológico personal.
- La cooperación promueve una mayor autoestima personal y desarrolla una mayor autoaceptación.

Desarrollo

Torneos de Juegos por Equipos

Existen diversidad de métodos y técnicas de Aprendizaje Cooperativo, destacándose entre ellos el *Torneos de Juegos por Equipos,* por ser la empleada en el desarrollo de nuestra experiencia. Se basa en lo fundamental, en la presentación de tarjetas con preguntas en los que los alumnos participan en juegos académicos con integrantes de otros equipos, para conseguir puntos para sus propios grupos.

Se utiliza, además, un procedimiento donde se pasa de una mesa a otra, para mantener parejo el nivel de competencia. El que alcanza el puntaje más alto en cada mesa aporta X puntos a su equipo, sin importar qué mesa sea; esto significa que los alumnos con dificultades de aprendizaje (que juegan con otros de nivel similar) y los de buen rendimiento (que juegan con otros de su mismo nivel) tienen iguales posibilidades de éxito.

Como principio básico característico para el éxito, constituye que los integrantes de cada equipo preparan a sus compañeros para las preguntas relacionados con la actividad física, estudiando ejercicios y explicándose los problemas entre ellos; pero, una vez que están jugando, ya no pueden ayudarse y así se asegura la responsabilidad individual.

La idea central de esta propuesta consiste en dividir el grupo en varios subgrupos, previamente identificados con un deporte objeto de clase (Futbol, Baloncesto,

Natación). El contenido teórico básico de estudio está dirigido en lo fundamental, al aporte en materia de preparación física, de estos deportes a la futura profesión (Ingeniería en Ciencias Informáticas), se añaden contenidos prácticos o demostraciones de ejercicios de preparación física y elementos técnicos de los deportes seleccionados. Cada subgrupo debe estudiar los contenidos más relevantes de estos deportes y pueden llegar a elegir quien defenderá la exposición de acuerdo a criterios del grupo

El profesor como mediador de esta tarea debe proporcionar el material necesario, para facilitar el estudio, ofrecerá asesoramiento a cada subgrupo, por lo que esta relación debe basarse en una reflexión previa, fundamental desde una perspectiva constructivista y significativa para su futura profesión y su vida en general. Calificará el resultado, haciendo uso de criterios de evaluación acordes al nivel con el que se plantea el aprendizaje cooperativo, es decir, valorando como se manifestó la interdependencia positiva en el éxito de la tarea.

Objetivos de la experiencia

En referencia a lo antes expuesto, determinamos que para la etapa en que nos ubicamos de acuerdo a la utilización de esta propuesta de aprendizaje, determinamos enfocarnos en los siguientes objetivos:

- Mejorar las relaciones existentes entre los miembros del grupo-clase, a partir de la tarea propuesta, sirviendo dichas relaciones de ejes motivacionales en futuros empeños académicos
- Establecer la figura del profesor con ente acompañante del proceso de aprendizaje, y no como quien impone su criterio exclusivo.
- Favorecer la motivación hacia la Educación Física

Fases de la experiencia

1ra Fase

Creación de grupos -Para llevar a cabo la formación de los grupos, se tomó como referente la inclinación o preferencia a los deportes objeto de estudio dentro del Programa de la Disciplina Educación Física, quedando seleccionados 3 deportes (Futbol, Baloncesto y Natación), estos 3 grupos contaban con aproximadamente 10 integrantes. Dimos la posibilidad que de manera democrática escogieran un responsable de grupo, que sería al efecto el mediador entre el grupo y el profesor.

2da fase

Elección de la temática- Dentro del Programa de Educación Física de 2do año se encuentra como contenido la preparación física del ingeniero informático, este fue nuestro eje esencial. Los estudiantes dentro del desarrollo de la tarea debían argumentar cuanto puede aportar los deportes seleccionados en materia de preparación física, al futuro profesional, no solo con explicaciones, sino también con propuestas prácticas. La idea básica es que descubran las principales características de la preparación física, de acuerdo a su nivel, ya que no son especialistas en la materia, e identifiquen el valor para la prevención de enfermedades profesionales. Este aspecto se toca en cada turno de clase, de aquí que el estudiante logra encontrar un valor práctico a la preparación física, no el mero hecho de hacer actividad física sin intencionalidad.

3ra fase

Herramientas para el trabajo – El programa de la asignatura cuenta con bibliografía que pudo ser consultada por los equipos. Se contó además con la colaboración de un grupo de docentes que evacuaron las dudas surgidas en el camino de realización de la tarea. Se estableció un horario de consultas con el fin de poder confrontar las ideas de cada grupo, logrando que pudieran cumplir el trabajo con éxito.

4ta fase

Creación del grupo evaluador – Nos dimos a la tarea de explicar la propuesta dentro del colectivo de asignatura con el fin de promover nuestra ideas. Dentro de este colectivo, seleccionamos a 3 compañeros para que cada uno evaluara el resultado de cada respuesta en cada una de las mesas, ninguno de ellos se trasladaban de mesas, los que pasan por las mesas son los estudiantes. Estos evaluadores eran los profesores de mayor categoría docente y científica dentro del colectivo de asignatura, así garantizamos la calidad del proceso evaluador, siempre dejando por sentado que los estudiantes se estaban enfrentando a un ejercicio con objetivos definidos, evitando que fueran evaluados como especialistas en actividad física.

5ta fase

Realización de la tarea- Durante el transcurso de 4 semanas los estudiantes se enfrascaron en la búsqueda de las principales características de la preparación física de los deportes seleccionados, y el aporte de este tema en su profesión. Disimiles fueron las dudas en la primera semana, sin embargo, los estudiantes comenzaron a trazar estrategias para determinar los principales rasgos comunes de cada deporte, en materia de preparación física, músculos actuantes, movimientos, etc. Ya en los últimos días cada conjunto comenzaba a intercambiar preguntas, evaluar respuestas y avizoraban los futuros compañeros que defenderían a cada uno de los grupos en las preguntas de cada mesa. Surgió la propuesta por dos de los 3 grupos, de la posibilidad de suplementes en al menos una de las rondas de preguntas, esta alternativa fue aceptada.

Principales resultados de la experiencia.

Considerando la experiencia adquirida como consecuencia de la aplicación de este método y los fines trazados, obtuvimos los siguientes resultados, válidos para seguir ocupándonos del aprendizaje de nuestros estudiantes.

- En primera instancia queremos hacer referencia a los diferentes roles que jugaron los integrantes de los grupos. Al inicio no había una clara definición del papel que jugaba cada cual, todos eran parte de algo, sin embargo, poco a poco comenzó a aparecer el coordinador de la tarea, este personaje, realizaba cuestionamientos, orientaba tareas al colectivo y organizaba de cierto modo el trabajo. Hubo quien se brindó para elaborar y transcribir las ideas para conformar una especie de guía de estudio, otros eran los buscadores de información. Cada cual tenía responsabilidad con la tarea central, lográndose así, una integración en el funcionamiento, manifestándose una intervención para la constitución de un todo común. Deben llegar a entender que cada alumno es un miembro valioso del grupo no sólo por lo que tiene en común con los demás, sino también por aquellas características que le son únicas y personales. Todos tienen algo que aportar y por ello son valorados. Hay que entender que cada uno ha logrado aprender más de lo que sabía inicialmente. Todos progresan en su aprendizaje, y cada cual según sus posibilidades.

- Teníamos claridad sobre lo que queríamos como profesor, no queríamos imponer, pero no queríamos que se nos fuera el control del grupo, solo con una postura inteligente, lograríamos evitar este dilema, logrando el éxito. El profesor debe organizar, acompañar y finalmente evaluar el proceso de los estudiantes ante la tarea. La primera labor es la elección de lo que los estudiantes deben realizar. Es esencial que se entienda qué hacer, se debe estar atento a que los discípulos les quede bien clara la posibilidad de poder organizar exitosamente el trabajo dentro de los pequeños grupos. Una vez conocida la tarea, pasa la relación inmediata entre los estudiantes al primer plano. El profesor deja su papel de proveedor de conocimientos y se convierte en el acompañante del proceso de aprendizaje. Esto significa, que el ofrece únicamente su asesoría y solo interviene activamente cuando los estudiantes acuden a él, dándole espacios para ello. Por último, hay

organizarse para que los estudiantes muestren o apliquen lo aprendido. El resultado del aprendizaje se evaluará según los criterios previamente acordados con los estudiantes.

- Desligar la Educación Física del movimiento del cuerpo, es algo sumamente difícil, sin embargo, proporcionar riqueza de conocimiento aplicables, hace que se vea esta materia diferente, desde otra perspectiva, y más cuando está ligada a una profesión expuesta riegos laborables. Mucho ayudo la literatura complementaria del programa de asignatura, relacionada con la ergonomía de oficina, y el estudio de cada uno de los deportes, trajo consigo que descubrieran mucha de la musculatura implicada en el acto deportivo y que puede aportar en materia de sostenibilidad de salud laboral, incluso algunos procesos fisiológicos que se ponen en función con la práctica deportiva y que pueden ser importantes para ellos.

Conclusiones

Los resultados originados de la experiencia, demuestran que la introducción de este u otro método, relacionado con el aprendizaje cooperativo, puede traer resultados positivos, referente al trabajo grupal, rendimiento académico, etc. Además compromete más al docente, en su labor de instrucción, y debe estar preparado para asumir dificultades propias de los cambios en materia metodologías de aprendizajes. En los alumnos se potencian determinadas competencias, que sirven de antesala para un futuro laboral y social

Referencias bibliográficas

- Ana Victoria Castellanos Noda. (2002). La actividad de aprendizaje grupal:Una propuesta teorica. *Revista Cubana de Psicologia*, 12.
- Antonio Fraile Aranda. (2008). El aprendizaje cooperativo como metodología para el desarrollo de los ects: una experiencia de formación del profesorado de educación física. *Revista Fuentes. Volumen 8,* 14.
- Benito León del Barco. (2006). Elementos mediadores en la eficacia del aprendizaje cooperativo Entrenamiento previo en habilidades sociales y dinámica de grupos. *anales de psicología*, 8.
- David W. Johnson - Roger T. Johnson. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula.* Buenos Aires: Paidós SAICF.
- Jesus Vicente Ruiz Omecaña. (2008). Los méodos cooperativos en Educación Fisica. *Revista Efdeportes*, 48.
- Monereo, C.; Durán, D. (2002). Entramados. Métodos de aprendizaje cooperativo y colaborativo. Barcelona EDEBÉ.
- Natalia González Fernández, María Rosa García Ruiz. (2007). El Aprendizaje Cooperativo como estrategia de Enseñanza-Aprendizaje en Psicopedagogía (UC): repercusiones y valoraciones de los estudiantes. *Revista Iberoamericana de Educación*, 13.
- Rebeca García Murias, Cristina Ceinos Sanz. (2009). El aprendizaje cooperativo como propuesta de innovación en el proceso de enseñanza aprendizaje: *X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*, (p. 11). Braga.

Título: Caracterización del desarrollo motor de los niños y niñas en cuba.

Autor: M.Sc. Mario López Palma

Institución: Dirección Nacional de Educación Física. INDER

País: Cuba

RESUMEN

El Estado cubano dedica gran atención a la infancia y su desarrollo, como primer eslabón de nuestro sistema de educación, muestra de ello es la atención que se le brinda al desarrollo integral de la personalidad del niño y la niña comienza en el hogar, las instituciones infantiles y se consolida en la escuela, a esta le corresponde orientar el proceso de forma que se desarrollen todas las potencialidades del niño y la niña para la vida.

La Educación Física como componente integral asume una importancia vital en la formación de estas generaciones.

Esta investigación se realiza por la inexistencia de una base científica que compruebe el desarrollo de las habilidades motrices básicas y el logro de la realización de los objetivos en los programas de Educación Física de la Educación Primaria.

La misma está basada en que por primera vez en Cuba se realiza un estudio del desarrollo motor en la edad escolar y que los resultados obtenidos servirán para la elaboración de los currículos de la Educación Física en la Educación Primaria, pero unido a esto, las orientaciones metodológicas para los maestros tendrán una base científica y orientaciones específicas en cada una de las habilidades que puedan tomarse con objetivos del grado que influyan en un adecuado desarrollo de los niños y niñas.

La caracterización nos ha permitido conocer el comportamiento de las diferentes acciones motrices del país, para su incidencia en la elaboración de los programas e indicaciones metodológicas del nuevo currículo.

Este fue el comienzo del perfeccionamiento de los planes, programas y clases de Educación Física, en todos los niveles de enseñanza.

Esta atención tiene como objetivo el desarrollo integral y las particularidades en cada etapa del desarrollo y la adecuación de diferentes métodos de enseñanza para alcanzar los objetivos esenciales del Sistema Nacional de Educación.

Por eso en todas las instituciones se garantiza todas las condiciones para el fortalecimiento de la salud y el desarrollo integral de los niños y las niñas, así como su formación multifacética mediante la Educación Física desde los primeros años de vida hasta su ingreso en las escuelas.

Como antecedentes para conocer las particularidades del desarrollo motor del niño y la niña, se toma las investigaciones realizadas en Cuba en las últimas décadas del siglo XX, relacionadas con el desarrollo motor del niño y la niña, en las que intervinieron destacados investigadores en el campo de la Educación Física Preescolar, como la Doctora Gladys Bequer Díaz, la Doctora Catalina González, y la MSc. Tania Amaro Castañeda, que con sus trabajos contribuyerón a que se precisara los logros motores en cada una de las etapas investigadas a partir de la dinámica del desarrollo motor de los niños y las niñas de 0 a 3 años.

Partiendo de sus resultados se comienza el proyecto de investigación para caracterizar el desarrollo motor de los niños y las niñas de primero a tercer grados en Cuba.

En la investigación que realizamos se pretende exponer las características del desarrollo motor de los niños y niñas que cursan en nuestras escuelas en el primer ciclo de la educación primaria.

Esta investigación se realizó en seis provincias de país, Pinar del Río y La Habana, dos del centro, Villa Clara y Camagüey, así como dos en la zona oriental que fueron Granma y Santiago de Cuba.

En esta investigación participaron 77 profesores de las distintas provincias, de ellos 70 licenciados, 4 Máster y 3 Técnicos medios, todos maestros regulares de estos grados.

En nuestra investigación la situación experimental viene dada por la acción motriz que realice el niño a partir de la explicación y estimulación que se le cree en el momento de aplicarla.

Para investigar el desarrollo motor logrado por los niños y niñas seleccionados, se

realiza por parte de los aplicadores la observación, a partir de las respuestas motrices a los indicadores, estimulando la realización de las acciones de forma individual, para recoger eficientemente lo realizado así como la forma en que lo ejecuta y posteriormente reflejar los resultados en las diferentes alternativas, utilizando la simbología indicada.

Nuestro **aporte** con este trabajo seria:

- El comportamiento de las conductas motrices de los niños y las niñas en primer grado diferentes regiones del país.
- Análisis del desarrollo de las habilidades motrices.
- Constituyendo un elemento fundamental para la elaboración de los objetivos, programas y currículos de la Educación Primaria.
- Permitirá una importante información para que maestros y profesores tengan una orientación y una valoración adecuada en el desarrollo motor de los niños y niñas en el primer grado de la Educación Primaria.

Impacto social

La misma está basada en que por primera vez en Cuba se realiza un estudio del desarrollo motor en la edad escolar y que los resultados obtenidos servirán para la elaboración de los currículos de la Educación Física en la Educación Primaria, pero unido a esto, las Orientaciones metodológicas para los maestros tendrán una base científica y orientaciones especificas en cada una de las habilidades que puedan tomarse con objetivos del grado que influyan en un adecuado desarrollo de los niños y niñas.

Título: Concepciones y prácticas evaluativas en la disciplina Teoría y Práctica de la Educación Física.

Autora: M.Sc. Maribel Mola Cantero, maribelmc@inder.cu; maribelmola12@gmail.com
Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes "Manuel Fajardo"
País: Cuba

Resumen

La evaluación es considerada como un proceso continuo y la información obtenida deberá ser utilizada constantemente para verificar el grado de ajuste del proceso de enseñanza-aprendizaje, así como la adecuación de los elementos que componen e intervienen en dicho proceso respecto a los objetivos propuestos.La presente investigación recoge algunas de las ideas esenciales y se ha tomado en cuenta para su realización una variada revisión bibliográfica y el uso de fuentes de información que tuvo como objetivo: debelar las concepciones y prácticas evaluativas de los docentes de la disciplina Teoría y Práctica de la Educación Física. La cual concluye con la necesidad de transformar sistemas tradicionales de evaluación hacia el enfoque formativo, el que involucra al estudiante en todo el proceso.

Palabras claves: Evaluación del aprendizaje, Educación Física

Introducción

La evaluación es una actividad sistemática y continua como el mismo proceso educativo, un subsistema integrado dentro del propio sistema de la enseñanza y tiene como misión especial recoger información fidedigna sobre el proceso en su conjunto para ayudar a mejorar el propio proceso, y dentro de él, los programas, las técnicas de aprendizaje, los recursos, los métodos y todos los elementos del proceso.Ésta debe servir de ayuda para elevar la calidad del aprendizaje y aumentar el rendimiento de los alumnos.

La educación superior cubana tiene entre sus tareas esenciales, formar a sus egresados con métodos de trabajo intelectual, para el inicio de su vida laboral con independencia en su actuación profesional, de manera que puedan aplicar los conocimientos y habilidades aprendidas y utilizarlos en la búsqueda de nuevos

conocimientos de forma creadora. Esta tarea implica que el futuro graduado logre aprendizajes basados en la adquisición de conocimientos de calidad, estables y esenciales para el campo profesional en que se prepara, que forme en ellos el compromiso de proseguir el aprendizaje y asumir con responsabilidad e interés su vida laboral.

Las universidades requieren, a tenor del gran desarrollo científico- tecnológico actual y perspectivo, definir un perfil de profesorado flexible, constantemente dispuesto a actualizar conocimientos, además de adquirir nuevas competencias profesionales que le permitan desarrollar su labor docente para asumir, de la mejor manera posible, la adecuación a la diversidad y situaciones problemáticas dentro del proceso de formación de los futuros profesionales.

La docencia de la enseñanza superior constituye una profesión que se adquiere y se mantiene gracias a un esfuerzo riguroso de estudio y de investigación durante toda la vida: es una forma de servicio público que requiere del personal docente de la enseñanza superior profundos conocimientos y un saber especializado; exige además un sentido de responsabilidad personal e institucional en la tarea de brindar educación y bienestar a los estudiantes y a la comunidad en general así como alcanzar altos niveles profesionales en las actividades de estudio y la investigación.

Con relación a ello (González 2000; Molina 2002; Gort 2008), reconocen que dentro de los contenidos menos abordados en estos procesos de preparación pedagógica, se encuentran los referidos a los enfoques, modelos, alternativas y concepciones sobre la evaluación del aprendizaje, elementos tan necesarios para operar con las transformaciones esperadas en el nuevo Modelo de Universidad Cubana.

En investigaciones desarrolladas se constata el avance teórico y perfeccionamiento de esta categoría didáctica, alcanzando como elementos comunes que: - la evaluación se orienta hacia una actividad específica, es decir, evaluación del aprendizaje. -se identifica como una acción comunicativa, como una actividad que influye en la relación entre los agentes educativos, aspecto que posibilita la relación en el proceso entre actividad y comunicación.

Sin embargo, no se ha podido avanzar teóricamente en propuestas concretas como contribución al desarrollo integral de la personalidad del estudiante: estas quedan en

planteamientos de discursos teóricos donde se expresa una dicotomía entre lo concebido y lo ejecutado en la práctica evaluativa.

En el ámbito de la Cultura Física la evaluación constituye un área de trabajo emergente, así lo definen (Blázquez 2003; López Rodríguez 2006; Hernández Nodarse 2010) que muestran resultados sobre el carácter tradicional de las prácticas evaluativas en el área de la Educación Física, expuestas en la falta de claridad e inadecuado conocimiento pedagógico, lo que conlleva a una práctica educativa no formativa que se contrapone a lo que exige el modelo educativo cubano.

En ese sentido, en esta investigación se identifican las variadas concepciones y prácticas evaluativas sustentadas por los docentes, no siempre concordantes con los propósitos de innovación educativa, sino en muchos casos, aún ajustadas a prácticas "tradicionales"; revelando la insuficiencia de los procesos de capacitación y el desconocimiento docente de los propósitos de las estrategias educativas, que tienden a buscar nuevas formas pedagógicas en el ser y quehacer docentes.

Es por ello que se plantea la necesidad detransformar las prácticas evaluativas, vista desde un enfoque formativo que la misma tenga una concepción integradora. De ahí que se propone como objetivo de esta investigación: develar las concepciones y prácticas evaluativas de los docentes de la disciplina Teoría y Práctica de la Educación Física de la carrera licenciatura en Cultura Física. Con un enfoque mixto en la conjugación de métodos cuantitativos y cualitativos, ponderando los cualitativos, toda vez que la investigación se centra en la complejidad implícita de procesos humanos, educativos y en modificaciones en las concepciones, tendencias y posturas de los docentes y estudiantes en torno a la evaluación.

Desarrollo

En Cuba en el ámbito de la educación superior, se reconoce la importancia de la evaluación del aprendizaje, desde una mirada que espera hacer posible el cambio. No obstante, se puede señalar que es uno de los temas abordados de manera poco profunda y menos reflexionada del sistema educativo para la formación del profesional de la Cultura Física y se pierde así el poder constructor de la evaluación para alcanzar una educación de calidad.

La evaluación es una actividad esencialmente valorativa, que constituye unreflejo de las concepciones de los profesores, de las creencias y conocimientos especializados, y son una base relevante para la práctica profesional de los profesores, ya que operan como el fundamento central que guía sus prácticas las que, no obstante su importancia, han sido relativamente poco reconocidas y mucho menos investigadas, lo que ha producido problemas y controversias originadas por la manera como los profesores están entendiendo la evaluación, dado que les conduce a seleccionar determinadas prácticas e instrumentos que, de una u otra forma, afectan la calidad de los procesos formativos con efectos no siempre deseados en los estudiantes (Borko, citado por Prieto y Contreras, 2008).

Las prácticas evaluativas de los docentes no pueden ser consideradas imparciales, no sólo porque constituyen un reflejo de su conocimiento profesional y de sus creencias, sino porque influyen en el aprendizaje y producen efectos críticos en los estudiantes (Prieto y Contreras, 2008). La manera en que se desarrolla la evaluación es primordial al momento de reforzar un tipo de operación intelectual u otro de acuerdo con los criterios establecidos por el agente evaluador; cabe señalar que las tareas educativas poseen diferentes niveles de complejidad intelectual.

“En el campo de la Educación Física [...] se ha venido enfatizando el papel de los conocimientos teóricos con el objeto de dotar a los alumnos de una cultura básica referente a la actividad física”. Ante esta nueva realidad, “...el alumno se ve sometido a exigencias de orden cognitivo que, por tanto, deben ser evaluadas” (Blázquez, 1999).

De acuerdo con López Rodríguez (2006), “la evaluación debe sustentarse en los siguientes preceptos básicos:tener un carácter eminentemente diagnóstico y formativo. Debe evaluarse de manera integrada con las demás esferas de la conducta motriz, en correspondencia con los objetivos didácticos y terminales de cada nivel”.

La fundamentación de esta investigación, brinda la posibilidad de trabajar sobre las concepciones de los docentes en torno a la evaluación, como premisa para la transformación de sus prácticas evaluativas, haciéndolas más formativas.

Es por todo lo señalado, que al revisar las tendencias que actualmente marcan la orientación de la evaluación desde los nuevos paradigmas y concepciones formativas (González, 2000; 2006; Hernández Nodarse, 2010), toma veracidad lo acuñado

justamente por Mateo (2006) al plantear que, si bien en el discurso se aprecia un desplazamiento en la comprensión de la necesidad de dejar atrás los viejos conceptos, los enfoques y las metódicas tradicionales.

En los últimos tiempos la comunidad universitaria ha ganado en comprensión sobre la importancia de la dirección científica del proceso de enseñanza-aprendizaje. A esto ha contribuido la superación de los profesores en temas de la Pedagogía y la Didáctica a través de los cursos auspiciados por la formación de proyectos de investigación de la enseñanza, con el fin de perfeccionar dicho proceso.

Visto desde el ámbito de la disciplina Teoría y Práctica de la Educación Física, ésta agrupa una serie de asignaturas del ejercicio de la profesión, las cuales forman parte de los contenidos de los actuales programas de Educación Física, Deporte escolar y los diferentes subsistemas. La misma tiene como objeto: el estudio las particularidades de los componentes del proceso docente educativo de la Educación Física dirigidos al desarrollo físico formativo integral de los escolares cubanos.

Dentro del sistema evaluativo de la disciplina se declaran los exámenes finales y trabajos de cursos además de las diferentes formas o variantes para llevar a cabo el acto evaluativo, pero debe estar sustentado en un carácter integral y productivo, donde el estudiante pueda mostrar sus potencialidades en la aplicación de los conocimientos y habilidades adquiridas según las exigencias de los programas de las asignaturas, en función de la clase de Educación Física.

En los últimosaños se han promovidociertos cambios de proyección en laevaluación del aprendizaje, a partir de las exigencias planteadas por los “Planes de Estudio D” y su perfeccionamiento continuo. Sin embargo, dichos cambios, no han alcanzado los niveles ni los resultados que se desean y aspira la universidad cubana.

Resultados

A partir de un estudio diagnóstico realizado en fase preliminar (exploratoria) por la autora, se pudo comprobar mediante encuestas realizadas a los docentes, que en la Disciplina Teoría y Práctica de la Educación Física (TPEF) de la UCCFD, el 43% plantean que las actividades metodológicas que se realizan regularmente no cubren sus necesidades con relación a la evaluación del aprendizaje, así mismo, un 35% de

los docentes evalúa contenidos teóricos-conceptuales en ocasiones y un 33% escasamente, el 47 % no emplea variadas técnicas e instrumentos para la evaluación y un41% de 27 profesores no están suficientemente actualizados con relación a los nuevos enfoques y concepciones evaluativas que toman fuerza hoy en el ámbito nacional e internacional.

Resulta preocupante además, el apreciar en los resultados de dicha encuesta que la evaluación del aprendizaje en las asignaturas de la disciplina (TPEF) sea asumida como un momento final, que interesa al profesor principalmente para comprobar qué tanto aprendieron sus estudiantes. Aún más preocupante, resulta el comprobar que los docentes por lo general no son conscientes de cuán desactualizadas están sus concepciones y prácticas.

Por otra parte, la observación realizada en los colectivos de año y multidisciplinares, constató el insuficiente tratamiento a la evaluación formativa para propiciar que los profesores transformen sus prácticas evaluativas, no lográndose desde las actividades habitualmente planificadas, los cambios necesarios al respecto.

Todos estos hechos llevan a reconocer que los cambios en las concepciones y prácticas evaluativas, no se logran sólo con sesiones de trabajo metodológico ni acciones aisladas, tampoco en un corto plazo ni de forma lineal, sino que requieren de tiempo, de una maduración y una conciencialización que conlleve a un cambio de mentalidad en los docentes, logrando la aceptación consciente por estos, lo que ayudará a vencer la resistencia al cambio, tan frecuente en estas transiciones. Todo esto hace recapacitar en la necesidad de repensar los mecanismos y procedimientos seguidos hasta ahora por los centros educativos y buscar nueva formas que permitan el cambio y perfeccionamiento necesario.

Estos resultados demuestran de manera contundente, que de forma general, los docentes de la disciplina TPEF, aún no logran efectuar sus prácticas evaluativas desde las concepciones formativas, en la magnitud necesaria, en correspondencia con las exigencias del Plan de Estudio D y en tanto, con los objetivos de formación y las habilidades pedagógicas que se proponen en el Modelo de Formación del Profesional de la carrera de Licenciatura en Cultura Física. Se evidencia así un proceso

evaluativode corte tradicional, matizado por la brecha existente entre la teoría y la práctica.

Sin dudas y como ha señalado Mateo (2006), “sería injusto reducir el problema a un simple cambio tecnológico, el desplazamiento conceptual y terminológico responde, por encima de todo, a un conjunto de transformaciones necesarias de mayor calado, de carácter paradigmático, así se han modificado nuestras concepciones sobre la naturaleza del aprendizaje,.. (…), El mensaje es claro, la evaluación constituye una parte fundamental del hecho educativo y su uso se justifica en tanto, optimizamos su impacto sobre la calidad de los aprendizajes y la formación” (p. 166).

Se comprende, que ello implicará un proceso que deberá vencer resistencias en varios docentes, lograr concientización y sistematización de la experiencia, que será sin duda un referente para el perfeccionamiento en otras disciplinas de la UCCFD.

Conclusión

De manera que al realizar una valoración de la evaluación que se efectúa en el proceso de enseñanza-aprendizaje establecido en la carrera de Cultura Física se comprobó que no se concretan los criterios evaluativos que deben establecerse como indicadores para vaticinar los resultados esperados en función de la complejidad en la formación profesional a evaluar en el contexto de referencia, ni los procedimientos para alcanzarlos, todo lo cual es necesario, teniendo en cuenta que la evaluación formativa adquiere la connotación de un proceso de verificación de evidencias del aprendizaje y desempeño.

Bibliografía

1. González Pérez, M. (2000). La evaluación del aprendizaje en la enseñanza universitaria; Matanzas, Cuba: Editorial de la Universidad de Matanzas.
2. Gort, A. (2008). Diagnóstico y transformaciones en la evaluación del aprendizaje: un estudio en la Facultad de Biología de la Universidad de la Habana. Tesis en opción al grado de Doctor en Ciencias Pedagógicas. CEPES. La Habana. Cuba.

3. Hernández Nodarse, M. (2010). Estrategia de Intervención para transformar las concepciones y prácticas evaluativas de los profesores de la Escuela Internacional de Educación Física y Deporte. Tesis en opción al grado de Doctor en Ciencias Pedagógicas. CEPES. La Habana. Cuba.
4. Imbernón, F. (2002) (coord). La investigación educativa como herramienta de formación del profesorado. Barcelona.
5. López Rodríguez, A. (2006): Proceso de enseñanza-aprendizaje en Educación Física. La Habana: Editorial Deportes.
6. Prieto, M. y Contreras, G. (2008). Las concepciones que orientan las prácticas evaluativas de los profesores. Estudios Pedagógicos Valdivia XXXIV.
7. Mateo, J. (2006). Claves para el diseño de un Nuevo marco conceptual para la medición y evaluación educativas. Revista de Investigación Educativa, 2006.

Titulo: Conjunto de medios para apoyar el desarrollo del proceso docente educativo en la educación física, el deporte participativo, los proyectos nacionales, la recreación y el arbitraje deportivo.

Autores: Lic. Rey Mario Aguado Chávez.

Lic. Julio Jiménez Polanco.

País: Cuba

Resumen:

Nuestro trabajo consiste en un conjunto de medios donde el objetivo es apoyar el trabajo que realizan profesores de educación física, técnicos de recreación entrenadores y árbitros deportivos. Nos basamos en el banco de problemas, para nadie es un secreto las carencias de medios para medir, cuadrar, hacer marcas, de una forma rápida exacta y humana en los terrenos donde se desarrollan las actividades.

Para la realización de este trabajo nos apoyamos en recortarías de maderas, hilos, telas, lata, puntillas, tornillos y un tubo de aluminio todos estos materiales desechables.

Los medios son:

Compás multipropósito: Consiste en un compás de recortaría de madera confeccionado con 2 listones unidos en un punto de modo que en sus extremos la distancia sea de 2 metros uno de sus listones está milimetrado, además existe un ángulo de 90^0 en la unión de dichos listones, lo compone también un listón más corto entre ambos que regula la abertura del mismo para si se requiere realizar otras marcas. Es usado para varios fines como medir distancias, realizar figuras geométricas, cuadrar terrenos, tallar a los educandos, medir el salto largo.

Chiva: Consiste en una cuerda de 24 metros con recortes de tela fijados a una distancia de 2 metros cada una, usado para el marcaje de terrenos donde se realizaran composiciones gimnásticas.

Marcador: Consiste en lata desechable con varios orificios en su fondo un tubo de aluminio se le une mediante remaches sirviendo como asa para accionar el mismo. Sirve para marcar carrileras, puntos para

la práctica y ejecución de composiciones gimnasticas, líneas limitantes en terrenos deportivos.

Objetivo: Poner al servicio de los profesores de educación física, deporte, recreación, árbitros y jueces un conjunto de medios que agilice, humanice, motiven, den veracidad y fidelidad a los resultados de su trabajo en las diferentes actividades a realizar.

Metodología empleada:

Cada día se plantea elevar la calidad y motivación del proceso docente educativo, el arbitraje deportivo por lo que se dificulta marcar distancias para dosificar cargas cuando el alumno recorre las mismas, para marcar terrenos de los diferentes deportes, desarrollar diferentes proyectos nacionales que se plantean en la Educación Física escolar, así como para la actividad deportiva y la recreación comunitaria por lo antes expuesto nos dimos la tarea de crear este conjunto de medios para de esta manera agilizar, humanizar y minimizar el tiempo en el marcaje de las áreas en que los profesores de Educación Física, de la Recreación, árbitros y profesores de deportes desarrollen con calidad sus actividades. Para la confección de estos medios nos apoyamos en recortarías de materiales desechables.

Para la confección del compás multipropósito usamos tres tornillos y dos listones de madera uno con una altura 143cm y el otro con 160cm de altura unidos estos a una altura de 141cm, a 90cm de altura a ambos listones los une otro más pequeño que a su vez tiene orificios pensadamente realizados con el propósito de que los extremos marquen otras distancias para poder hacer diferentes marcajes, si se desean marcar carrilleras se puede graduar a un metro, si se desea realizar círculos concéntricos se varia la distancia de los extremos por esta vía y quedan perfectamente ubicados los centros de estos círculos. Uno de sus listones está milimetrado, con el objetivo de poder tomar la talla de los estudiantes, o medir el salto largo sin impulso en tés de eficiencia física en el percentil 90, o para medir el desarrollo de la capacidad física fuerza de piernas. Este compás sustituye a la cinta métrica que es muy valiosa pero de difícil adquisición por nuestro personal necesitado de ella.

A este medio lo nombramos Chiva por la forma en que quedaron las tiras al fijarlas al cordel que puede medir 24 metros y como planteamos anteriormente están separadas a dos metros una de otra, este medio lo confeccionamos para marcar el terreno de ensayo y desarrollo de las composiciones gimnásticas. De esta manera cada punto queda separado a dos metros como lo exige el código de puntuación de los Actos masivos. Este medio se apoya en el anterior (el compás de uso múltiple), pues para cuadrar dicho terreno usamos el ángulo de 90^0 del que hablamos anteriormente. Para marcar el terreno donde se desarrollarán los actos masivos utilizamos además el marcador depositando un punto de cal sobre cada pedazo de tira fijado al cordel que no es más que nuestra CHIVA.

El marcador fue concebido con una lata desechable a la cual se le realizaron agujeros en su fondo con una puntilla, con dos remaches se le fijo un tubo lo que sirve de asa al llenar la lata de cal y accionarla por el asa por los orificios del fondo sale la cal (u otra materia preparada para el caso como es la ceniza) quedando así una marca o punto que es lo que se necesita para el ensayo y desarrollo de las tablas gimnásticas. El marcador se apoya también en el compás para realizar marcas de figuras geométricas, carrileras, líneas que delimitan los terrenos deportivos, o áreas que nuestros profesores, árbitros o jueces quieran realizar para el desarrollo de su quehacer diario.

Resultados obtenidos:

Con la utilización de estos medios logramos varios propósitos como:

1. **Agilizar** el marcaje de los diferentes terrenos donde nuestros profesores y árbitros desarrollan sus actividades, cuestión que se hace difícil de realizar si no constamos con los medios que construimos. En poco tiempo queda marcada el área que dicho profesor desea utilizar.
2. **Humanizar** el trabajo de todo el que use estos medios. Para realizar una línea, una figura geométrica, carrileras o cualquier tipo de marca en un terreno nuestro conjunto de medios humaniza dicha labor. Con el **compás multipropósito:** marca distancias exactas y con rapidez, no pesa mucho por lo que su traslado

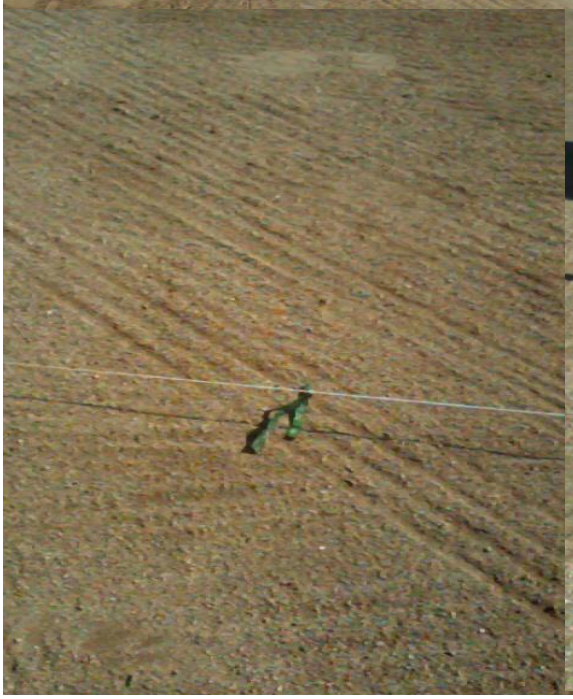
humaniza su uso, lo puede usar para medir, tallar, hacer figuras geométricas, medir el salto largo sin carrera de impulso, cuadrar el terreno que necesite.

Con **el marcador:** no se embarra las manos de cal o ceniza si es la que utiliza, con solo caminar y accionar el marcador describe una línea, un círculo si así lo desea u otra figura según sea la necesidad o el objetivo del profesor o árbitro.

Con **la Chiva:** todos los puntos quedan a la misma distancia (2 metros) por lo que se mide solo una vez, los puntos quedan alineados desde cualquier ángulo que sean observados (frente, lateral, diagonal). Puede cargar con relativa facilidad los 3 medios y no se sobrecarga en peso por lo liviano que son de este modo tiene menor riesgo de sufrir lesión al trasladarlos.

3. **Da veracidad** a la actividad que realice. Al profesor o arbitro tener las distancias marcadas con exactitud su trabajo deja los resultados con más fidelidad si marca 30 metros al aplicar el percentil 90 los tiempos se acercaran a la media nacional para esa prueba y la información no se falsea, siendo igual en el salto largo y demás pruebas que realice. Así mismo ocurre si dosifica las cargas por la distancia o en una actividad competitiva
4. **Motivación.** Con la utilización de estos medios el área queda marcada y es de gran motivación llegar a realizar una determinada actividad y encontrar el área marcada, delimitada donde se hace justicia y los deseos de participar aumentan considerablemente, saber que hay una línea de arrancada o meta.

Anexos



Título: Correlación de aspectos psicomotrices en niños preescolares.

Autores: MAPE. Javier Bernabé González Bustos (berna_glez@hotmail.com), Dr. C. Guadalupe Javier Rivero Carrasco (jrivero@uach.mx), M.C. Carlos Raúl Almanza Rodríguez (calmanza@uach.mx) y Mariana Cossío Ponce de León (mcossio@uach.mx).

Institución: Universidad Autónoma de Chihuahua. Facultad de Ciencias de la Cultura Física.

País: México

RESUMEN.

Objetivo: Observar y analizar las diferencias entre la coordinación y el equilibrio en niños de diferentes disciplinas deportivas. Método: se evaluaron 29 niños en edad preescolar, según la disciplina que participan extraescolarmente se dividieron en natación (N) (n=9), gimnasia (G) (n=9) y preescolares (PE) (n=11) sin actividad física extraescolar. Se les aplicó la escala de la evaluación de la psicomotricidad en preescolar (EPP). Resultados. En coordinación de manos y brazos los sujetos G tuvieron mejores resultados que los de PE 9.3 y 7.6 puntos respectivamente ($p>0.05$), lo mismo sucedió para coordinación de brazos para los mismos grupos 9.2 y 7.3 puntos ($p>0.05$). En coordinación del tren inferior, se detectaron diferencias en los tres grupos siendo los valores de 11.22, 8.27 y 10.22 valores respectivamente para G, PE, y N. Discusión. Las diferencias se atribuyen a la exigencia motriz que el deporte demanda, siendo para los niños de preescolar la gimnasia como un mayor estimulo por la caracterización de sus movimientos, también la natación ofrece un grado de estímulo favorecedor. La práctica de la gimnasia o natación proveerá la oportunidad de desarrollar habilidades motrices básicas en edad preescolar.

Palabras claves. **Equilibrio, coordinación, deporte extracurricular.**

INTRODUCCIÓN.

La psicomotricidad pretende desarrollar las potencialidades del sujeto en los aspectos motrices, afectivo, comunicativo, intelectual a partir de la

experimentación de gestos motores (Berruezo, 2000). En relación a la práctica de la actividad física, se ha propuesto que cada actividad deportiva puede generar distintas potencialidades o habilidades motrices dependiendo de la exigencia misma del deporte (Zampa, 2007). Actualmente la gimnasia y la natación se han convertido en una de las disciplinas con mayor demanda, debido a que con la práctica se desarrollan habilidades motrices básicas y complejas (Chillón *et al.,* 2002).

El equilibrio refleja la respuesta motora vigilante e integrada, de cara a la fuerza gravitatoria que actúa permanentemente sobre el individuo (Fonseca, 2000). Para el aspecto psicomotor (AP) coordinación, recurrimos al aporte de Fernández y Navarro (1989) los cuales afirman que las actividades de coordinación que constituyen las tareas motrices básicas pueden ser claramente diferenciadas en locomotrices (desplazamientos, saltos, giros) y manipulativas (recepciones, lanzamientos) en un lugar común, las locomotrices-manipulativas (transportes, conducciones). Muchas personas se preguntan ¿será sano o no ? inducir a sus niños a practicar alguna disciplina deportiva a temprana edad pues para ellos es de gran importancia la salud e integridad del infante, respetar sus etapas de desarrollo y a qué magnitud puede una disciplina modificar las capacidades y habilidades del mismo. Inquietudes a las que se da respuesta en este estudio aportando la información necesaria, pudiendo ser terapéutico, iniciación deportiva; para promover el desarrollo humano o recreativo entre otras.

OBJETIVO: Analizar las diferencias entre la coordinación y el equilibrio en niños de diferentes disciplinas deportivas.

MÉTODO: Se aplicó la batería psicomotriz Evaluación de la Psicomotricidad en preescolar (EPP) la cual consiste en valorar el equilibrio, coordinación de piernas, coordinación de brazos y coordinación de manos. Se valoraron 29 niños de cinco años de edad de la ciudad de Chihuahua, Chihuahua, México. El total de la muestra quedó conformada de la siguiente manera: grupo natación (GN) n=9, Grupo gimnasia (Gim) n=9 y grupo preescolar (PE) n=11.

RESULTADOS: El grupo de Gimnasia presentó mayores valores de equilibrio, coordinación de manos, coordinación de brazos y coordinación de piernas que el

grupo PE, ver Tabla 1 y 2. De acuerdo a la tabla clasificatoria del instrumento de medición utilizado, el grupo de gimnasia se clasifica con un nivel bueno mientras los grupos de natación y preescolar pertenecen en el nivel normal. (Tabla 1).

Tabla 1. Medias y Nivel de Coordinación de Manos y Coordinación de Brazos por Grupo.

	Aspecto psicomotriz			
Grupo	Coordinación De Manos		Coordinación De Brazos	
	Media	Nivel	Media	Nivel
Preescolar	6.93	Normal	6.16	Normal
Natación	8.76	Normal	8.69	Normal
Gimnasia	9.22***	Bueno	9.17***	Bueno

* Diferencia Entre Grupos De Estudio Preescolar Y Natación

** Diferencia Entre Grupos De Estudio Natación Y Gimnasia

*** Diferencia Entre Grupos De Estudio Gimnasia Y Preescolar

En el **equilibrio** el grupo de preescolar presentó diferencias significativas con el grupo de natación con una p=0.03 y con el grupo de gimnasia con una p=0.003. En este mismo aspecto psicomotriz, también se presentaron entre el grupo de gimnasia y natación con una p=0.03.

En **coordinación de piernas** el grupo de natación presentó diferencias significativas con el grupo preescolar con una p=0.03, el grupo de gimnasia también en relación al grupo de preescolar con una p=0.008. De acuerdo a las medias obtenidas por grupo en los aspectos psicomotrices de equilibrio y coordinación de piernas, según los resultados obtenidos, el grupo de preescolar se clasifica con un nivel normal en ambos AP mientas los grupos de natación y gimnasia pertenecen en el nivel bueno. (Tabla 2).

Tabla 2. Medias y nivel de equilibrio y coordinación de piernas por grupo.

Aspecto Psicomotriz	Equilibrio		Coordinación de Piernas	
Grupo	Media	Nivel	Media	Nivel
Preescolar	8.1*	Normal	9.7*	Normal
Natación	10.0**	Bueno	11.3	Bueno
Gimnasia	10.9***	Bueno	11.6***	Bueno

* Diferencia Entre Grupos De Estudio Preescolar Y Natación

** Diferencia Entre Grupos De Estudio Natación Y Gimnasia

*** Diferencia Entre Grupos De Estudio Gimnasia Y Preescolar

Se analizaron las medias de cada grupo por aspecto psicomotriz donde el grupo de gimnasia obtuvo una puntuación promedio de 9.22 en coordinación de manos, 9.17 en coordinación de brazos, 10.90 en equilibrio y 11.61 en coordinación de piernas, las medias respectivas al grupo de natación son 8.76 en coordinación de manos, 8.69 en coordinación de brazos, 10.01 en equilibrio y 11.31 en coordinación de piernas, en estos mismos AP el grupo de preescolar obtiene una media como grupo de 6.93 en coordinación de manos, 6.16 en coordinación de brazos, 8.14 en equilibrio y 9.72 en coordinación de piernas. La figura 1. Muestra las medias de cada grupo por AP estudiado durante la investigación en donde el grupo de gimnasia supero en promedio a ambos grupos en todos los aspectos seguido por el grupo de natación y por último el grupo de preescolar.

DISCUSIÓN: Aspectos psicomotores mano-brazo. Las diferencias entre los grupos gimnasia y preescolar pudieran ser atribuidas principalmente a que los sujetos del grupo de gimnasia llevan durante sus prácticas deportivas ejercicios donde la manipulación de agarres y posicionamiento de las manos es fundamental, tanto en los aparatos gimnásticos como en actividades específicas. Algunos implementos también utilizados son las pelotas, colchones y trampolín chico. Estos implementos son los que por observación personal manipulan los niños con gran frecuencia a la edad de 5 años en la disciplina gimnasia

considerando altamente de posible influencia en los aspectos psicomotrices de coordinación de brazos y manos.

La natación no obtiene diferencia significativa con ninguno de estos dos grupos en el aspecto psicomotriz porque al observar una clase de natación también se utilizaron bastantes implementos de agarre en manos como gusano, objetos flotantes, la orilla de la piscina, sin embargo son movimientos no tan exigentes como en la gimnasia.

Comparación en el equilibrio: El análisis estadístico mostró una diferencia significativa a favor de los gimnastas, puede deberse a la práctica de gimnasia en esta población, se reconoce un gran peso sobre este aspecto psicomotriz ya que todos los ejercicios involucran una postura estética rigurosa y el mayor o completo control y dominio del cuerpo posible ya que la estética y el equilibrio son la base de la gimnasia artística. En natación el equilibrio del cuerpo forma parte de la práctica en esta disciplina, aunque en este caso se considera distinto ya que esta se realiza en el medio acuático y no en una superficie rígida como los gimnastas.

Coordinación del tren inferior: En ambas disciplinas se maniobra la coordinación de piernas en distintos medios y se utilizan implementos que usualmente no se manejan en el ambiente regular de desarrollo. En la natación el principal movimiento que se inculca a los alumnos de nuevo ingreso es el de piernas para lograr como primer objetivo la propulsión de nado dentro del medio acuático.

El posible motivo de una no diferencia psicomotriz de este aspecto entre los grupos de gimnasia y natación puede ser que ambos a su particular manera desempeñan un desarrollo evolutivo en la utilización del tren inferior siendo una posible ventaja para el gimnasta el no ser en el medio acuático sino en superficies más estables lo que causa la diferencia en la comparación de sus resultados aunque ambos obtuviesen diferencia significativa respecto al grupo preescolar.

CONCLUSIONES

- Se estima una tendencia en la coordinación de brazos, manos, piernas y equilibrio en sujetos que practican gimnasia considerando una superioridad notable en el desarrollo particular del equilibrio.

- Los sujetos que practican natación presentan una mejoría en coordinación de piernas y equilibrio en comparación al grupo de preescolar.

REFERENCIAS.

Berruezo, P. P. (2000). “El contenido de la psicomotricidad”. En BOTTINI, P. (ed.), Psicomotricidad: prácticas y conceptos. Madrid: Miño y Dávila editores.

Chillon-Garzon, P. Tercedor-Sánchez, P. Delgado-Fernández, M. González-Gross,(2002) M. Actividad física deportiva en adolescente escolares. Retos, nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación. Federación española de asociaciones de docentes de educación física. 5-12.

Fernández, G. y. Navarro., V. (1989). Diseño curricular en Educación Física. Barcelona. Editorial Inde

Fonseca, V. (2000). Estudio y génesis de la Psicomotricidad. Barcelona. Editorial Inde

Muniáin, J. L. (1997). Noción/Definición de Psicomotricidad. Revista de estudios y experiencias. 55: 53-86.

Zampa, C. (2007). La importancia de respetar las etapas del desarrollo en el deporte: una mirada desde la psicomotricidad. Psicología y Política. San Luis. 5.

Título: Diagnóstico sobre la resistencia en alumnos de 7mo grado para la práctica del atletismo en la iniciación deportiva.

Autor: Leandro Carreño Rojas.

Institución: Universidad de Sancti Spíritus. José Martí. Facultad de Cultura Física.

País: Cuba

RESUMEN.

La presente investigación se realiza con el objetivo de ofrecer a los profesores de Educación Física perteneciente a la Secundaria Básica Ernesto Valdés Muñoz del Municipio de Sancti Spìritus, una vía para el desarrollo de la capacidad física de la resistencia, atendiendo a su resultados alcanzados en la pruebas de Eficiencia Física en comparación lo que norma el Programa Integral de Preparación del Deportista en el deporte de atletismo para la iniciación deportiva . la muestra intencional seleccionada compuesta por diez alumnos, de ellos cinco pertenecen al sexo masculino y cinco al sexo femenino. Se efectuó una amplia revisión bibliográfica relacionada con el tema objeto de estudio, haciendo importantes reflexiones sobre el mismo, así como sus recomendaciones. Durante el proceso investigativo se analizaron diferentes métodos: analítico-sintético, histórico-lógico, inductivo-deductivo, la modelación teórica, calculo porcentual, la media y test físico. Pretendemos que la siguiente investigación tenga un valor metodológico y social, ya que se elabora sobre el conocimiento que debe de poseer el profesor para desarrollar la capacidad física de resistencia a los alumnos de séptimo grado la cuál reconoce que la misma se puede generalizar en todas las enseñanzas, es de gran importancia, por su valor social, es novedoso, posee gran validez ya que permite obtener resultados cuantitativos superiores para el desarrollo de las capacidades físicas, es factible, aplicable y se puede generalizar.

INTRODUCCIÓN.

Mucho se ha hablado acerca delo impacto que ejerce la detección de talentos en el deporte de iniciación y más en el deporte de atletismo, donde muchos investigadores han realizados sus estudios. Por nuestra parte tenemos la gran

cantidad de 54 estudios realizados por diferentes autores, que ya son egresados de nuestra Facultad de Cultura Física de Sancti Spìritus y que fueron tutorados por excelentísimos conocedores de la materia.

Un papel importante en la regulación de la preparación de los jóvenes deportistas desempeñan los conocimientos de las regularidades del crecimiento y de la formación del organismo, del perfeccionamiento de las funciones motoras y vegetativas, del metabolismo energético y de las capacidades de trabajo, por lo que la educación física ocupa un papel primordial en esta regulación.

La selección deportiva revista un carácter hasta cierto grado convencional. Es muy difícil discernir en un joven deportista principiante a un futuro campeón. En estas condiciones es fundamental el papel del profesor de educación física, quien, guiándose en el conocimiento de las particularidades de las edades del organismo, de las leyes del perfeccionamiento deportivo, y atendiendo a las características individuales del desarrollo, forja las capacidades deportivas, convirtiéndolos en talentos deportivos.

Para explotar en forma coherente a los futuros talentos, se necesita de un sistema científicamente fundamentado de selección deportiva. Tal sistema permitirá determinar la única dirección aceptada para superar la maestría de cada deportista joven. Existe un desconocimiento por parte de los profesores de Educación Física sobre los indicadores que plantea el Programa Integral de Preparación del Deportista para la categoría 12-13 años en el ejercicio de resistencia y con nuestro trabajo pretendemos examinar el problema de los resultados alcanzados en las pruebas de eficiencia física realizadas por los escolares comprendidos en las edades 12-13 años uno y otro sexo de la Escuela Secundaria Básica Ernesto Valdés Muñoz de Sancti Spìritus, surgiendo así el siguiente problema científico: ¿Cómo se comporta los niveles de rendimiento de la resistencia en los alumnos de 7mo grado de la Escuela Secundaria Básica Ernesto Valdés Muñoz con relación al Programa Integral de Preparación del Deportista para la categoría 12-13 años?

Como objetivo general planteamos:

1.-Diagnosticar la resistencia en alumnos de 7mo grado para la práctica del atletismo de la Escuela Secundaria Básica Ernesto Valdés Muñoz.

Dentro los objetivos específicos destacaremos:

1.-Aplicar el ejercicio de resistencia en alumnos de 7mo grado para la práctica del atletismo, según el Programa Integral de Preparación del Deportista categoría 12-13 años.

2.-Valorar los resultados obtenidos en la aplicación del ejercicio de resistencia en alumnos de 7mo grado para la práctica del atletismo, según el Programa Integral de Preparación del Deportista categoría 12-13 años.

1.-DESARROLLO.-

Capítulo I: Marco Teórico Referencial.

1.1.-La Educación Física.

El gobierno revolucionario ha realizado grandes esfuerzos los que han posibilitado que la Educación Física y el Deporte desempeñen el papel que le corresponde. Es por ello que a partir del Perfeccionamiento Nacional de Educación en 1961 esta asignatura se incluye dentro del programa de Educación Primaria siendo esta la base para la formación de habilidades y el desarrollo de las capacidades físicas.

La Educación Física tiene como finalidad contribuir al perfeccionamiento de nuestros niños, adolescentes y jóvenes mediante las actividades físicas, deportivas y recreativas conyugan de esta manera a la introducción y la educación de un joven capaz de conducirse activa y conscientemente al servicio de la construcción de la sociedad socialista.

Como componente fundamental del desarrollo de la personalidad la Educación Física tiene como objetivo el desarrollo de las capacidades y habilidades físicas, la transmisión de conocimientos y cualidades psíquicas de la personalidad, para ello cuenta con el ejercicio físico como medio fundamental: las diversas formas y

combinaciones de estos han dado origen a tres manifestaciones más generalizadas de la ejercitación: la gimnasia, el deporte y el juego.

Las capacidades físicas son: fuerzas, rapidez y resistencia. De la interrelación de estas capacidades se derivan otras más complejas como son: fuerza máxima, fuerza rápida, resistencia de la rapidez, resistencia de cortas, media y larga duración.

Se considera que la fuerza es una de las capacidades más importantes del hombre, ya que es una premisa para el desarrollo de las demás capacidades físicas condicionales, existiendo una estrecha interrelación entre estas las demás capacidades condicionales. La clase como forma fundamental de órganos de enseñanza requiere de la aplicación de una serie de elementos que contribuyan a darle cumplimiento a los objetivos propuestos, estos aspectos no están aislados, sino que funcionan como un sistema y su correcta aplicación da la medida de una clase óptima.

1.3.-Características del joven (12 a 13 años)

La primera fase de maduración (primera fase puberal o pubertad) Se entiende como fase de alteración estructural de las capacidades y destrezas coordinativas características generales del desarrollo motor. Se pueden considerar los siguientes límites de edad promedio para la fase de maduración: Para las niñas de los 11 a los 12 años de edad, para los varones de los 12/13 a los 14/15 años de edad.

En el desarrollo de las capacidades de velocidad se observan primeramente grandes aumentos de rendimiento que disminuyen claramente hacia el final de la primera fase de maduración. Entre las causas biológicas del acelerado desarrollo en el campo de las capacidades de la condición física se deben mencionar preponderantemente la secreción más acentuada de la hormona del crecimiento (STH) y de las hormonas masculinas, en especial de la testosterona (TST). Estas dos hormonas como se sabe, tienen un efecto anabolizante de las proteínas, lo cual lleva al crecimiento corporal acelerado, incluso de los órganos del sistema cardiopulmonar y de la musculatura.

A pesar de los desequilibrios bosquejados, la mayor autoconfianza y los deseos de superación son posiblemente los factores psico-sociales que llevan a los jóvenes de esta edad a realizar mayores esfuerzos y rendimientos en el campo de la condición física.

Con respecto a las capacidades coordinativas, las etapas de desarrollo del aumento extremadamente rápido se encuentran antes de la pubertad, la evolución de estas capacidades durante la primera fase puberal transcurre al menos en forma más lenta. Algunas investigaciones concluyen que el desarrollo total de las cualidades coordinativas está prácticamente concluido al promediar la etapa escolar y que después de los 12 años se observa generalmente un periodo de menor estancamiento de las mismas. Las condiciones motoras, sobre todo en los movimientos que abarcan todo el cuerpo, se vuelven pesadas (torpes, la facilidad y solvencia de las ejecuciones motoras infantiles va disminuyendo, lo cual se puede apreciar especialmente por ejemplo en la gimnasia, en la carrera y en los saltos).

1.3.-La clase de atletismo en 7mo grado.

El Atletismo en este grado continúa su etapa de formación básica iniciada en cuarto grado, por lo que su contenido se caracteriza por actividades que consoliden las habilidades motrices deportivas principales del deporte, recibidas anteriormente.

Es importante tener en cuenta la influencia que se ejerce entre la unidad de condición física y el atletismo, en el desarrollo de las capacidades físicas, principalmente en las condicionales, por lo que al planificar el curso se debe establecer la adecuada relación intra e intermateria entre los contenidos de ambas unidades, en la selección y dosificación de las actividades y en la forma de organizar cada clase. En este caso se deben priorizar en la condición física, las capacidades coordinativas y aquellas capacidades condicionales que reciben poca influencia.

2.-Capítulo II: Muestra y Metodología.

2.1.-Poblaciòn y Muestra.

De una población de 25 alumnos, se tomó una muestra de 10 lo que representa el 40%, el tipo de muestreo que se realizó para la investigación fue intencional. Las características que presento la muestra es que son alumnos: entusiastas, participan en actividades deportivas y culturales, etc.

2.2.-Métodos y Técnicas de la investigación utilizados.

Métodos teóricos*:* Revisión Documental. Programa Integral de Preparación del Deportista

Medición: Aplicación de la prueba normativa propia para el atletismo, planteadas en el Programa Integral de Preparación del Deportista sobre la resistencia.

Matemático-estadísticos.

2.3.-Metodologia.

Primeramente se realizó el análisis para la selección de la muestra, posteriormente se establecieron acuerdos con la dirección de la Escuela Secundaria Básica Ernesto Valdés Muñoz para conciliar el posible horario de realización de la prueba física, finalmente se acordó realizar la pruebas en el horario del turno de Educación Física, teniendo en cuanta que los alumnos debían traer el atuendo deportivo idóneo para la actividad. Se realizó la prueba en el horario de la mañana en una sola sesión de trabajo, se empleó para esto la pista de atletismo aledaña al Telecentro Televisión Yayabo.

Los instrumentos de trabajo que se utilizaron fueron: cronómetro, silbato, lapiceros y hojas de anotaciones.

2.4.-Descripción de la prueba.

Carrera de resistencia (1000 metros): Esta carrera se emplea para valorar el nivel de resistencia anaerobia-aerobia de los practicantes, la salida se realizará con salida alta.

2.5.-VALORACIÓN ECONÓMICA Y APORTE SOCIAL.

Sobre este aspecto debemos decir que la investigación realizada no introduce cálculo de los costos y la utilidad de los materiales empleados y no sustituyen importaciones; si eleva la calidad de vida de los investigados de beneficios social.

2.6.-Rangos Evaluativos en el Programa Integral de Preparación del Deportista (resistencia)

PUNTOS	Femenino	Masculino
5	3.05-3.10	3.00-3.05
4	3.15-3.20	3.10-3.15
3	3.25-3.30	3.20-3.25
2	3.35-3.40	3.30-3.35
1	3.45-3.50	3.40-3.45

Capítulo III: Análisis e interpretación de los resultados.

3.1. Análisis de los resultados del femenino.

Se le aplicó el test de 1000 metros a las estudiantes, por lo que ninguna obtuvo puntuación. Podemos observar también (Anexo#1) que 2 de ellas están por encima de la media lo que representa el 40% y el resto 3 de ellas están por debajo de la media, representando el 60%.

3.2. Análisis de los resultados del masculino.

Se le aplicó el test de 1000 metros a los estudiantes, por lo que 2 de ellos obtuvieron puntuación de 2 puntos y 1 un punto, representando esta puntuación el 40%. Podemos observar también (Anexo#2) que ninguno de ellos está por encima de la media lo que representa el 100%.

CONCLUSIONES.

1.-Se aplicó el ejercicio de resistencia al grupo investigado de la Escuela Secundaria Básica Ernesto Valdés Muñoz, según los indicadores en el Programa Integral de Preparación del Deportista.

2.-Los resultados alcanzados fueron deficientes, lo que demuestra el mal funcionamiento del trabajo realizado en los alumnos y por ende atenta con la detección de talentos para la práctica del atletismo.

Este trabajo beneficia al profesor de Educación Física, porque da a conocer como está el trabajo de la capacidad física de la resistencia en cuanto al Programa Integral de Preparación del Deportista en la Iniciación Deportiva del deporte de Atletismo.

RECOMENDACIONES.

1.-Seguir investigando sobre esta capacidad física para conocer el estado actual en que se encuentran los alumnos para una buena detección de talentos para la práctica del atletismo en la iniciación deportiva.

BIBLIOGRAFÍA.

1.-Programa de la Educación Física Séptimo Grado. Ministro de Educación. Editorial Pueblo y Educación, La Habana. (2016)

2.- Programa Integral de Preparación del Deportista de Velocidad 12-13 años. INDER, La Habana. (2014)

3.-Ruiz Aguilera, Ariel y Otros: Gimnasia Básica. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, 1989.

4.-Ruiz Aguilera, Ariel y Otros: Metodología de la Enseñanza de la Educación Física Tomo I. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, 1989.

5.-Ruiz Aguilera, Ariel y Otros: Metodología de la Enseñanza de la Educación Física Tomo II. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, 1989.

ANEXOS.

Análisis de los Resultados del Femenino.

N0	Cronometraje	Puntos
1	4.25	0
2	4.32	0
3	4.42	0
4	4.17	0
5	4.36	0
- X	4.30	0

Análisis de los Resultados del Masculino.

N0	Cronometraje	Puntos
1	3.37	2
2	3.42	1
3	3.52	0
4	4.05	0
5	4.13	0
- X	4.29	3

Título: El desempeño profesional docente metodológico del profesor de educación física. Propuesta de indicadores para su medición.

The professional teaching performance methodological of the professor of physical education. Once his measurement was named for of indicators.

Autor: M.Sc. Orlando Pedro Suárez Pérez. orlandop.suarez@upr.edu.cu
Licenciado en Educación, especialidad Educación Física. Máster en ciencias de la educación. Profesor auxiliar.

Coautores: Dra.C. Modesta Moreno iglesias.
Dr. C. Pedro A. Martínez Hernández.

Institución: Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saiz Montes de Oca", Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza".

País: Cuba

Resumen.

Este trabajo se desarrolló por la necesidad de atender las dificultades manifestadas en los profesores de Educación Física del municipio San Juan y Martínez durante el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje del Baloncesto, que atentan contra la calidad de las clases, resultados deportivos y preparación del escolar para la vida. El objetivo está referido a proponer indicadores que permitieran medir el desempeño profesional docente metodológico de estos profesores. El proceder personológico de la investigación permitió caracterizar los 26 profesores tomados como muestra, expresando los rasgos que distinguen su eficiencia, determinando sus potencialidades y deficiencias. Durante el proceso investigativo se utilizan métodos teóricos, empíricos y estadísticos, que permitieron corroborar la existencia real del problema, así como la valoración de su pertinencia, lo que reveló una transformación positiva en la práctica pedagógica. Los resultados ofrecen una respuesta concreta y aplicable para el perfeccionamiento de la evaluación del componente docente-metodológico del profesor de Educación Física, el cual constituye un importante material de orientación para metodólogos y directivos referidos a lo cognitivo instrumental, de desempeño procedimental y de

desempeño actitudinal, con el fin de dirigir desde el *saber ser,* el resto de los saberes y conducir hacia un proceso formativo, con una visión contemporánea, ofreciendo recursos metodológicos para el control de la calidad de las clases de Educación Física.
Palabras clave: desempeño profesional, profesor de educación física.

Abstrack.

This work was developed due to the need to attend to the difficulties manifested in the Physical Education teachers of the municipality of San Juan and Martínez during the development of the teaching-learning process of Basketball, which threaten the quality of the classes, sports results and preparation of the School for life. The objective is to propose indicators that allow to measure the professional teaching methodological performance of these teachers. The personological behavior of the research allowed characterizing the 26 professors taken as a sample, expressing the traits that distinguish their efficiency, determining their potentialities and deficiencies. During the investigative process, theoretical, empirical and statistical methods were used, which allowed to corroborate the real existence of the problem, as well as the evaluation of its pertinence, which revealed a positive transformation in pedagogical practice. The results provide a concrete and applicable answer for the improvement of the evaluation of the teaching-methodological component of the Physical Education teacher, which constitutes an important material for guidance for methodologists and managers related to the instrumental cognitive, procedural performance and attitudinal performance , In order to direct from the knowledge, the rest of the knowledge and lead to a formative process, with a contemporary vision, offering methodological resources to control the quality of physical education classes.
Key words: professional performance, physical education teacher.

INTRODUCCIÓN

El desempeño profesional docente metodológico del profesor de educación física en el proceso pedagógico se ha hecho más evidente en la actualidad. Más que transmitir conocimientos, educares, compartir valores, se ha convertido en un

desarrollador de habilidades y actitudes en la actividad conjunta a través de la práctica de los deportes, en este caso el baloncesto.

Añorga Morales J. (2013) destaca en el Modelo Ideal del Profesor, las principales cualidades para el desempeño de su rol, como conductor de un proceso de enseñanza–aprendizaje enmarcado en el subsistema educativo de Educación Avanzada, entre ellas, se señalan: “dominio teórico profundo, claridad ideológica, actualización en el contenido con dominio de los métodos de la ciencia en general y de la rama del conocimiento que desarrolla; ser un ejemplo vivo de autosuperación y autopreparación, no sólo en el contenido que explica sino también, en su cultura en sentido general, ser creativo, organizado y flexible; desarrollar la motivación de los participantes; elevar la autoestima y la confianza de sus alumnos; y dominar el método científico y su aplicación al objeto”.

La Educación Física es una de las asignaturas que reciben los alumnos desde que se inician en su andar educacional y se continúa hasta el segundo año de los estudios universitarios. En nuestro país su misión social está dirigida a educar el soma, que es una manifestación corpuscular de la materia biológica de que se compone todo cuerpo humano y la psique que es una manifestación de la realidad humana en forma de energía. Para llevar a cabo esta labor se utilizan, entre otros, los deportes.

El baloncesto se imparte desde la enseñanza primaria hasta la universitaria, se inserta dentro del proceso pedagógico en el quinto grado de la enseñanza primaria y continua hasta el fin de esta. A pesar de constituir, parte insustituible de nuestros programas y tener a esta disciplina dentro de las priorizadas por el organismo rector del deporte en Cuba, aún se arrastran deudas en el desarrollo de conocimientos y habilidades necesarias e imprescindibles para llevar a cabo una tarea motriz con fluidez y efectividad, lo que incide negativamente en el proceso de enseñanza aprendizaje de los mismos.

Los resultados de un estudio diagnóstico realizado por el autor, Suárez Pérez, O. (2010) como parte de la investigación desarrollada en opción al título académico de Máster en Ciencias de la Educación, unidos a los de su experiencia práctica en la dirección y asesoramiento metodológico de la disciplina Educación Física en el

municipio de San Juan y Martínez, posibilitaron identificar, en los profesores de esa disciplina, un conjunto de insuficiencias en el desarrollo de las habilidades pedagógicas profesionales para la dirección de la clase. Las más importantes están relacionadas con:

•La planificación del proceso de enseñanza – aprendizaje, •El proceso de organización de la clase, •La transmisión de conocimientos teóricos a los estudiantes, •Los métodos para la corrección de los errores en que incurren los alumnos, •El proceso de evaluación escolar, •El dominio de los documentos normativos del proceso docente - educativo de la Educación Física Escolar y de los niveles de enseñanza en que laboran.

Asumiendo el criterio de Añorga Morales, J. (2013), acerca de la definición de desempeño profesional: "es la capacidad de un individuo para efectuar acciones, deberes y obligaciones propias de su cargo o funciones profesionales que exige un puesto de trabajo**.** Esta se expresa en el comportamiento o la conducta real del trabajador en relación con las tareas a cumplir durante el ejercicio de su profesión**.** Este término designa lo que el profesional en realidad hace y no sólo lo que sabe hacer", entonces podemos referir que las actividades de superación no han provocado los cambios esperados en los niveles de desarrollo de las habilidades profesionales, el dominio de los contenidos del Baloncesto y en su modo de actuación profesional. Estas han traído consigo un deterioro en las habilidades pedagógicas provocando insuficiencias en la tarea educativa del mismo.

Se considera que el tratamiento para consolidar los contenidos teóricos y prácticos referidos al desarrollo del baloncesto no está en el estado deseado, debiendo propiciar una mayor eficiencia en el ejercicio profesional, fortaleciendo las buenas prácticas, caracterizada por la enseñanza efectiva de los modos, medios y formas que caracterizan al deporte.

El autor identifica como un **problema social**, las insuficiencias en el proceso de evaluación de los profesores de Educación Física que imparten el Baloncesto en la Educación Primaria del municipio San Juan y Martínez que limitan su desempeño profesional docente metodológico, en correspondencia con las

demandas y las nuevas exigencias de la excelencia educacional a la que se aspira.

Después de realizar este estudio se llegó a plantear el siguiente problema científico: ¿Cómo mejorar la calidad del desempeño profesional docente metodológico de los profesores de Educación Física, que imparten el Baloncesto, en la Educación Primaria?

El **objeto** de la investigación: el proceso de desarrollo del desempeño profesional docente metodológico de los profesores de Educación Física.

Atendiendo a lo anteriormente planteado el **objetivo** de la investigación se refiere a: proponer un grupo de indicadores que permitan la evaluación de la eficacia del desempeño profesional docente metodológico del profesor de educación física para la impartición del Baloncesto en la Educación Primaria.

Las reflexiones realizadas hasta el momento incentivan la elaboración de este trabajo y conllevan a determinar, sobre bases científicas, las necesidades existentes en los profesores de Educación Física, para alcanzar un adecuado desarrollo en la impartición del Baloncesto, ofreciendo indicadores para su medición que pueden constituir referentes en su modo de actuación.

MATERIALES Y MÉTODOS.

Para el desarrollo de esta investigación se consideró como población los 26 profesores de educación física que imparten el baloncesto en la enseñanza primaria del municipio San Juan y Martínez y los tres supervisores (metodólogos) que atienden a estos profesores.

La muestra se considera no probabilística y el tipo de muestreo aleatorio simple.

Los métodos de investigación utilizados. Se parte del método **dialéctico materialista** que es universal y permite estudiar los fenómenos con objetividad y concatenación.

Del nivel teórico:

Análisis-síntesis: durante el análisis de las fuentes que aportaron los fundamentos teóricos de la investigación.

Histórico-lógico: permitió revelar la evolución histórica del desempeño profesional, en este caso lo referido a lo docente metodológico.

Inductivo-deductivo: permitió llegar a conclusiones precisas en relación a las concepciones actuales de desarrollo del desempeño profesional docente-metodológico.

Sistémico-estructural-funcional: el mismo permitió establecer las relaciones existentes entre todos los componentes de la propuesta de indicadores.

Del nivel empírico:

Análisis de documentos: en el análisis de varios documentos los cuales aportaron información valiosa tanto para el diagnóstico, así como para la elaboración de indicadores.

La observación: a clases para determinar las particularidades del tratamiento que brinda el profesor de Educación Física a la impartición del Baloncesto en la Educación Primaria.

Entrevista: a Metodólogos de Educación Física y profesores.

Encuesta: a los profesores para constatar su nivel de preparación.

Como método matemático- estadístico.

Se utilizó la estadística descriptiva (análisis porcentual y gráfico) al analizar el procesamiento de los datos.

El aporte teórico se explicita en el redimensionamiento de la definición de desempeño profesional docente metodológico a partir de la propuesta de dimensiones e indicadores que le ofrecen un enfoque personológico, contextualizado en la formación actual de los profesores de Educación Física de la Educación Primaria.

RESULTADO.

El desempeño profesional del profesor de educación física. Dimensiones e indicadores.

En el último decenio los sistemas educativos cubanos han privilegiado los esfuerzos encaminados al mejoramiento de la calidad de la educación y en este empeño se ha identificado a la variable “desempeño profesional del maestro” como muy influyente, determinante, para el logro del salto cualitativo de la gestión escolar.

Hoy se aprecia un cierto consenso en la idea de que el fracaso o el éxito de todo sistema educativo depende fundamentalmente de la calidad del desempeño de sus docentes. Podrán perfeccionarse los planes de estudio, programas, textos escolares; construirse magníficas instalaciones; obtenerse excelentes medios de enseñanza, pero sin docentes eficientes no podrá tener lugar el perfeccionamiento real de la educación, Castillo estrella, T. (2004)

El autor es de la opinión que se necesitan novedosas formas para minimizar o erradicar esta debilidad y propone la utilización de indicadores específicos para medir dicho proceso. Al analizar la “Política de superación y capacitación de los recursos humanos en el sistema de cultura física y el deporte cubano”, el autor se percata que es limitado el uso del desempeño profesional docente metodológico a la hora de organizar la superación.

En el caso de la especialidad educación física, y partiendo del análisis de su programa, el autor se percata que son declarados (18) indicadores específicos a desarrollar, los cuales no cumplen todos con los requisitos, que según la literatura especializada emite, para ser clasificadas como tales; considerando también que existen otras que se abordan en el presente estudio, referidas a los diferentes momentos para la impartición de la clase de baloncesto en la enseñanza primaria, teniendo en cuenta la introyección de los saberes como pilares del siglo XXI.

Además, es necesario contar con indicadores que faciliten los diferentes pasos que se acometen en un proceso de desarrollo a partir de los indicadores de desempeño profesional declarados, cuestiones que se propone solventar en la investigación.

Conociendo estas limitantes y teniendo en cuenta que disponer de una descripción de indicadores para el desempeño profesional docente metodológico tiene relevancia en cuanto a convertirlo en un asunto más específico y personalizado.

El autor ha definido operacionalmente el concepto de desempeño profesional docente metodológico con enfoque personológico: … “Práctica de los modos de actuación del docente en el contexto de la actividad pedagógica, que revela el nivel de desarrollo alcanzado en los ámbitos de preparación, impartición y evaluación de la clase de educación física, determinando sus potencialidades y deficiencias, que le permitan provocar los cambios educativos en la escuela que de él se esperan”.

La tabla #1 muestra la operacionalización de la variable desempeño profesional docente metodológico.

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES
Superación para el desempeño profesional docente metodológico de los profesores de Educación Física para impartir el Baloncesto en la Educación Primaria.	1. Cognitiva-instrumental. (El saber)	1.1. Nivel en que domina los conocimientos teóricos del Baloncesto.
		1.2. Nivel en que domina las características de los escolares.
		1.3. Nivel en que conoce los documentos normativos.
		. Nivel en que domina el conocimiento de las TIC, y su empleo en el deporte.
	2. Desempeño procedimental. (El saber hacer)	2.5. Nivel en que emplea los elementos técnicos.
		2.6. Nivel en que integra elementos técnicos para resolver los problemas prácticos del juego.
		2.7. Nivel en que dirige el calentamiento.
		2.8. Nivel en que motiva las actividades.
		2.9. Nivel de capacidad para transformar su intervención pedagógica.
		2.10. Nivel en que emplea métodos variados.
		2.11. Nivel en que se observa un clima favorable para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje.

		2.12. Nivel de conocimientos para planificar estrategias de aprendizaje a corto, mediano y largo plazo.
	3. Desempeño actitudinal. (El saber ser y actuar)	3.13. Nivel en que recapacita de manera crítica sobre su superación.
		3.14. Nivel en que reorienta su actuación en diferentes situaciones.
		3.14. Nivel en que muestra satisfacción por lo que hace y lo que logra hacer en los escolares.

Tabla # 1. Variable. Dimensiones. Indicadores.

Parametrización de las dimensiones.

Dimensiones	Indicadores	Rango de evaluaciones		
		Adecuado (alto)	Poco adecuado (medio)	nadecuado (bajo)
Cognitiva-instrumental. (el saber)	Del 1 al 4	16-20 puntos	10-15 puntos	- de 9 puntos
Desempeño procedimental. (el saber hacer)	Del 5 al 12	35-40 puntos	30-34 puntos	- de 29 puntos
Desempeño actitudinal. (el saber ser)	Del 13 al 15	+12 puntos	8-11 puntos	- de 7 puntos
Total	15	De 60-75 puntos	De 50-59 puntos	- de 49 puntos

Tabla # 2. Parametrización de dimensiones.

DISCUSIÓN.

Los estudios realizados en Cuba que han tenido como objeto de investigación el desempeño profesional, se han desarrollado en el marco teórico de la Educación Avanzada, concepción teórico - metodológica que se encuentra en pleno período

de desarrollo. La principal exponente de esta concepción en Cuba, Añorga Morales, J., ha declarado como objetivo de la misma, “lograr un hombre que aporte y transforme socialmente con más eficiencia y calidad, y que en lo individual esté plenamente satisfecho con su estado emocional, moral y espiritual.” (2001)

Entre las investigaciones que tienen al desempeño profesional como objeto, se encuentra la de Moreira Peraza, F., (6) en la que se presenta un Modelo Teórico-Metodológico para la Superación de los Recursos Humanos del Subsistema de la Educación Física. En este modelo se concibe la dirección de la superación de los profesores de educación física a partir de las necesidades sociales y el encargo social de la asignatura, y consta de los siguientes componentes: modelo del profesor de educación física, diseño y aplicación del diagnóstico de necesidades, categorización de los sujetos por niveles según sus resultados, diseño y aplicación del sistema de superación, organización de los recursos humanos y materiales y la evaluación del impacto de la superación.

Otras como la de Castillejo Olán, R. (2004) que propone una Estrategia de Superación para profesores de Educación Física Escolar en Adiestramiento Laboral. En sus resultados se concibe la dirección de la superación a partir del modelo del profesional de la carrera de licenciatura en Cultura Física, y en las funciones del puesto de trabajo del profesor de Educación Física, después se diseña y aplica el estudio diagnóstico que permite determinar las necesidades educativas, definir los objetivos y los contenidos de la superación, posteriormente se organizan los recursos para la implementación del programa y finalmente se evalúa el impacto de su aplicación.

En su estudio Rodríguez, A., (2012) realiza análisis referidos a la competencia y al desempeño profesional, haciendo una diferenciación de estos términos, la cual compartimos, asumiendo que, “**competencia:** aptitud o capacidad para desarrollar de forma idónea una actividad o tarea. Es lo que el candidato sabe hacer. Se refiere a los conocimientos, habilidades y actitudes, así como a su organización, retención y empleo en la práctica académica y/o laboral. Por **desempeño:** aptitud o capacidad para desarrollar competentemente los deberes u obligaciones

inherentes a un cargo laboral. Es lo que el candidato hace en realidad. El del trabajador en la realización de una actividad o tarea durante el ejercicio de su profesión. El desempeño comprende la pericia técnica y la motivación del personal. La pericia es más que la preparación técnico profesional a la que se añade la experiencia acumulada en el ejercicio de sus funciones y en su capacitación permanente. Abarca la eficacia de las decisiones técnicas que se adoptan, la habilidad y destreza en la ejecución de los procedimientos y tareas, así como el "manejo" de las relaciones interpersonales". (Sección Capítulo I, párr. 8)

Ante la necesidad de que cada vez, los profesores que imparten el baloncesto en la enseñanza primaria, estén mejor capacitados para que obtengan los resultados previstos con sus alumnos, son válidos los esfuerzos dirigidos hacia esa dirección. Todo profesor aspira a realizar bien su trabajo y, además, a sentirse orgulloso por esto, considerándose en términos generales, como educadores eficaces y eficientes.

Eficacia en el sentido de que logran alcanzar profesionalmente las metas y fines propuestos, que abarquen los modos, medios y formas de impartir este deporte, así como las acciones y funciones profesionales que los profesores deben desarrollar y eficiencia se refiere a desarrollar estas tareas con el mínimo de recursos didácticos-metodológicos.

Todos estos autores, de una manera u otra, han dirigido sus análisis al perfeccionamiento del desempeño profesional de los profesores, a partir de elaborar diferentes resultados científicos en función de la problemática; sin embargo, el autor no ha constatado la propuesta de acciones dirigidas a los profesores de Educación Física de la Educación Primaria para el mejoramiento de su desempeño profesional docente metodológico con enfoque personológico, con el fin de establecer adecuadas formas de impartir el Baloncesto, potenciar la labor educativa que se desarrolla durante las actividades del proceso pedagógico y emitir criterios de evaluación sobre la base de indicadores.

Estos elementos permiten concebir una propuesta metodológica que contenga acciones en la que se manifiesten la unidad de lo cognitivo, lo afectivo-

motivacional en el accionar del profesor y lo actitudinal, que lleven a explorar en cada una de las fases de este proceso la eficacia y se fundamente un conjunto de acciones válidas para operar en la práctica a partir de un aparato metodológico instrumental que explore variables, dimensiones e indicadores que permitirá reflexionar acerca de logros y deficiencias en el desempeño profesional docente metodológico del profesor de educación física, al nivel más alto.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1) Añorga, Julia., (1989). El perfeccionamiento del sistema de superación de los Profesores Universitarios. Tesis de grado (Doctora en Ciencias Pedagógicas) La Habana, ISP “Enrique José Varona”.

2) _____ y col. (2000) Glosario de términos de Educación Avanzada. La Habana, Nueva versión digitalizada.

3) _____ (2001) La educación avanzada. La Habana, Editorial Academia.

4) Castillo, Tomás., (2004). Un modelo para la dirección de la superación de los docentes desde la escuela Secundaria Básica. Tesis de grado (Doctor en Ciencias Pedagógicas), Pinar del Río, Cuba.

5) Castillejo Olán, Rubén. (2004) La dirección de la superación del profesor de educación física escolar, durante el adiestramiento laboral. Tesis de grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) Holguín, Facultad de Cultura Física “Manuel Fajardo”.

6) Moreira Peraza, Rafael Félix. (2002) El sistema de superación de los profesores de Educación Física en Pinar del Río. Perspectivas. Tesis de Maestría

(Maestría en Didáctica de la EF Contemporánea) Ciudad de la Habana, ISCF “Manuel Fajardo”.

7) Rodríguez, Alberto. Capacitación para mejorar el desempeño de los profesores de Educación Física. Recuperado de http//wwwMonografias.com/index,shtml>

8) Suárez Pérez, Orlando Pedro, (2010). Estrategia de superación para elevar el desempeño profesional de los profesores de Educación Física que imparten el deporte baloncesto en el segundo ciclo de la Enseñanza Primaria, en el Consejo Popular Urbano, del municipio San Juan Martínez. Tesis de grado (Maestría en Ciencias de la Educación) Pinar del Río, Universidad de las Ciencias Pedagógicas “Rafael María de Mendive”.

Titulo: Evaluación del aprendizaje físico deportivo en el discapacitado intelectual leve en el contexto de la Educación Física escolar.

Autores: M.Sc. Marilin Páez Basabe

Dra. C: Mercedes Miló Dubé

País: Cuba

Resumen:

La investigación presentada consiste en la aplicación de una metodología que permita evaluar al discapacitado intelectual leve sobre la base de los objetivos y contenidos que tiene los programas, dónde se tuvo en cuenta los deportes motivo de clase que imparten en cada uno de los grados donde se fundamenta la significación teórica en que el modelo existente no tiene en cuenta las especificidades de los expedientes clínicos lo que permitirá objetividad en el proceso mientras que a significación practica se basa fundamentalmente en el aprovechamiento de la multipotencia del ejercicio fundiendo habilidades motrices y capacidades físicas sobre la base de inclusión de iguales oportunidades siendo justo en sus posibilidades

Introducción

Blázquez , D 2012: El proceso de evaluación del aprendizaje de la educación Física es caracterizado por la ausencia de un contenido estable Que de solidez a la asignatura a diferencia de otras ,sin embargo el objeto de la enseñanza es identificable puesto que corresponde a un objeto cultural en sí mismo y su diferencia estriba en que no se le puede considerar como un objeto cultual por sus conocimientos científicos que trasmite sino por su carácter de practica social y en ocasiones la Educación Física se juzga más por su carácter funcional higiénico y compensatorio vinculadas a la realización práctica de ejercicios energéticos cuerpo – objeto que por sus aspectos formativos de la personalidad del individuo ; lo que en términos de evaluación se hace necesario normalizar estandarizar niveles y criterios se han producido cambios en los últimos años ,pero aún persisten normativas oficiales explicitas que se concretan con rigor en los

diferentes niveles de enseñanza por ejemplo la resolución ministerial de evaluación vigente 238 /2014 es el mismo para la enseñanza general que para la enseñanza especial donde está inmerso el discapacitado intelectual leve

La atención a las personas con discapacidad recae en la Asociación para la Educación Especial y la Integración, sin embargo de acuerdo al informe elaborado por la UNESCO (2003), existe ausencia de programas educativos específicos para las diferentes discapacidades, además de existir carencia en la capacitación a los docentes y, aún más, prejuicios sociales, todo esto aunado al aumento de los índices de pobreza y desigualdad social constituye un marcado efecto negativo sobre la población que presenta discapacidades.

Discapacitado intelectual, según la asociación americana de retraso mental (2002), se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual como en la conducta adaptativa, expresada en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y práctica. Esta discapacidad se origina con anterioridad a los 18 años. Se asocia a limitaciones en dos o más de las siguientes áreas: comunicación, cuidado personal, vida en hogar, habilidades sociales, utilización de la comunidad, autogobierno, salud y seguridad, habilidades académicas funcionales, ocio y trabajo.

Las evaluación del aprendizaje físico deportiva ha sido tratado por diferentes autores como Blázquez ,D 2008 -2010 Ruiz, Pérez; L.M 2010 -(Ruiz, Pérez L 1994 y 1995)- Posada Prieto 2008 aquella que se produce del deporte en el marco escolar de habilidades motrices y capacidades físicas , cual constituye recurso metodológico indispensable para el estudiante discapacitado intelectual permitiéndoles a estos reforzar así su autonomía y habilidades sociales desde las dimensiones afectivas ,cognitivas ,motriz

En la revisión de documentos se pudo constatar

- Que en el currículo de licenciatura en cultura física en la práctica laboral de Educación Física se transita por enseñanza primaria 1ero y 2do ciclo ,enseñanza media básica no así por la enseñanza especial cuando le corresponde la práctica de cultura física se realiza desde los combinados deportivos

- Las resoluciones ministeriales emitidas desde las 274 /60hasta la actualidad la 238 /2014: Se aplica la misma en los diferentes niveles de enseñanza general y especial
- Las pruebas de eficiencia física que se realizan al inicio y final del curso escolar son valoradas por la normativas por las cuales se realizan la enseñanza general

  Determinándose como situación poroblemica como mejorar la evaluación físico deportivo en el discapacitado intelectual leve en el contexto de la Educación Física escolar teniendo como objetivo Elaborar una metodología para la evaluación del aprendizaje físico deportivo en el discapacitado intelectual leve

  Se aplicaron un grupo de métodos y técnicas de investigación científica entre los que se pueden mencionar inductivo-deductivo, análisis de documentos, encuesta, entrevista estadística descriptiva, estadística inferencial

La **contribución teórica** Desde lo metodológico consiste en la integración y sistematización de los criterios sobre evaluación del aprendizaje aportados por otros investigadores ,para la evaluación físico deportivo en el discapacitado intelectual leve en el contexto de la Educación Física .Por lo que brinda una herramienta metodológica para transformar y mejorar el proceso de evaluación de la Educación Física a fin de hacerlo más eficiente ,productivo .Así como la jerarquización de leyes y principios para este tipo de aprendizaje

La significación **práctica** radica en una metodología que contiene fundamentas teóricos así como el proceso instrumental adaptado para la evaluación de habilidades motrices capacidades físicas en el discapacitado intelectual leve en el contexto de la Educación Física

La **novedad científica** está dada en el proceder metodológico y práctico que facilita al profesor La evaluación del aprendizaje físico deportivo en el discapacitado intelectual leve en el área de deportes de juegos con pelotas, capacidades física en el contexto de la Educación Física

Desarrollo

La evaluación del aprendizaje es aquella evaluación que se produce en la clase de Educación física , en el marco escolar en el tratamiento de habilidades motrices

y capacidades físicas , cual constituye recurso metodológico indispensable para el estudiante discapacitado intelectual .Ya que le proporciona valorarse así mismo en lo individual y compararse con los demás integrantes del grupo .Vía a través de la cual se eleva su autoestima favoreciendo la comprensión de su cuerpo ,la estimulación de los sentidos ,la estructuración espacio – temporal ,la autonomía , y el desarrollo de habilidades sociales .Se utilizan como instrumentos indispensables para este fin las actividades lúdicas ,la observación planificada y sistemática en la ejecución de las tareas motrices a través de técnicas cualitativas y cuantitativas desde las dimensiones social -afectiva ,cognitiva , motriz

Revisión de documentos

Se revisó a los 16 profesores de Educación Física el proceso de planificación de la clase que esta conformado por los siguientes documentos diagnóstico inicial de habilidades y capacidades físicas, distribución de contenidos, análisis metodológico, sistema de clases y la clase

Deficiencias detectadas en el diagnóstico inicial de capacidades físicas y habilidades motrices

1 , No siempre se utiliza el diagnóstico inicial de capacidades físicas para que sea tomado como punto de partida para impartir la una capacidad física determinada y en su lugar se toma los resultados de la pruebas de eficiencia física

2 , El procesamiento estadístico en lo diagnostico de capacidades no siempre transita hasta determinar la media del grupo ,en ocasiones determinan la mediana por lo que se afectan significativamente los grupos de rendimiento

En el diagnóstico de habilidades motrices en ocasiones los objetivos propuestos se encuentran en función del profesor y no del estudiante como debe ser

3, En el diagnóstico de habilidades motrices no siempre se determinan los errores fundamentales, en ocasiones utilizan errores comunes en nombre de os primeros lo que afecta significativamente los resultados alcanzados por los estudiantes.

Deficiencias detectadas en el análisis metodológico Ver anexo #

El tránsito por los diferentes pasos metodológicos a pesar de no existir homogeneidad

Existe pasos por los cuales algunos de los implicados no lo creen necesario desarrollar ejemplo

Habilidades antecedentes, capacidades físicas necesarias, entre otros

Deficiencias detectadas en el sistema de clases Ver anexo #

El 62,5 % de los profesores que integran la muestra consideran que no es necesario hacerlo pues con la planificación de la clase es suficiente es en este documento donde se proyecta el contenido métodos , medios y procedimientos organizativos tanto de habilidades motrices como de capacidades físicas

Se pudo constatar que en las evaluaciones se planifican ejercicios que anteriormente los estudiantes no habían realizado

Las deficiencias constatas con las observaciones a clases de los docentes

Dimensiones	Indicadores	Se aprecia	%	Se aprecia Parcialmente	%	No se aprecia	%	No procede	%
		5 puntos		4- puntos		3 puntos		2- puntos	
Total/	19		12%		10%		56%		34

permitió constatar las dificultades en la evaluación del aprendizaje en el discapacitado intelectual en el contexto de la Educación Física el 84 % se observan dificultades que impiden el cumplimiento de un evaluación del aprendizaje formativa encaminada a la objetividad del discapacitado

Propuesta metodológica

Consiste en un aparato cognitivo conformado a su vez por un cuerpo legal en cual esta sustentando en las **leyes fundamentales** como la **ejercitación** es aquella que permitió la ejecución reiterada sistemática de las actividades propuestas para la evaluación del discapacitado la cuales se debieron gestar desde las clases para que el momento de la evaluación sea una continuidad del proceso ley de la unidad del organismo con el medio se manifiesta d cuando las acciones propuestas están correlacionadas con el medio donde se encuentran desenvolviéndose el discapacitado por ejemplo un terreno adaptado tanto de baloncesto como futbol y el atletismo donde le permita al profesor diferenciar

entre un discapacitado y un alumno de los centros de enseñanza general entro jerarquizando como principios didácticos la sistematización, es aquel que permite mantener la secuencia desde lo que se imparte hasta el momento de la evaluación observándolos como un todo y no acciones aisladas otro principio que jerarquiza la propuesta es el de la accesibilidad e individualización Es aquel que le permite Elaborar ejercicios que sean accesibles pera los estudiantes a pesar de su discapacidad sobre la base del principio de inclusión cuando dice iguales oportunidades ,pero con posibilidades diferentes y el sensoperceptual Se manifiesta Cuando se es capaz de trasmitir de la forma mas acabada posible las acciones en ello están presente los órganos de los sentidos fundamentales como la percepción ,audición, percepción ,propioceptivo

Cuerpo categorial sobre la base de dimensiones e indicadores tales como

Dimensión Social – afectiva

Definición operativa: Es el comportamiento del individuo sobre la base de los principios que rigen en la sociedad, los cuales se relaciona con los sentimientos afinidad o inclinación que se tiene por la actividad que realiza.

Dimensión Cognitiva:

Definición operativa Es el resultado de aprender o conocer algo, acción humana que le permite a la persona darse cuenta de mundo que le rodea

, Dimensión Motriz:

Definición operativa Es aquella que produce movimientos de los órganos y los músculos transformando un tipo de energía en otra.

Cuenta a su vez con un aparato metodológico instrumental donde se transito por las fases de diagnóstico, planificación , implementación , evaluación de la metodología

En la fase de diagnostico Se utilizaron diferentes método empíricos como la entrevista , análisis documental ,Experimento .Los que a su vez nos permitieron la planificación que incluyo la determinación de errores fundamentales en los diferentes deportes motivo de clases a tendiendo a los objetivos del programa

para el grado y a las diferentes patologías existentes en los centros de discapacitados intelectual de la provincia los que se agruparon en dos subgrupos

A Estudiantes con epilepsia, asma, trastorno auditivo y abandono familiar

B Trastorno psiquiátrico, y trastorno de conducta Elaboración de la propuesta

Ejemplo de una unidad de clases

Desplazamientos ofensivos

Parada por salto Y/o al conteo 1

Error # 1: Perder el equilibrio levantando el apoyo de ambos pies del piso

Parada por paso Y/o al conteo 1-2

Error: Perder el equilibrio levantando uno de los pies del piso

Giros

Error# 1: Levantar el pie de apoyo en la realización de los giros

Desplazamientos defensivos

Error# 1: Cruzar los pies mientras se desplaza en cualquiera dirección

Recepciones y pases

- Recepción y pase de pecho con dos manos
- Recepción y pase indirecto por encima de la cabeza
- Recepción y pase por encima del hombro

Error #1: No amortiguar el balón cuando recibe

Error #2: No direccionar el balón hacia el compañero al cual se lo envía

Drible

Error #1: Driblar con ambas manos

Tiros

Tiro al aro básico

Error#1: Pisar la línea de tiros indicada por el profesor

Tiro al aro en movimiento después de drible

Error #1 : Dar más de dos apoyos en la realización del tiro

Juegos

Errores

1, Correr con el balo en la mano

2, Driblar con ambas manos Empujar al compañero

3, Pisar la línea de tiros libres en la ejecución de tiro

4, Dar más de 2 apoyos en el tiro al aro en movimiento

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Unidad: Baloncesto

En este grado la enseñanza del baloncesto tendrá las mismas características del anterior (5to. grado) y donde la combinación de habilidades conocidas centrará sus nuevos objetivos.

Los desplazamientos ofensivos aprendidos sin balón se realizarán con este en drible (paradas, giros y saltos).

Las paradas se reafirmarán al conteo de uno y aprenderán a realizarlas (los alumnos) por pasos al conteo 1-2.

El drible continuará siendo la habilidad fundamental de la clase y donde abordaremos de forma lógica las combinaciones que le integran en la conducción del juego.

Drible y parada

El alumno en el 5to. grado realizaba el drible, detenía el movimiento y después driblaba, ahora aprenderá a detener el drible y después el movimiento o carrera.

Se podrán utilizar diferentes vías para su ejecución, partiendo de la orientación y el trabajo libre; pero realizando correcciones para evitar violaciones (caminando). Se podrá realizar al conteo de 1 o 1-2.

En el conteo de 1-2, el paso 1 se realizará con el pie derecho cuando se dribla con la mano derecha y el 2 con el izquierdo y viceversa. Se dará a conocer en este caso el pie de pívot.

El trabajo en grupos permitirá la corrección de errores por parte del profesor o por los propios alumnos.

El trabajo de drible y parada se podrá combinar con el pase en el lugar. Luego se podrá realizar recepción en movimiento, drible y parada.

Drible y pase en movimiento

En el grado anterior los niños aprendieron el pase de forma estática, en el sexto grado lo ejercitarán en movimiento .Le precede los movimientos (conteo) de la parada y del tiro al aro, solo que en este caso se realiza la extensión de los brazos para realizar el pase dando continuidad al movimiento. Los ejercicios se podrán realizar en parejas, tríos pudiéndose llevar a formas más complejas.

Tiro al aro en movimiento después de drible

En este grado se continuará ejercitando esta habilidad combinada, buscando una mejor realización de sus partes:

1. Enlace coordinativo (drible al conteo)
2. Conteo o pasos
3. Lanzamientos
4. Caída

Los ejercicios podrán tener un carácter integral y combinativo.

El tiro básico_se continuará realizando con su variante de una mano (agarre de triple amenaza) a la altura de la barbilla.

Drible y parada

El alumno en el 5to. grado realizaba el drible, detenía el movimiento y después driblaba, ahora aprenderá a detener el drible y después el movimiento o carrera.

Se podrán utilizar diferentes vías para su ejecución, partiendo de la orientación y el trabajo libre; pero realizando correcciones para evitar violaciones (caminando). Se podrá realizar al conteo de 1 o 1-2.

En el conteo de 1-2, el paso 1 se realizará con el pie derecho cuando se dribla con la mano derecha y el 2 con el izquierdo y viceversa. Se dará a conocer en este caso el pie de pívot.

El trabajo en grupos permitirá la corrección de errores por parte del profesor o por los propios alumnos.

El trabajo de drible y parada se podrá combinar con el pase en el lugar. Luego se podrá realizar recepción en movimiento, drible y parada.

Drible y pase en movimiento

En el grado anterior los niños aprendieron el pase de forma estática, en el sexto grado lo ejercitarán en movimiento .Le precede los movimientos (conteo) de la parada y del tiro al aro, solo que en este caso se realiza la extensión de los brazos para realizar el pase dando continuidad al movimiento. Los ejercicios se podrán realizar en parejas, tríos pudiéndose llevar a formas más complejas.

Tiro al aro en movimiento después de drible

En este grado se continuará ejercitando esta habilidad combinada, buscando una mejor realización de sus partes:

1. Enlace coordinativo (drible al conteo)
2. Conteo o pasos
3. Lanzamientos
4. Caída

Los ejercicios podrán tener un carácter integral y combinativo.

Conclusiones

El folleto expuesto contiene los errores que se consideran fundamentales en el aprendizaje de la unidad baloncesto teniendo en cuenta los objetivos del programa ,el tipo de discapacidad intelectual leve en esta propuesta se incluyen epilepsia ,asma y abandono familiar no así trastorno psiquiátrico que requiere de otras concepciones

Recomendaciones

Realizar propuestas similares en otras unidades de estudio del mismo ciclo y de diferentes grados

Unidad; baloncesto

Titulo: Factores determinantes en el proceso de aprendizaje para la iniciación del ajedrez en niños de edad escolar en la provincia de Morona Santiago, Ecuador.

Autores: Servio Lucio Naula Cumbicus, juniornc1994@hotmail.es

M.Sc. Mauro J. Aucay Peláez. Entrenador principal de ajedrez de la Federación Deportiva de Morona Santiago, Ecuador, Máster en Ciencias de la Educación.

PhD. Giraldo Viera Avinaz. Docente-investigador de la Universidad Nacional de Loja, Doctor en Ciencias de la Cultura Física.

Forma de Presentación: Ponencia

País: Ecuador

Resumen:

El presente estudio tuvo como objetivo evaluar el nivel de preparación de los profesores de cultura física que están vinculados al proyecto de masificación del ajedrez en la provincia de Morona Santiago, para así poder establecer una propuesta de capacitación teórica , metodológica y científica, que contribuya al mejoramiento de su desempeño y por ende a mejores resultados en la formación deportiva. Es establecieron parámetros para determinar los fundamentos que deberían sustentar la preparación teórica, metodológica y científica de los profesores de ajedrez de la provincia Morona Santiago, del Ecuador, analizar los antecedentes históricos del proceso de superación profesional de los profesores de ajedrez en la provincia Morona Santiago, de la República del Ecuador, se determino además el empleo de los siguientes métodos y técnicas, el método histórico lógico, método bibliográfico, método de observación, entrevista, encuesta, análisis de documentos, y consulta a expertos entre otros. Dentro de los resultado obtenidos destacan: Se pudo comprobar deficiencias en el 100 % de los observados con la formulación de los objetivos El 46,66 % no tiene el plan de clases debidamente planificado En cuanto a la atención a las diferencias individuales de cada niño, hay que plantear que solo se observó que el 53,33 %

presta atención a aquellos niños y niñas con dificultades en el aprendizaje El 100 % de los profesores no utiliza ejercicios dentro de la clase básicamente para estimular y desarrollar la memoria en los niños.
Dentro de la validación de la propuesta se alcanzaron resultados concretos tales como en el criterio de expertos 9 de 11 evaluaron de muy buena dicha propuesta y el resto evaluó de buena cada uno de los indicadores solicitados a evaluar

ABSTRAC

The present study had as objective to evaluate the level of preparation of the teachers of physical culture that are linked to the project of masificación of the chess in the province of Morona Santiago, in order to be able to establish a proposal of theoretical, methodological and scientific training, that contributes to the Improvement of their performance and therefore to better results in sports training. It was established parameters to determine the fundamentals that should support the theoretical, methodological and scientific preparation of teachers of chess in the province Morona Santiago, Ecuador, analyze the historical background of the process of professional improvement of chess teachers in the province of Morona Santiago , The Republic of Ecuador, the use of the following methods and techniques, the logical historical method, bibliographic method, method of observation, interview, survey, document analysis, and expert consultation among others were determined. Among the results obtained, the following were noted: Deficiencies were observed in 100% of those observed with the formulation of the objectives. 46.66% did not have a properly planned class plan In terms of attention to the individual differences of each child, It should be noted that it was only observed that 53.33% pay attention to those children with learning difficulties. 100% of teachers do not use exercises within the classroom basically to stimulate and develop memory in children.
Within the validation of the proposal concrete results were achieved, such as in the expert criterion 9 of 11 evaluated very well the proposal and the rest evaluated well each one of the indicators requested to evaluate

Título: Hábitos físicos-deportivos y de salud que contribuyen a estilos de vida saludables en jóvenes de secundaria de la ciudad de Chihuahua, México.

Autores: M.Sc. Carlos Raúl Almanza Rodríguez, Dr. C. Guadalupe Javier Rivero Carrasco, M.Sc. Roberto Paredes Carrera, Dr. C. Mariana Cossío Ponce de León.

Institución: Universidad Autónoma de Chihuahua. Facultad de Ciencias de la Cultura Física.

País: México

RESUMEN

El presente trabajo de investigación se ha enfocado en hábitos físico deportivos y estilo de vida de los adolescentes mexicanos. Objetivo: conocer hábitos de vida, práctica de deporte y actividad físicaen su tiempo libre, de adolescentes de la Ciudad de Chihuahua México. Metodología: este estudio fue descriptivo-explicativo, con enfoque cuantitativo, se utilizó en método de encuesta social, basada en el uso de un instrumento cuantitativo. La muestra se constituyó por 695 adolescentes. Resultados: encontramos una práctica físico-deportiva alta (88%) entre los adolescentes, con diferencias del 5% menor en las mujeres,su duración es mayor a 60 minutos en el 44% de ellos. Las tres actividades más practicadas son el futbol 22%, atletismo 26% y basquetbol 11%. La diversión es la mayor motivación para la práctica físico-deportiva, esta se realiza en el 69% con los amigos, pero quien motivo la práctica en el 24% fueron los padres o algún familiar. Conclusión: la mayoría de los adolescentes encuestados tienen hábitos físico-deportivos en su tiempo libre adecuados con lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), esto contribuye de manera significativa en las actitudes y hábitos positivos que favorecen una vida saludable y que deberían permanecer a lo largo de los años.

Palabras clave: hábitos físico-deportivos, actividad física, adolescentes.

INTRODUCCIÓN

La finalidad de esta investigación fue encontrar las pautas que nos indiquen cómo generar en la niñez, y sobre todo en la adolescencia, las actividades que de forma pertinente permitan la formación de hábitos físicos, deportivos y de salud, que contribuyan en la conformación de estilos de vida saludable de manera cotidiana y en el ámbito de la actividad física-deportiva y en educación física. Este estudio presenta resultados sobre los hábitos físico-deportivos de los estudiantes de nivel básico de tres escuelas secundarias privadas de la ciudad de Chihuahua México, con el propósito identificar factores que pueden constituir impedimentos y se convierten en barreras para la realización de una práctica físico deportiva adecuada y saludable, propiciando la generación de colectivos de riesgo.
Del conocimiento y de la concientización de los niños, jóvenes y adultos acerca de la adhesión a estilos de vida, hábitos físico deportivos y de salud, dependen en gran medida que grandes problemas de nuestra sociedad como los trastornos cardiovasculares, los desórdenes alimentarios (obesidad, anorexia y bulimia) o la falta de calidad de vida y de salud psicológica en los hoy adolecentes y consecuentemente las personas mayores más adelante, sigan practicando alguna actividad física o deportiva. La finalidad de nuestro estudio, por tal motivo se dirige a analizar los hábitos físico deportivos y de salud, y describir los factores que permiten lograr la adhesión a los mismos, al estudiar qué relaciones se establecen entre los estilos de vida adoptados y a valorar qué factores inciden para que la transferencia de la actividad física se realice adecuadamente desde la adolescencia a la edad adulta, y la tercera edad; con el objetivo último de contribuir en la disminución de los trastornos ya mencionados en cuyo desarrollo juegan un papel relevante la actividad física y deportiva y el estilo de vida adoptado.

El estudio de la actividad físico-deportiva a lo largo del tiempo trata de evaluar la tendencia de los individuos a mantener su nivel de práctica de ejercicio después de un período de tiempo determinado, actividades que van a conformar

determinados hábitos físico deportivos y de salud. Para ello, se suelen emplear mediciones que se repiten en momentos temporales diferentes. El objetivo de las mismas es conocer la cantidad de actividad física habitual realizada en cada momento que permita definir estadísticamente la continuación o no de la actividad físico-deportiva.

La continuidad en la actividad física a lo largo de la vida, puede tener implicaciones psicológicas. En este sentido se habla del estado de disposición psicológica hacia la práctica de actividad física. Este aspecto puede relacionarse con el hecho de que un individuo sea propenso a implicarse en actividades deportivas (Kenyon & McPherson, 1981) o también con la existencia de una fuerte percepción de auto eficacia desencadenada al realizar este tipo de práctica.

Pero son varios los aspectos que pueden influir en la continuación de la práctica, en el caso específico de los adolescentes los amigos, las normas sociales, las modas tienen mucho que ver, de tal forma que si la práctica físico-deportiva potencia las relaciones con los amigos, que estos se den en un ambiente adecuado, que tenga cuidado con el aspecto corporal impuesto por las modas, facilita que el mismo continué la práctica.

Al contrario, la ausencia de actividad física o la disminución de la misma con el paso del tiempo, podría justificarse por los cambios fisiológicos importantes que se producen, en particular, en la adolescencia en las mujeres (Rowland, 1999) y por la formación de nuevas relaciones con iguales y adultos. El hecho de que el joven cambie de ciudad, de escuela, puede influir, así como las diversas alternativas de ocio pasivo que en estas edades tienen un gran poder, Otras variables relacionadas con el contexto o lugar donde se desarrollan pueden también presentar relaciones interesantes con la práctica futura, algunas de ellas son la pertenencia a un club deportivo, la participación en los entrenamientos y en competiciones, y el papel de la escuela y la educación física escolar. Por ello nuestro objetivo es describir los hábitos físicos-deportivos y de salud, y los factores que contribuyen en la conformación de estilos de vida saludable en jóvenes de secundaria de la Ciudad de Chihuahua, México.

Materiales y Métodos:

Los datos de este trabajo se recolectaron durante el ciclo escolar enero-junio 2015 de las escuelas secundarias Salle y ESFER. Después de haberles explicado a las autoridades, padres de familia y a los propios estudiantes de manera detallada la naturaleza del estudio, se les solicito a los padres participantes que firmaran una carta de consentimiento informado. Durante el ciclo escolar se citó a todos los estudiantes elegibles para la recolección de datos.

Se les aplico el cuestionario “Hábitos físico-deportivos y de salud y estilos de vida en jóvenes”, el cual está constituido por cuatro secciones, con 39 preguntas sobre: la práctica de actividad física, el consumo de tabaco, alimentación y alcohol. Adicionalmente se exploraron variables las clasificatorias o sociodemográficas: edad, sexo, grado de estudios, la institución de pertenencia. Estas variables permitieron realizar un análisis estadístico haciendo comparaciones de los resultados entre subgrupos de informantes.

El cuestionario cuenta con un formato simple, ordenado y común para los encuestadores, con casillas adecuadamente situadas, que permiten registrar la opinión de los jóvenes mediante el uso de escalas de tipo Likert, características que lo clasifican como altamente estructurado.

La confiabilidad de cuestionario se estimó mediante el coeficiente alfa de Crombach, el cual se estimó con la medida obtenida de la prueba piloto al 50% de la muestra seleccionada de estudiantes de secundaria. Se obtuvo un valor de 0,76 lo cual se clasifica como confiabilidad alta según Patella en 2003. Los datos se procesaron en el programa SPSS versión 20, creando una base de datos que permitieron el análisis descriptivo y bivariado de los datos.

Resultados:

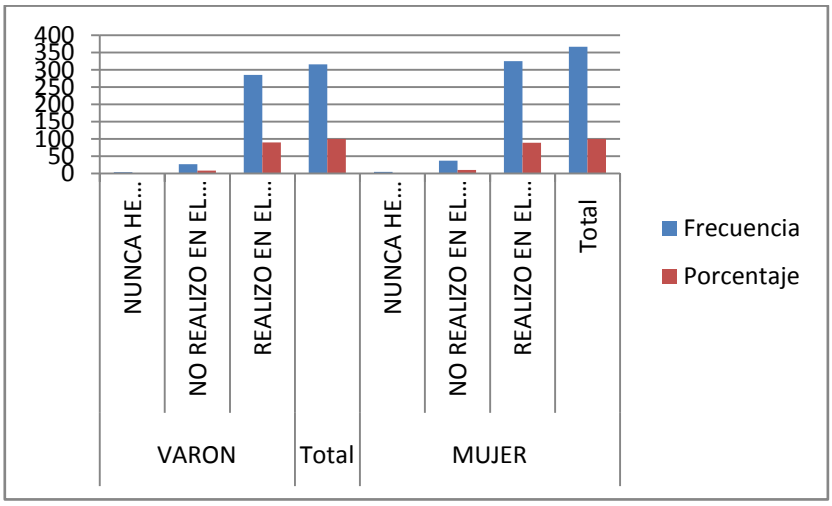
Se reunió información de 695 jóvenes para la prueba piloto de tres secundarias la Salle, Esfer salesianos y secundaria técnica 61%, 15% y 24% respectivamente, de

forma proporcional de primero 34% (236), de segundo 24% (169) y de tercero 42% (296); del total de la muestra 46% (319) fueron varones y 54% (369) mujeres.

Cuadro1. Centro educativo

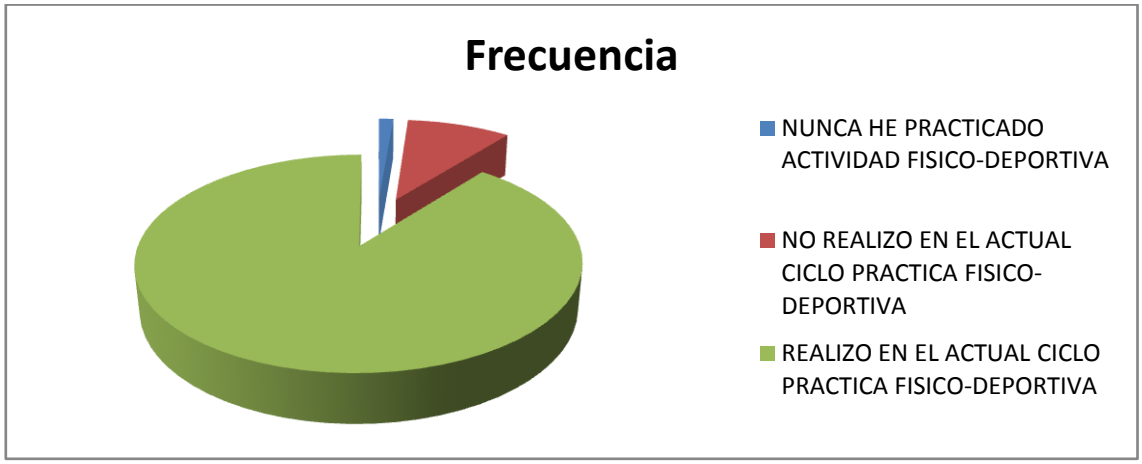
Escuela	Frecuencia	Porcentaje
LA SALLE	427	61
ESFER	102	15
SECUNDARIA TECNICA	166	24
Total	695	100

El 1% (7) dijeron nunca haber practicado actividad físico-deportiva, el 9% reporto no realizar en el actual ciclo practica físico-deportiva y el 89% de los jóvenes realizan en actual ciclo práctica deportiva. Estos resultados no presentan diferencias por sexo y se comportan con la misma distribución como se puede observar en las gráficas. Por centro educativo podemos observar en la Salle ligeramente menor practica físico-deportiva en el tiempo libre con 87% (370) en cambio en la Esfer encontramos que el 93% (95) realiza la practica este ciclo.

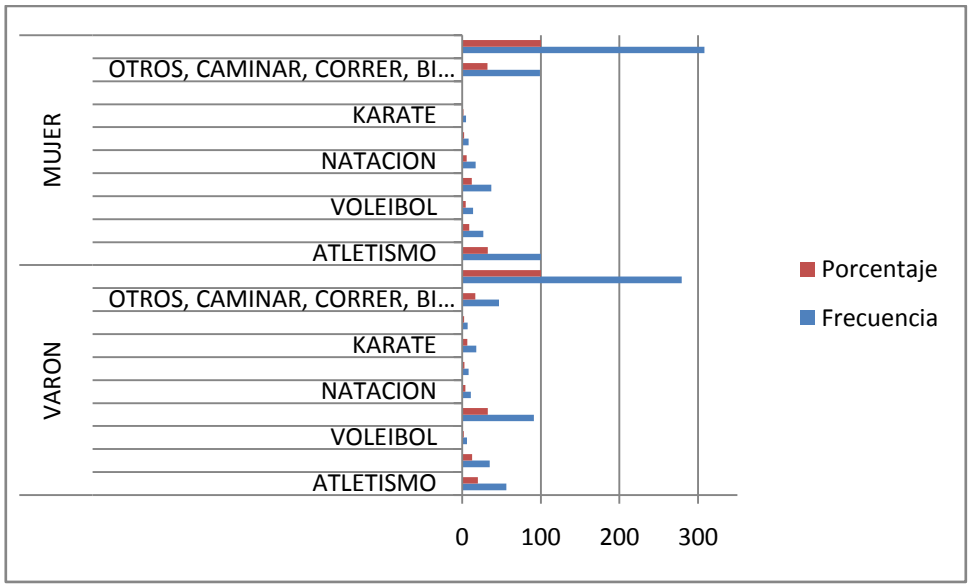


Sobre la regularidad de la práctica de la actividad física, podemos observar que 82% (549) de los jóvenes dijeron que lo hacen actualmente de manera regular y 18% (121) dijeron lo contario. Las diferencias por sexo muestran que en los varones el 89% (216) actualmente practica actividad física de manera regular, mientras que en las mujeres es el 84% (223). También hay diferencias por centro

vemos que la Salle presenta un mayor porcentaje de jóvenes que practican actividad física con regularidad 84% (311) en comparación con el 78% (64) de los jóvenes de Esfer.



Sobre la modalidad deportiva que más se practica tenemos el Futbol 22% (128), atletismo 26 (154), Basquetbol 11% (62), sin embargo fueron diversas las modalidades con menor porcentaje pero igual de importantes: voleibol, natación, tenis, Karate, beisbol y otros deportes. Y es lógico que se observen diferencias por sexo; en el caso de los varones es el futbol el deporte que registra mayor porcentaje 33% (91), seguido de basquetbol 13% (35); en cambio las mujeres participan más en atletismo con un 32% (100) y en futbol con un 14% (37). También hay diferencias por centro educativo podemos observar que los estudiantes de la Salle prefieren el futbol 30% (114), seguido del atletismo 15% (56), y el basquetbol 12% (48). En el caso de Esfer el futbol es el primero 14% (14), la natación el segundo 11% (11) y el basquetbol 8% (8).



En general el 69% (185) de los encuestados realizan actividad físico-deportiva con la finalidad de competencia y 31% (169) no. La finalidad de competencia es más alta en los varones con 69% (185) comparado con las mujeres que es del 52% (152). La finalidad de la actividad física de competencia por centro educativo muestra 68% (258) en la Salle y del 48% (48) en Esfer.

Discusión

1.- Podemos comentar que en ambas escuelas, se observa que la mayoría de los jóvenes practican una actividad físico deportiva y de salud. Ya que como son de nivel socioeconómico alto tienen acceso a clases de educación física dentro de su centro escolar, así como clubes deportivos.

2.- En cuanto a la actividad física deportiva que más se practica en ambas escuelas es el futbol tanto en la rama varonil como la femenil y se tiene buena participación en algunas actividades como el atletismo karate, natación etc.

3.- Es grato darse cuenta que la mayoría de los alumnos en esta edad estén realizando una actividad fisco-deportiva y de salud que se vea reflejada en sus hábitos físico deportivos y de salud.

Referencias bibliográficas

KUGUEL SA. (1981) La intelectualidad científica del a URSS, Editorial Progreso, Moscú.

CASTRO FIDEL. (1983) Discurso pronunciado en la Clausura de la sesión, en el periódico Granma, La Habana.

BERNAL, JHON D. (1938). The Social Function or Science George Rouledge, London.

SHIRIAEV, Y. (1986) La Economía Mundial y la Revolución Tecnológica, Ciencias Sociales Nº 1, Moscú.

FANJZYIBER, F. (1983) La industrialización trunca de América Latina, Editorial Nueva Imagen, S.A. México.

Mc PHERSON, B., y otros (1989) Sport and Social Systems, Massachusets, Addison Wesly.

ROWLAND, T. W. (1999) Adolescence: a risk factor for physical inactivity. Presidnt´s Council on Physical Fitness and Sport Reseach Digest, 3, 1-18.

Título: Implementación del modelo didáctico para la enseñanza - aprendizaje del fútbol para todos.

Title: implementation of the didactic model for teaching - learning football for all.

Autores: M.Sc. Angel Ramiro Bello López, arbelllo@uij.edu.cu. Decano

M.Sc. Luis Orlando Soler Cruz, losoler@uij.edu.cu

M.Sc. Peraza Zamora, César, cperazaz@uij.edu.cu

Institución: Facultad de Cultura Física Universidad de la Isla de la Juventud "Jesus Montané Oropesa"

País: Cuba

Resumen

Este trabajo es el producto de una investigación válida para la obtención del título de Máster en Didáctica de la Educación Física Contemporánea y ha servido de herramienta metodológica para la superación de los profesores de Educación Física y entrenadores de fútbol. En ella se muestra cómo lograr, en el proceso de la enseñanza-aprendizaje del fútbol a través de un modelo didáctico desarrollador, basado en el juego como método y medio a la vez, donde el profesor resulta el facilitador y los educandos son sujeto y objeto del proceso, que está concebido en temáticas a fines, que se aplican en diferentes momentos de la clase.

Palabras claves: habilidades deportivas, aprendizaje desarrollador, juego y enseñanza – aprendizaje.

Abstract

This word is the product of a valid investigation to obtain the title; Master is in the Didactics of Contemporary Physical Education and has served as a methodological instrument for the advancement of the Physical Education professors in the territory and at national level. In it shows how to achieve the teaching of Football through an apprenticeship developer based in the game as a method and medium at the time, where the professor becomes the facilitates and learning are the subject and objet of the teaching process.

Key words: sportive abilities, apprenticeship developer, game and teaching - apprenticeship (learning).

INTRODUCCIÓN

El juego como medio y método en la enseñanza - aprendizaje del Fútbol.

"Aprender para jugar o jugar para aprender". No es un juego de palabras. La frase encierra un mensaje, en las escuelas se aprende el ABC de la técnica y del juego. Posterior a esto se le prepara para jugar de forma competitiva; pero por mucho que juegue, si no tiene la orientación adecuada de alguien, jamás logrará dominar las habilidades. El juego como herramienta de aprendizaje, dentro del proceso debe permitir el desarrollo de una serie de capacidades para que cumpla con la función que le queremos asignar.

Podemos asegurar las potencialidades del juego, en el proceso de enseñanza - aprendizaje, sirviendo de fuente de orientación a los docentes, al planificar o concebir la clase. Por lo que nos plantearemos como objetivo de esta investigación: **Diseñar un modelo didáctico para la enseñanza – aprendizaje de las habilidades en Fútbol para todos.**

Existen variados estilos de enseñanza, donde la diferencia estriba en el nivel de independencia que posee el alumno en el proceso de enseñanza: pero también existen modelos donde la diferencia está en los medios en que se apoya el docente para desarrollar el proceso de enseñanza – aprendizaje. Estos estilos, nos permiten dentro de la misma clase hacer que el alumno descubra las soluciones a las variadas situaciones de juegos que el profesor irá presentando y que debe estructurar a partir de un modelo.

Partiendo de estos modelos elaboramos nuestra propuesta, que consiste en apoyarnos en el modelo vertical centrado en el juego, agregamos los juegos menores y los juegos pre deportivos que unido a las acciones simplificadas de juego y el mini deporte, conforman todo un sistema de actividades que permiten alcanzar resultados satisfactorios. Ya en el desarrollo aplicamos el modelo integrado que consiste en retomar el modelo aislado en un momento del proceso de enseñanza – aprendizaje.

De los numerosos modelos de enseñanza en la actividad deportiva escogimos el modelo vertical centrado en el juego, para nuestro trabajo porque a través de la

observación en diferentes competiciones y a cualquier nivel el problema medular está en el desarrollo del pensamiento lógico de nuestros alumnos.

Después de consultar a varios técnicos, deportivos profesores de educación física, metodológicos y profesores que estudian y profundizan en la teoría del aprendizaje con el fin de que sea más significativo; nos dimos a la tarea de buscar bibliografía que se relacionara con el tema.

Con gran dificultad llegamos a delimitar dos tendencias, una a través de la ejercitación técnica tradicional y la otra a través de juego, esta última fue la que más nos apasionó, porque desde mis primeros pasos como profesor y hasta hoy me demuestran, que es el motor de motivación mayor para alcanzar un resultado más significativo en el proceso de enseñanza aprendizaje del Fútbol. Está estrechamente ligado a los intereses personales, donde se necesita un gran esfuerzo individual para alcanzar la victoria del equipo.

Analizamos algunos autores como, Mahlo que resume su tendencia en el desarrollo del pensamiento táctico, a través de juegos técnico – tácticos y con el cual estamos muy identificados. Pero en las Clases de Educación Física de hoy si aplicamos esta receta los alumnos nos harían un cierto rechazo, porque les faltaría la independencia y la auto determinación de las acciones.

Modelos de aprendizaje deportivo.

Aunque Bunker y Thorpe (1982), presentaron los primeros modelos de conceptuales para la enseñanza de los juegos deportivos, no es hasta el (1988) que Brenda Read, plantea de forma más clara esta. La autora muestra dos modelos relativos a la enseñanza de los juegos deportivos. Uno representa la aproximación dominante orientada al desarrollo de la competencia técnica y lo titula <u>modelo aislado,</u> el otro titulado <u>modelo integrado</u> es una alternativa al modelo anterior.

El DrC. Alejandro López Rodríguez[2] (1999), hace una clasificación de los modelos y detalla algunos de estos de la década de los años 80 y 90 en general se centran en el juego táctico.

El Modelo Aislado se trabaja separadamente la habilidad técnica seleccionada, para posteriormente llevarla en algunos casos a una situación predeterminada de

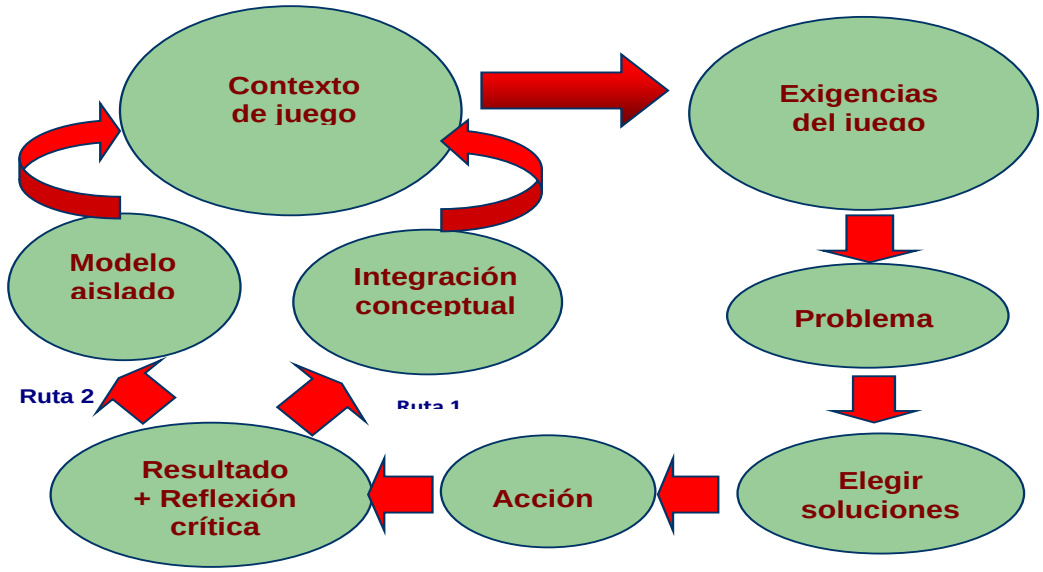
juego, el resultado de esta ejercitación más la acción a ejecutar en el juego permite al alumno alcanzar una experiencia técnica que finalmente intentará integrarla al contexto real de juego. Se hace énfasis en la ejecución repetida de una serie de habilidades específicas tácticas sin preocuparse de cómo encajan o se manejan dentro de las exigencias del juego.

En los modelos de enseñanza – aprendizaje el modelo aislado ha sido un modelo tradicional efectivo se basa en, el trabajo de ejercicios físicos – técnicos; pero presenta debilidades con relación al nivel de independencia de los educandos ya que en el predomina el estilo de mando directo.

Se comienza por la ejercitación de los elementos de la técnica, de aquí pasan al contexto aislado predeterminado, el resultado de la acción a ejecutar en el juego, unido a la experiencia técnica lo lleva a alcanzar algunos resultados cuando se lleven al contexto de juego. Esto hace que sea un modelo limitado para transferir el aprendizaje técnico a la situación contextual de juego real.

El Modelo Integrado; que parte de un enfoque global en el contexto de juego. Es integrado porque la toma de decisión del sujeto para dar solución a un problema, es inducida por el profesor a partir de una situación de juego a la vez se considera dentro de la estructura la concepción del modelo aislado cuando la propia práctica evidencia la necesidad de reforzar determinado elemento técnico. Después de que él o los alumnos hayan elegido las posibles soluciones y realizado dichas acciones el resultado más una reflexión crítica llevará al docente a tomar una de las dos rutas en dependencia que logren integrar y aplicar el nuevo conocimiento. Este modelo destaca la importancia de la táctica, el contexto de juego y la dinámica del juego. Ayuda a los alumnos a reconocer los problemas a identificar y generar sus propias soluciones y a elegir las mejores. Para lograr todo esto los participantes en el juego deben comprender la naturaleza del juego y los aspectos tácticos básicos implicados.

Modelo Integrado



DESARROLLO

Métodos que estimulan la actividad productiva.

Para alcanzar un correcto desarrollo en la ejecución de los juegos debemos tener presente el uso adecuado de cada uno de los métodos para su aplicación. Recordemos algunos muy vinculados con las actividades deportivas:

- Exposición Problémica.
- Búsqueda parcial heurística.
  - Investigativo.
  - Juegos Didácticos.
- Prácticos. Propios de la Educación Física.
- Diferentes tipos de juegos de invasión.
- Juegos modificados (Juegos menores y Juegos predeportivos).
- Juegos.
- Competencias.

<u>Métodos Problémicos.</u>

Es aquel grupo de métodos mediante los cuales, los alumnos guiados por el profesor se introducen en la búsqueda de soluciones de problemas nuevos, gracias a lo cual aprenden a adquirir de forma independiente los conocimientos, así como a aplicar los ya adquiridos en diferentes situaciones.

- Juego: Es un medio y un método de la Educación Física y los Deportes.

Como método se utiliza para el desarrollo y perfeccionamiento de hábitos motores, capacidades motrices y coordinativas.

Las reglas son las que determinan la utilización del juego como métodos, ya que a través de ellas se les da cumplimiento a determinados objetivos dentro de la clase.

Como medio se utiliza para motivar, dinamizar la clase, control y evaluación de las habilidades y conocimientos.

- Competencia: Es muy empleado tanto en la Educación Física como en el entrenamiento deportivo.

1. Elemental: Consiste en estimular el interés y activarlo durante la ejecución de diferentes ejercicios.
2. Desarrollada: Es una forma relativamente independiente de organización de las sesiones de entrenamiento (de control, de prueba, en competencia oficial).

Un rasgo característico es el enfrentamiento de las fuerzas en condiciones de competición organizada y de lucha por la superación o por logros máximos. El factor del enfrentamiento incrementa la acción del ejercicio físico (con ayuda del estado fisiológico y psíquico) y provoca la manifestación de las posibilidades funcionales del organismo.

Pretende que el alumno sea creador, constructor e independiente en el proceso de enseñanza – aprendizaje; seria colocar al alumno en el centro del proceso con una forma activa y que llegue a un nivel aceptable de las habilidades.

Temáticas para trabajar los Juegos de Fútbol.

1) JUEGOS DE DESPLAZAMIENTOS SIN BALÓN.
2) JUEGOS DE DOMNIO DEL BALÓN.
3) JUEGOS DE CONTROL DEL BALÓN.
4) JUEGOS DE CONDUCCIÓN DEL BALÓN.
5) JUEGOS DE REGATE DEL BALÓN.
6) JUEGOS DE PASES.
7) JUEGOS DE INTERCEPTACIÓN DEL BALÓN.
8) JUEGOS DE TIRO A GOL.

9) JUEGOS DE ATRAPE DEL BALÓN, (PORTERO).

10) JUEGOS DE DESPEJE DEL BALÓN, (PORTERO).

11) JUEGOS CON TAREAS Y ACCIONES TÁCTICAS.

Estas temáticas fueron elaboradas a partir de los contenidos de los programas actuales, aunque puede ser utilizado en cualquier programa, ya que contempla los criterios de juego del Fútbol, siguiendo el principio lógico de aspectos en lo que se apoya el juego normal.

a) **¿Cómo llevar un JUEGO MENOR a JUEGO DE FÚTBOL?**

La Cadena.

Variante I. "Con pase del balón"

A tumbar la torre.

Variante I. "A pasarla por el Portón"

La Reja.

Variante I. "Pasándose el balón"

Estos pueden constituir parte del calentamiento, así como las imitaciones de movimientos en grupos y en parejas. El alumno debe conocer que, ante una acción del contrario, él debe hacer la opuesta, de la misma forma él tratará de realizar otras acciones para confundir o engañar a su oponente. Ver el juego "A seguir la silueta.

JUEGOS SIN PORTERÍAS.

No.	Forma de juego	Finalidad
1	1 VS 1	Cobertura del balón, dribling, finta ataje.
2	1 VS 1	Con 4 apoyos en las esquinas. Cambios de dirección control orientado, juego directo, Interceptación de pases.
3	2 VS 2	Demarcación, juego de posición, interceptación, alternativa entre pase al espacio o al compañero.
4	2 VS 2	Con 4 apoyos en las esquinas. Cobertura, pase con 1 – 2 toques.
5	3 VS 1	Demarcación, juego en triángulos, juego directo al primer toque anticipación.
6	3 VS 2	Marcar y desmarcarse, juego en triángulo, coordinación de los defensas, juego directo.
7	3 VS 3	Con 2 apoyos en las esquinas. marcar y desmarcarse, pases transversales, cambios de dirección de juego.
8	4 VS 2	Alternancia de pases laterales y diagonales, juego directo coordinación defensiva.

9	4 VS 4	Marcar y desmarcarse, alternancia de pases cortos y largos coordinación defensiva.
10	5 VS 5	Con un jugador neutral. marcar y desmarcarse, cambio de la dirección de juego, devolución de pase, integración de un centro campista clave.
11	7 VS 5	Marcar y desmarcarse, cambios de dirección de juego, juego directo a un toque alternativa entre marcaje individual y zona. Cambios de juego, pressing constante.

Sistema de preguntas para el juego 1 vs 1. (Terreno reducido).

¿Cómo e posicionarse el defensa con relación al atacante?

¿Cómo conseguir restar velocidad al contrario con el balón?

¿Cuándo llega el momento más apropiado para efectuar una interceptación?

¿Cuándo se realiza una entrada frontal y cuando una entrada lateral?

¿Cómo puede influir la velocidad del atacante en la forma de defender el defensa?

¿Qué puede hacer un defensa lento contra un atacante veloz y hábil?

Para el éxito en la aplicación de estos ejemplos hay que tener presente el diagnóstico del grupo, las condiciones materiales e información y conocimientos de la finalidad de cada forma de juego.

El docente puede partiendo de estos ejemplos realizar otros juegos sin porterías o incluirle las metas, cuando observe que han logrado cumplir con la finalidad.

Los ejemplos de juegos con porterías, es necesario hacer énfasis que los alumnos no se aglomeren en la zona cercana a la portería que defiende o ataca. La finalidad hay que dársela como una situación problemica y recalcando el uso del elemento técnico o táctico objeto de estudio o de los ya conocidos.

Preguntar:

¿Qué variante de golpeo puedes utilizar para un pase raso o de aire?

¿Cuándo puedes realizar conducción del balón?

¿En qué dirección tienes que correr para desmarcarse?

Estas y muchas más pueden realizarse para obligar al alumno a pensar en las posibles soluciones. También cuando reducimos el espacio de juego o lo agrandamos, o disminuimos el número de jugadores y reducimos la cantidad de contactos con el balón o el ritmo de juego; contribuimos a que descubran las

soluciones y se ejerciten con mayor exigencia e intensidad. Ejemplos: Juego de fútbol caminando a dos contactos y 3 vs 3 con apoyo.

c) JUEGOS CON PORTERÍAS.

Sistema de preguntas para el juego con dos porterías.

¿Cómo debes marcar al atacante? ¿Qué ocurre cuando marcas por delante?

¿Qué ocurre cuando el atacante se desmarca hacia su compañero con el balón?

¿Es mejor marcar desde un lado o por detrás?

¿Cómo el defensa puede obligar al jugador que realiza el pase hacer lo que él quiere?

¿Cómo influye la calidad del pase en la forma de defender?

¿Cómo influye la calidad del control del balón en la forma de defender?

¿Cómo el defensa puede obligar al atacante atacar la portería de un punto?

Juegos con porterías o pequeños marcos.

No.	Forma de juego	FINALIDAD
1	1 VS 1	Con una portería. Orientación (ataque y defensa).
2	1 VS 1	Con dos porterías. Pasar del ataque a la defensa.
3	2 VS 1	Con una portería. Colaboración para el ataque.
4	2 VS 2	Con una portería. Colaboración para la defensa.
5	2 VS 2	Con dos porterías. Marcaje y des marcaje.
6	3 VS 1	Con una portería. Ataque con apoyo. Trabajo del defensor en la zona.
7	3 VS 2	Con una portería. Marcaje y cobertura.
8	3 VS 3	Con dos porterías. Des marcaje, cambio de sitio.
9	4 VS 2	Con una portería. Marcaje y cobertura.
10	4 VS 4	Con dos porterías. Alternar las funciones.
11	5 VS 5	Con dos porterías. Juego normal.
12	7 VS 5	Juego en la mitad de terreno, con inferioridad numérica.
13	7 VS 7	Con dos porterías. Juego normal.
14	7 VS 7	Con varias porterías. Trabajar con los porteros.

JUEGOS CON TAREAS TÁCTICAS (más complejas).

Solo se deberá aplicar estos cuando ya exista un trabajo sistemático y los alumnos hayan alcanzado un nivel aceptable en las otras temáticas de juego. Los términos y conceptos aquí empleados ya deben haberse trabajado con antelación, en juegos con tareas.

- TRES ATACANTES CONTRA UN DEFENSA. (FUNCIONES)

Jugador sin balón: acérquese al balón.

Jugador con balón: haga su pase – apoye.

Jugador defensor: retardar el avance.

- CUATRO ATACANTES CONTRA DOS DEFENSAS. (FUNCIONES)
- 1 VS 1 CON CUATRO APOYOS EN LAS ESQUINAS. (FUNCIONES).

Jugador con balón: realice pase corto, cruzado o lateral, control orientado, cambio de dirección.

Jugador sin balón: anticipación, interceptación.

- 2 VS 2 CON CUATRO APOYOS EN LAS ESQUINAS. (FUNCIONES).

<u>ATACANTES:</u>

Jugador con balón: haga pase corto, en cualquier dirección - apoye.

Jugador sin balón: desmárquese, control orientado pase, al espacio libre.

<u>DEFENSAS:</u>

Reduzca el espacio - anticipe - intercepte.

Algunas consideraciones para la implementación del modelo didáctico para la enseñanza - aprendizaje del Fútbol para todos.

Debemos tener presente que una propuesta de cambios en la enseñanza de los juegos deportivos se hará realidad cuando los propios profesores se vean no como simples transmisores de información y actividades, sino como creadores y transformadores de conocimientos.

En la aplicación de esta metodología tendremos presente la tipología de los Juegos Deportivos para su enseñanza, ya que nos apoyaremos en algunos momentos del proceso en ellos, estos se clasifican en:

- Juegos en condiciones sencillas o simplificadas.
- Juegos con reglas especiales.
- Juegos con tareas.
- Juegos en condiciones especiales.
- Juegos de aplicación.
- Juegos de competición oficial.

Se tendrá presente en el proceso de enseñanza - aprendizaje los factores para alcanzar la variabilidad tanto de ejercicios como de juegos. El modelo integrado es continuo y cíclico; existen varias razones para su aplicación que estarán vigente desde el inicio hasta el final del proceso.

- Independencia cognoscitiva.
- Carácter continuo y sistemático del proceso de dirección.
- Aplicación del método problémico.
- Enseñanza desarrolladora.

Como bases psicopedagógicas se sustenta en la relación entre lo cognitivo y lo afectivo para el desarrollo de la personalidad. Se apoyará en las actividades extracurriculares, teóricas y prácticas, (trabajo independiente) individual y grupal.

La sistematización de las tareas, estructuradas sobre la base de un aumento gradual de la independencia de los alumnos en su realización. La programación de las distintas formas fundamentales de operaciones lógicas intelectuales; análisis, síntesis, comparaciones y generalizaciones sobre la base de los conocimientos, habilidades y hábitos que poseen los alumnos. La orientación hacia la solución de un problema docente y en interrelación con los objetivos y métodos de la clase, de la unidad y el nivel que se trate.

¿Cuál es su papel como orientador?

ACCIÓN DEL PROFESOR COMO ORIENTADOR EN EL MODELO INTEGRADO

El profesor orienta las premisas en la que se desarrollará el juego con un fin significativo, (situación problémica)

B) El profesor observa y refuerza los objetivos del juego.

C) Hace una pausa, para evaluar y hacerlos descubrir las soluciones.

D) Entonces relanza la actividad con mayor dificultad, observa y refuerza.

E) De acuerdo a los resultados tiene dos opciones:

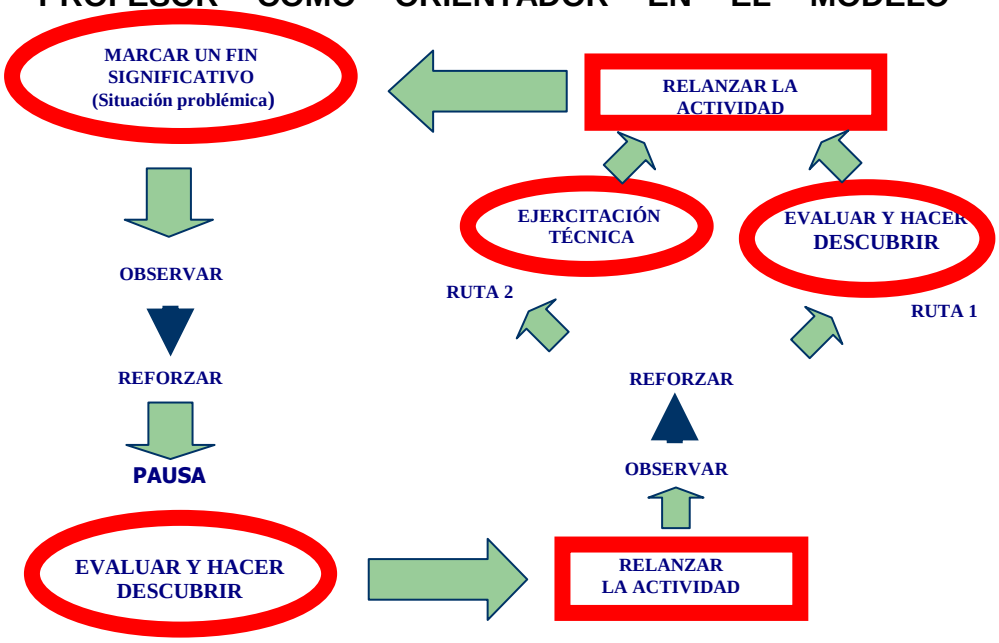
Ruta (1) evaluar y hacer descubrir las soluciones por los alumnos.

Ruta (2) ejercitación aislada de la técnica. Los aspectos técnicos y tácticos llevados al contexto de juego, con un nivel de exigencia aceptable en condiciones problémicas de juego que deben solucionar de la mejor forma posible.

Esta situación es el resultado de años de trabajo con un solo modelo, donde al profesor se le orientaba qué y cómo hacer; la variabilidad se centraba en la forma propia para dirigir sus clases, por ejemplo: más dinámico o no, utilizando algunos medios de enseñanza, tenían cierta interrelación con los alumnos que favorecían o no la comunicación, entre otras características del docente que diferenciaban sus clases. En este marco se trabajaba y con buena valoración.

¿Cómo actúa el profesor en el modelo integrado? ¿Cuál es su papel como orientador?

ACCIÓN DEL PROFESOR COMO ORIENTADOR EN EL MODELO INTEGRADO.



Sin dudas esta propuesta resulta para los docentes un reto, pero también obtendrán mayores resultados en Fútbol, ya que se marcha para lograr en nuestros alumnos un aprendizaje más significativo y con una metodología centrada en el juego.

Valoración de la aplicación de los instrumentos. Resultados de la entrevista a especialistas.

Se arribó a los resultados siguientes 12 de 17 entienden que es muy positivo el uso de juegos para la enseñanza aprendizaje del Fútbol para un 70,5 %.

- Sobre el conocimiento a las tendencias innovadoras de la Educación Física, solo 9 52,9 % tiene conocimiento y un 41,1 % (7) sí dominan las tendencias y sus potencialidades.
- Sobre el uso de métodos productivos en las clases de Educación Física, solo 9 profesores el 52,9 % plantean opiniones favorables; demostrando el resto desconocimiento de sus potencialidades en el aprendizaje deportivo.
- Sobre los aspectos que son componentes del proceso el 100%, planteo mostró tener ciertos conocimientos.
- Al valorar los inconvenientes de su aplicación plantean la no preparación de los docentes para asumir este reto. Las dificultades con los materiales.

En correspondencia con lo anterior se procedió a realizar una estrategia de superación que contemplara dichas dificultades llevándose a su realización a través de seminarios y talleres, contando con el apoyo del metodólogo de la enseñanza en el territorio. También falto un mayor dominio por los docentes de los aspectos que enriquecen la clase contemporánea, con una pedagogía no directiva, teniendo presente que, **los alumnos aprenden mejor cuando:**

- Los contenidos son relevantes para el aprendizaje, despertando su interés y motivación.
- Están participando activamente en el proceso de enseñanza – aprendizaje.
- Son capaces de ver su propio progreso y su mejora.
- El objetivo de la enseñanza es alcanzable.
- Son recompensados durante sus esfuerzos.

CONCLUSIONES

- Actualmente se conocen otras tendencias, pero este modelo didáctico para la enseñanza – aprendizaje de las habilidades en Fútbol para todos, que permite integrar, varios modelos facilitando otras perspectivas del cómo hacer; permitiendo al alumno explorar, seleccionar los medios y llegar a lo que se quiere hoy, alcanzar la independencia del alumno y del profesor, resulta muy novedoso.

- Colocando al alumno en el centro del proceso de enseñanza – aprendizaje. Teniendo entonces que trabajar en función de promover y lograr que los profesores se capaciten en nuevas formas, respondiendo a las demandas de cambios que exige la sociedad, es otro de los fines logrados con este modelo didáctico.

RECOMENDACIONES

- Aplicar este modelo en las comunidades poblados y centros donde se imparte el deporte para todos.
- Capacitar a los entrenadores y profesores para la implementación de la propuesta.

BIBLIOGRAFÍA

Álvarez Zayas, Carlos M. La Escuela en la vida. Didáctica. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. 1999.

Bangsbo, J., Norregaard, L., & Thorso, F. (1991). Activity profile of competition soccer. Canadian Journal of Sports Sciences, 16, 110–116.

Carling, C., Bloomfield, J., Nelsen, L., & Reilly, T. (2008). The role of motion analysis in elite soccer: Contemporary performance measurement techniques and work rate data. International Journal of Sports Medicine, 38, 839–862.

Charchabal Pérez, D. y Rodríguez Bárcenas G. Programa de enseñanza para la formación básica del futbolista. Ed. Deportes. 2011.

Colectivo de autores. Un enfoque productivo en las clases de Educación Física. Editorial Deportes. La Habana, 2008.

Di Salvo, V., Gregson, W., Atkinson, G., Tordoff, P., & Drust, B. (2009). Analysis of high intensity activity in Premier League soccer. International Journal of Sports Medicine, 30, 205–212.

Folleto de gimnasia Básica (2001). Apuntes para la Asignatura. Escuela Internacional de Educación Física y Deportes (EIEFD) 167p

Fusté Masuet, Xavier. Juegos de iniciación a los deportes colectivos. Editorial, Paidotribo. Barcelona, España. (¡999--).

Josetxu Linaza y Antonio Maldonado. Los juegos y el deporte en el desarrollo del niño. Editorial. Anthropos. Barcelona, España. 1987.

Kohan, A. (2010) Análisis del sprint de jugadores de fútbol de élite durante partidos de la Champions League Europea y de la Copa UEFA.

Krustrup, P., & Bangsbo, J. (2001). Physiological demands of top-class soccer refereeing in relation to physical capacity: Effect of intense intermittent exercise training. Journal of Sports Sciences, 19,881–891.

Laptev, A y Minj, A (1979) ¨Higiene de la Cultura Física y el Deporte". ED Pueblo y Educación. 244p

López Rodríguez, A. y C. Vega Portilla. La Clase de Educación Física Actualidad y Perspectiva, una Propuesta Cubana. México.

Mohr, M., Krustrup, P., & Bangsbo, J. (2003). Match performance of high-standard soccer players with special reference to development of fatigue. Journal of Sports Sciences, 21, 519–528.

Muska Mosston. La enseñanza de la Educación Física. 1986. p.

Soler Cruz, Luis O. "Propuesta metodológica para la enseñanza aprendizaje del Fútbol centrado en el Juego en alumnos de la enseñanza media de la Isla de la Juventud". Tesis de Maestría. 2002.

Wein Horst. Fútbol. A la medida del adolescente. Editorial, CEDIFA. España. 1999. p.308.

Zaparozhanova, L. P. y L. A. Latyshkevich. Juegos activos Educación Sección Obligatoria. Editorial Paidotribo. Barcelona. España. (1999).

Tema: Influencia del Futbol inclusivo en la formación del valor solidaridad

Autor: Eduardo Ramírez Ramada. Metodólogo de de la dirección de Educación Física del INDER.

País: Cuba

Introducción

Los **valores** son determinaciones espirituales que designan la significación positiva de las cosas, hechos, fenómenos, relaciones y sujetos, para un individuo, un grupo o clase social, o la sociedad en su conjunto.

Están condicionados por las relaciones sociales predominantes, constituyen componentes esenciales de la ideología, expresión de la cultura y la historia de una sociedad en una época determinada, y de los intereses, puntos de vista, necesidades y contradicciones de los diferentes sujetos.

Su educación es un proceso activo, complejo y contradictorio como parte de la formación de la personalidad, que se desarrolla en condiciones históricas sociales determinadas y en la que intervienen diversos factores socializadores, como la familia, la escuela, la comunidad, los medios de comunicación masiva, las organizaciones políticas y de masa, entre otros.

Al respecto, el Comandante en Jefe sentenció: "Para mi educar es sembrar valores, inculcar y desarrollar sentimientos, transformar a las criaturas que vienen al mundo con imperativos de la naturaleza muchas veces contradictorios con las virtudes que más apreciamos, como solidaridad, desprendimiento, valentía, fraternidad y otras"[1]

Los valores que estamos considerando fundamentales en la actualidad y que como todos requieren para su formación un tratamiento coherente e integrado son: dignidad, patriotismo, humanismo, solidaridad, responsabilidad, laboriosidad, honradez, honestidad y justicia. Esto no quiere decir que se abandone la influencia educativa sobre otros valores que se corresponden con nuestra Ideología y que

[1] Fidel Castro Ruz: Discurso pronunciado en la inauguración de la Escuela Formadora de Trabajadores Sociales de Villa Clara.

junto a estos forman el sistema de valores que demanda la construcción de la sociedad socialista

Definición teórica **del valor Solidaridad:**

Es comprometerse en idea y acción con el bienestar de los otros en la familia, la escuela, los colectivos laborales, la nación y hacia otros países. Es estar siempre atento a toda la masa humana que lo rodea.

Definición operacional (Modos de actuación asociados al valor)

- Identificarse con las causas justas y defenderlas.
- Estar dispuesto a realizar acciones internacionalistas dentro y fuera del país, incluso al precio de elevados sacrificios materiales y espirituales.
- Contribuir desde lo individual, al cumplimiento de las tareas colectivas.
- Socializar los resultados del trabajo y el estudio.
- Participar activamente en la solución de los problemas del grupo y la comunidad.
- Promover actitudes colectivistas, de austeridad y modestia.
- Fortalecer el espíritu de colaboración y de trabajo en equipo. Desarrollar la consulta colectiva, el diálogo y el debate para la identificación de los problemas y la unidad de acción en la selección de posibles alternativas de solución.

Para dar tratamiento a los valores es necesario tener en cuenta los siguientes **lineamientos generales:**

- La labor de formación de valores ha de realizarse de manera conscientemente organizada, con estudiada intencionalidad.
- Debe primar en su ejecución un estilo de comunicación que posibilite el diálogo abierto, sincero, argumentado, que coadyuve a conocer al otro y a respetarlo, mediante la mutua comprensión.
- Esta labor será exitosa sólo si se realiza de forma diferenciada "persona a persona", "cara a cara", sobre la base del ejemplo, la persuasión, utilizando argumentos objetivos y creíbles.
- La formación de valores se materializa fundamentalmente en la base, condicionada por su contexto, por lo que resulta necesario prestarle la mayor

atención a ese nivel de nuestra sociedad.

- Es imprescindible que los factores principales "sientan la necesidad" de cumplir este plan de acciones y que lo enriquezcan permanentemente.
- Gran importancia para educar en valores lo tiene la creación y existencia de un clima afectivo, con pautas de referencias estables, propiciando que el sujeto se sienta aceptado, que se trabajen aún más los sentimientos y las emociones en cualquiera de las actividades que se realicen.
- Las influencias educativas deben realizarse de forma sistemática y cohesionada.
- La institución educacional es el centro cultural más importante de la comunidad, por lo que todas las organizaciones e instituciones deberán integrarse a ella, resaltando el inmenso valor social de la labor del maestro.
- La preparación y superación política e ideológica debe alcanzar niveles superiores de calidad, utilizando de manera especial los discursos de Fidel, Raúl y otros dirigentes de la Revolución.
- Como nos dijo el Che debemos convertir a la sociedad en una "gigantesca escuela".
- La escuela debe fortalecer y poner en primer plano de su actividad la labor educativa y de formación de valores de manera integral y en todo el conjunto de la actividad escolar, como sentido y finalidad del trabajo político e ideológico.
- Se deberán realizar acciones que coadyuven a reforzar la función afectiva y educativa de la familia, propiciando diferentes alternativas o vías que le permitan prepararse y adquirir los conocimientos, hábitos y habilidades para una convivencia armónica y una mejor orientación y atención a los hijos, erradicando cualquier manifestación de violencia que pueda existir.
- Resulta necesario intensificar el papel de la comunidad en el ti¯abajo de formación de valores, tomando las medidas organizativas para lograr, entre otros aspectos, la inserción activa de los jóvenes a la vida social. Impulsar acciones comunitarias a partir de las estrategias de desarrollo local, que propicien el trabajo social y educativo con los jóvenes.

- Se requiere hacer más efectivo el rol informativo, educativo y cultural de los medios de comunicación masiva en la formación de valores morales, jurídicos y políticos, como eje principal y transversal de toda la programación audiovisual en especial, identificando y tomando en cuenta los gustos e intereses de los diferentes sectores de la población, para contribuir a su formación integral.
- Las direcciones de los medros de comunicación masiva deberán priorizar en su proyección editorial y en la programación general el tratamiento a los valores que con intencionalidad en este documento se jerarquizan, teniendo en cuenta sus destinatarios.
- Se requiere una jerarquía propia en la apreciación y difusión del arte y la literatura que sea coherente con nuestra concepción liberadora, descolonizadora y anticapitalista.
- Es necesario fortalecer y extender las actuales experiencias que elevan el papel protagónico de los jóvenes en las tareas más importantes de las transformaciones sociales.

Teniendo en cuenta los modos de actuación se nos presenta la siguiente SITUACIÓN PROBLEMÁTICAS:

Se desaprovechan las posibilidades que nos da el fútbol inclusivo, para potenciar la formación del valor solidaridad.

Provocando una contradicción en cuanto a la planificación que se realiza en el trabajo formativo en la práctica deportiva y la necesidad de potenciar la formación del valor solidaridad acorde a las exigencias actuales, por lo que nos trazamos el siguiente problema científico:

¿Cómo potenciar la formación del valor solidaridad desde la práctica del fútbol inclusivo?

El campo de acción: La formación del valor solidaridad en los educandos atletas del futbol inclusivo.

Con el siguiente objetivo:

Elaborar un sistema de acciones educativas para potenciar el valor solidaridad en los educandos atletas del futbol inclusivo de manera que incida en su modo de actuación.

Los métodos empleados fueron:

TEÓRICOS: Histórico-lógico, Inductivo-deductivo, Análisis-síntesis, Sistémico estructural

EMPÍRICOS: Observación -- Entrevista

ESTADÍSTICOS: ANÁLISIS PORCENTUAL

A una **POBLACIÓN de** 176 estudiantes atletas. (64 de la Educación Especial y 77de S Básica con 32 profesores).

Como diagnóstico se realizó una entrevista a los profesores y se observó, diferentes actividades, en la que se observó pobre acciones encaminadas a la formación del valor solidaridad e insuficiente preparación para la formación del valor

En los educandos atletas se apreciaba pobre ayuda solidaria entre los compañeros o rivales, poca identificación con las causas justas, deficiente contribución desde lo individual, al cumplimiento de las tareas colectivas e indolencia por la solución de los problemas de grupos.

Para comenzar a enfrentar la estrategia de intervención, trazamos diferentes indicadores generales:

- ✓ Definir las características de la practica deportiva inclusiva de los educandos atletas
- ✓ Desarrollar actividades encaminadas a la formación de valores, específicamente la solidaridad dentro de las actividades curriculares y extracurriculares inclusiva de los educandos atletas
- ✓ Definir con los profesores el proyecto futbol inclusivo su influencia en el valor solidaridad.

Anexo 1

Colaboración entre los compañeros

Aspectos a observar	Modo de actuación	
	Aceptable	No aceptable
Sentido de camaradería		
Sentido de amistad		
Rechazar las manifestaciones de egoísmo y ambición.		

Anexo 2

Comunicación afectiva

Aspectos a observar.	**Modo de actuación**	
	Aceptable	No aceptable
Respetar el criterio de sus compañeros.		
Comunicación sincera.		

Anexo 3

Sensibilidad humana

Aspectos a observar.	**Modo de actuación**	
	Aceptable	No aceptable
Sentimiento del dolor ajeno		
Sentimiento de humanismo por su compañero		

Título: Integración de saberes: alternativa para el desarrollo de competencias pre- profesionales en la Educación Física.

"Integration of knowledge: alternative skills development for pre-professionals in physical education"

Autores: PhD. Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo.giceyamc@gmail.com*

MSc José Ramón Guerra Santiesteban.manati280173@yahoo.es*

Institución: *Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación. Universidad de Guayaqui.

País: Ecuador.

RESUMEN

En los últimos años la tendencia mundial y también en Ecuador respecto a la Educación Física, ha estado encaminada a la búsqueda de la calidad en todos sus componentes. Comprendiéndose en estos desde laalfabetización física, que implica inducir la práctica de la actividad física de manera individual y comunitaria, hasta los que definen una Educación Física más participativa e inclusiva, que contribuya a la mejora de todo lo concerniente al saber cognitivo, afectivo, social y por supuestomotriz de la población; en función de una vida más plena y saludable para todos los ciudadanos. En correspondencia con lo señalado se presentan los resultados de una investigación cuyo objetivo estuvo centrado en valorar la influencia de la integración de saberes en el desarrollo de las competencias pre-profesionales en los estudiantes del Primer Nivel de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad de Guayaquil. Basada en un estudio pre-experimental, con el empleo de métodos teóricos y empíricosy la participación de 55 estudiantes y 7 docentes de la facultad, se logró determinar la alta incidencia que tiene la integración de saberes que realizan los estudiantes mediante la Cátedra Integradora de Contextos y Sistemas Pedagógicos de la Educación Física y su práctica pre-profesional en el despertar, desarrollo y sostenibilidad de sus competencias pre-profesionales.

Palabras clave: Integración de saberes, competencias pre-profesionales, Educación Física

OVERVIEW

In recent years the trend world and also in Ecuador regarding physical education, has been aimed at the pursuit of quality in all of its components. Including these from physical literacy, which involves inducing the practice of physical activity of individual and communal way, even those who defined a more participatory and inclusive physical education, which contributes to the improvement of all the concerning the cognitive, affective, social and of course driving knowledge of the population; According to a life more fulfilling and healthy for all citizens. In correspondence with the above presents the results of an investigation whose aim was focused on assessing the influence of the integration of knowledge in the development of the pre-professional skills in the students of the first level of the career of pedagogy of the physical activity and sport at the University of Guayaquil. Based on a prior study, theoretical and empirical methods and the participation of 55 students and 7 teachers from the school, managed to determine the high incidence that has the integration of knowledge by students performing the Chair in integrative contexts and educational systems of the physical education and pre-vocational practice in the awakening, development and sustainability of their pre-professional skills.

Key words: Integration of knowledges, skills pre-professional, physical education

> *Es necesario para enfrentar el mundo del tercer milenio, una cultura que permita articular, religar, contextualizar, es decir, situarse dentro de un contexto y si es posible globalizar, y poner en conjunto los conocimientos... un saber no es pertinente si no es capaz de situarse dentro de un contexto, si está totalmente aislado, deja de ser pertinente..."*(Morín,1998)

INTRODUCCIÓN.

La tendencia mundial y también en Ecuador en los últimos años respecto a la Educación Física, ha estado encaminada a la búsqueda de la calidad en todos sus componentes. Comprendiéndose desde la alfabetización física, que implica inducir la práctica de la actividad física de manera individual y comunitaria, hasta los que definen una Educación Física más participativa e inclusiva, que contribuya a la mejora de todo lo concerniente al saber cognitivo, afectivo, social y por

supuesto motriz de la población; en función de una vida más plena y saludable para todos los ciudadanos.

Este nuevo escenario ha implicado contar con programas curriculares que desde su base permitan dar respuesta a la demanda social de formar profesionales más competentes, funcionales y con mayor grado de desempeño. En virtud de lo anterior y ante las tendencias y tensiones que caracterizan el contexto de la Educación Física en Ecuador, se requirió después de un análisis profundo en cuanto a fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas y por acuerdo de la Red Nacional de Educación Física en Ecuador proceder a rediseñar la carrera de Licenciatura en Cultura Física Deportes y Recreación, aprobándose en Diciembre del 2015 por parteConsejo de Educación Superior de Ecuador con Oficio N° CES CIFIUG- ES 2015 057-O el rediseño de la carrera de Licenciatura en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

La malla curricular rediseñada hace énfasis en la proyección profesional y la ruta laboral para los egresados de esta especialidad. Enmarcando el objetivo a la formación de profesionales en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, con excelencia académica basada en un amplio conocimiento de carácter científico-metodológico, humanista, capaces de liderar y accionar procesos formativos, educativos, de manera proactiva, que promuevan proyectos relacionados con la educación física inicial, básica, bachillerato, la actividad física, deporte y la recreación, con un pensamiento crítico reflexivo, de acuerdo a la demanda social, cultural y económica respetando la equidad de género, interculturalidad y conservación del medio ambiente, que permita generar estilos de vida saludables, hábitos sociales y valores democráticos, garantizando el respeto a los derechos humanos en cumplimiento con el Plan Nacional del Buen Vivir.

Este hecho ha provocado múltiples beneficios y fortalezas a la Facultad, ya que se ha logrado incrementar la modalidad de servicios, el número de estudiantes en cuanto a ingreso, definir con mayor claridad los objetivos y alcances desde el punto de vista curricular y las estrategias para lograr un mejor desarrollo de las competencias profesionales en los estudiantes y por consiguiente de la facultad en general. Sin embargo, su puesta en marcha generó múltiples desafíos, uno de

estos estuvo relacionado con la integración de saberes como fundamento para el desarrollo de competencias Pre-profesionales en los jóvenes estudiantes.

De ahí que la presente investigación se sustenta en una problemática objetiva que acontece hoy en la facultad y que demanda de urgentes respuestas.En ese orden fue necesario responder la siguiente interrogante: ¿Cómo estimular desde la Cátedra Integradora de Contextos y Sistemas Pedagógicos de la Educación Física de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte el desarrollo de Competencias Pre-profesionales en los estudiantes del primer nivel?

DESARROLLO

Contextualización de la Carrera en Pedagogía de la Actividad Física Deportes de la Universidad de Guayaquil.

En los últimos años del siglo XX, la educación es heredera de un sin fin de transformaciones ideológicas, estructurales y disciplinares; de ahí que, en este contexto, gran parte de las naciones y Estados concluyen sobre la urgente necesidad de gestionar e instalar sistemas educativos cada vez más igualitarios, inclusivos, oportunos y pertinentes. (Ocampo, 2014). Lo cierto es que existe similitud entre el acontecer educativo citado por Ocampo en el 2014, y los nuevos retos que hoy se enfrentan en materia de diseños curriculares (Recalde, Maqueira & Plaza, 2017)

En este sentido la tendencia internacional y nacional indica que los diseños curriculares cada vez más buscan responder satisfacer las disposiciones del desarrollo social, convergiendo en la necesidad de lograr un equilibrio entre el proceso educativo, las ofertas y las demandas. (Sailema, 2016)

Por su parte la UNESCO en su conferencia mundial sobre la educación superior (1998), manifestó la importancia que la Universidad tome en serio su papel en la denominada era de la información y del conocimiento. Así, la Universidad se convierte en el gran nivelador de oportunidad para obtener conocimiento (López & Puentes, 2011).

En todo este acontecer se rediseña la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deportes,cuya malla está integrada por 53 asignaturas, de las cuales 18 pertenecen al componente básico de formación, 24 al área profesional y 11 en

titulación. Dentro de esta gama de asignaturas se encuentran las Cátedras Integradoras de Saberes, las cuales además de tener definido sus objetivos, sistema de contenidos y logros de aprendizajes, tienen la función de integrar los saberes en cada uno de los niveles del proceso formativo.

Es precisamente en este espacio donde los estudiantes mediante la práctica pre-profesional logran desarrollar las competencias requeridas para enfrentarse al mundo laboral. Visto así pudiera parecer sencillo, sin embargo la situación se complejiza justamente porque no se cuentan con los recursos metodológicos necesarios para facilitar la integración de saberes y propiciar el desarrollo de competencias pre-profesionales en los estudiantes. ¿Cómo resolver esta problemática? Para responder a la pregunta anterior fue necesario entender primeramente qué se entiende por integración de saberes

Integración de Saberes

Se parte de considerar que la palabra “integrar” e “integración”,proceden de la palabra latina integratus, apuntando en sentido general a la reconstrucción del todo y a la renovación. Entre otros elementosse plantea que encierra a aquellos relacionados con reconstruir el todo o completarlo,incrementando o uniendo partes que aparentemente han permanecido disgregadas. En el contexto curricular se refiere al acto de unir o conectar partes del currículo que de otra manera permanecerían separadas (Wallace, 2012).

Resulta interesante en este orden de ideas considerar los aportes de (Rorgiers, 2007), cuando señala que en el ámbito educativo la integración se da cuando, entre otras cosas, el estudiante incorpora un nuevo saber a sus saberes anteriores, reestructurando su universo interior y aplicando los saberes integrados a nuevas situaciones concretas.La integración de saberes, hablando en términos curriculares nos sitúa en un punto de partida a partir del cual cada escuela podrá construir su propia lógica de articulación.

Lo cierto es que la introducción de este espacio dentro de la estructura curricular de los diferentes niveles de enseñanza ha adquirido una notable importancia, ya que implica un repensar sobre aquellos aspectos que la integran y sobre el papel de los sujetos dentro de esta estructura.

Según la literatura especializada se trata por tanto de propiciar una forma de organizar la enseñanza de manera articulada y en equilibrio, que propicie aprendizajes significativos relacionados con el conocimiento entre temas, conceptos, problemas y controversia, tanto hacia el interior de las áreas como entre los distintos espacios curriculares; con el propósito de favorecer procesos de integración de saberes en los estudiantes.

Es por ello que se habla de un cambio, no sólo en la estructura curricular, sino también en las formas de organizar el proceso docente- educativo. Es una construcción institucional que se resignifica en el diálogo y en la cultura del trabajo colaborativo dando coherencia a las prácticas educativas. Aquí la labor individual del docente se rediseña para dar paso al trabajo colaborativo y en equipo. Esta nueva visión develauna responsabilidad compartida en el contexto institucional; defiende la idea del trabajo en conjunto, dónde seinvolucren acciones de gestión institucional para la concreción de los objetivos propuestos.

Al respecto se coindice con (Morín,1998), cuando explica queesta responsabilidad compartida implica que todo el equipo deba reposicionarse frente al conocimiento, frente a nuestras prácticas y frente a los procesos formativos de los estudiantes en la escuela para pensar en propuestas de enseñanza centradas en la construcción de sentidos, en la significatividad y el interés de los estudiantes.

Compartimos con (Bolívar, 1993), al señalarque este espacio revela romper con la cultura balcanizada de las instituciones y dar el salto cualitativo del cambio cultural". Este autor enfatiza en que se necesita promover proyectos de cambio e innovación con anclaje en lo institucional, lo organizativo, lo curricular, con impacto en las trayectorias escolares y en los resultados educativos de los estudiantes, fundamentando la construcción de una nueva mirada sobre la teoría y la práctica docente y en las didácticas empeladas para la enseñanza.

Esta propuesta formativa fundamenta la necesidad de construir nuevos sentidos, iniciar un replanteo al interior de las instituciones, definir acuerdos y criterios pedagógicos en torno al proyecto institucional y curricular, revisar el modelo pedagógico y con él, los procesos de enseñanza y de aprendizajes que se vienen

desarrollando para plantear otras formas de vincular y de implicar a los estudiantes con sus procesos de aprendizaje y con el conocimiento.

Dando continuidad a estas reflexiones es importante comprender los alcances del proceso de integración de saberes; particularmente los relacionados con la necesidad de promover la construcción y reflexión de los estudiantes a partir de relaciones conceptuales entre las áreas y disciplinas, de modo tal que puedan favorecer el análisis, la comprensión, la construcción de esquemas de conocimientos, así como los aportes a la solución de problemas curriculares, extracurriculares.

De igual manera se requiere que el equipo de docentes desarrolle una praxis conducente a debates, análisis, indagación científica, acompañado de un proceder metodológico que integre los diferentes campos y saberes científicos, tecnológicos y didácticos situando en sus estudiantes la idea de que el conocimiento es algo que se va construyendo de forma sistemática y profunda, por medio del vínculo entre la teoría y la práctica.

La integración de saberes, la práctica pre-profesional y el desarrollo de competencias profesionales en el ámbito de la Educación Física.

Si bien es cierto que la integración la hacen los sujetos, no es menos cierto que esto no ocurre automáticamente,(Vélez, 2013). De ahí que las nuevas formas metodológicas y didácticas deban facilitar la integración de saberes desde la perspectiva de ir formando aprendizajes significativos y competencias profesionales en los estudiantes.

Es por ello que la práctica pre-profesional juega un rol fundamental en el desarrollo de competencias profesionalesen los estudiantes. Es aquí donde se posibilita que los estudiantes integren el conjunto de saberes, estimulando el análisis, la comprensión y reflexión a partir de marcos teóricos, de conceptos, de procedimientos integrados; los cuales les permiten madurar sobre bases científicamente articuladas que le hacen explicar los diferentes hechos y fenómeno para dar fundamento al desarrollo de distintas habilidades y destrezas desde un trabajo multi e interdisciplinario.

Podemos asumir que en el ámbito de la práctica pre- profesional, como en lo educativo la integración se da cuando, entre otras cosas, el estudiante incorpora un nuevo saber a sus saberes anteriores, reestructurando su universo interior y aplicando los saberes integrados a nuevas situaciones concretas.(Rorgiers, 2007).Lo planteado nos hace coincidir con (Casas, 2003) en que debe traducirse y analizarse sobre cómo lograr a través de redes formales e informales el tejido de redes, y propiciar flujos de conocimientos que sirvan para atender los diversos problemas sociales, culturales, económicos de los contextos y micro contextos.

Para esto como es lógico es preciso reconocer las conexiones existentes entre las diferentes áreas y disciplinas del proceso docente –educativo, mejorar la forma de organizar la enseñanza tanto curricular como extracurricularmente, construir nuevos vínculos entre todos los docentes y los educandos, trabajar en equipos colaborativos y participativos, diseñar propuestas de actividades que incentiven el interés cognitivo, la formación de valores y lo que es más importante aún que promuevan la construcción de saberes integrados sobre un tema o un problema vinculado al contexto social.

¿Cuándo se dan entonces las bases para la formación de competencias pre-profesionales en los estudiantes?

Cuando desarrollamos una praxis que:

1. Permita la integración del conocimiento de forma "expresa y sistemática", cuando intentamos dotar a los estudiantes de los hábitos, destrezas y actitudes, y de todas las herramientas necesarias para que este proceso comience y se extienda no sólo mientras se desarrolla la carrera universitaria, sino durante toda la vida. (Iglesias, 1997)
2. Seleccionar contenidos de amplio poder explicativo (conceptos estructurantes, conceptos básicos) que permitan establecer relaciones fuertes y articulaciones dentro del área y/o del campo disciplinar
3. Facilite organizar los contenidos alrededor de temas o problemas relevantes para el contexto de estudiantes.
4. Definir el alcance adecuado a las posibilidades de aprendizaje de las y los estudiantes; apelando a sus saberes para ponerlos en cuestión, ampliarlos y

modificarlos; construir información que permita introducir cambios en las estrategias

5. En síntesis cuando nuestra praxis funcione de manera articulada y promueva espacios para el ejercicio curricular creativo, integral y participativo en la búsqueda de aprendizajes significativos y ascendentes que motiven un grado óptimo de desempeño y funcionalidad de los estudiantes.

El Proyecto Integrador de Saberes, (PIS) como resultado final.

El Proyecto Integrador de Saberes, (PIS), según la Secretaria Nacional de Educación Ciencia y Tecnología e Innovación de Ecuador,(SENESCYT),(2013), deviene en una metodología docente y una estrategia de aprendizaje, donde se conjugan y armonizan los desempeños del docente y las estructuras formativas generadas desde el proceso nivelatorio.

En este documento queda explícito que el PIS, engloba una dinámica de trabajo colaborativo, esfuerzos afectivos para logros de equipo, una visión sistémica de procesos, conducentes al descubrimiento de las conexiones que cada propuesta curricular y proyecto de aula genera en acciones de aprendizaje concretas y la construcción de saberes nuevos y más complejos.

Según la SENESCYT, aporta al perfil básico, con énfasis en la profundización de las siguientes habilidades, competencias y desempeños:

- **Aprendizaje de la Ciencias:** ya que consolida desempeños orientados al manejo de lenguajes, procesos, procedimientos, métodos de cada una de las disciplinas y de su integración para la construcción de una lectura académica y educativa de la realidad. Así como al ejercicio de la indagación, exploración, análisis, aplicación e interpretación de los aprendizajes adquiridos permitiendo una nueva experiencia educativa en la que el estudiante asume la construcción de un sistema de conocimientos, un marco de referencia que orientará su proyecto.
- Resolución de Problemas: establece múltiples abordajes para una misma realidad y diversos planteamientos y trayectorias para la definición de aspectos, variables y dimensiones que intervienen en la temática y problema seleccionado.

En correspondencia con lo señalado el PIS, desde las Cátedras integradoras de Saberes, permite integrar desde el ámbito teórico-práctico e investigativo los

conocimientos adquiridos en cada disciplina, posibilitando que los estudiantes desarrollen competencias investigativas, comunicativas, afectivas y por supuesto pre-profesionales. Se trata de expresar en este, el resultado final de un largo proceso formativo y de trabajo colaborativo tanto entre los equipos de estudiantes investigadores como del colectivo de docentes y tutores que lo conducen.

Su elaboración según los objetivos de cada nivel permitirá además sentar las bases para el desarrollo de las competencias necesarias una vez egresados.

Metodología.

La investigación que se presenta está basada en un estudio pre-experimental, desarrollado en la facultad de Educación Física Deportes y Recreación de la Universidad de Guayaquil.La misma se apoyó en métodos teóricos tales como: el histórico –lógico, el análisis - síntesis, el inductivo –deductivo y el sistémico – estructural funcional, los cuales permitieron analizar las teorías relacionadas con el tema y modelar la estrategia de intervención, mientras que los métodos empíricos empleados fueron la observación, el pre- experimento, acompañado del método de investigación acción participativa . Cómo técnica se empleó una guía de observación elaborada y validada por el colectivo de docentes y autoridades de la facultad, la cual estuvo integrada por 17 indicadores.

Población y Muestra

La población estuvo integrada por55 estudiantesdel primer nivel de la carrera de Licenciatura en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, constituyendo de forma voluntaria la muestra de la investigación, lo que representa el 100% del total de la población. Se integraron también como parte del proyecto de investigación 7 docentes de la facultad que cumplían la docencia en este nivel y que además fungieron como tutores.

Etapas de la Investigación

La investigación estuvo comprendida en el período lectivo 2016-2017. El espacio para su realización fue la Cátedra Integradora de Contextos y Sistemas Pedagógicos de la Educación Física Escolar, de la Universidad de Guayaquil. Para su desarrollo se dividió en cuatro etapas.

- **Etapa 1. Diagnóstico.** Esta etapa se centróen el diagnóstico de necesidades y potencialidades tanto de los estudiantes como del colectivo de docentes participantes. La misma tuvo una duración de cuatro semanas.
- **Etapa 2. Planificación y Elaboración de la Estrategia de Intervención.** Permitió a partir del diagnóstico realizadoy del método de investigación – acción planificar y elaborar la estrategia de intervención, determinar las fechas para su implementación, los responsables y la capacitación tanto de los estudiantes como de los docentes. Para ello fue necesario realizar talleres de socialización y capacitación, así como visitas a las dos unidades educativas donde los estudiantes participarían de la práctica.
- **Etapa 3. Implementación.** Básicamente en esta etapa se efectuó la implementación de la estrategia de intervención ocupandose las horas de práctica pre-profesional de los estudiantes, los cuales, mediante las guías de observación,constataron las formas didácticas empleadas por los docentes de Educación Física, en la misma medida que comparaban los resultados de sus observaciones con los conocimientos adquiridos en cada una de las asignaturas, posibilitando una integración y retroalimentación de saberes entre todos los estudiantes y tutores.Esta etapa contempló la observación realizada por parte de los 55 estudiantes a las clases de Educación Física, la realización de los PIS y paralelamente a ello los docentes tutores realizaban valoraciones sobre el desempeño y competencias que los estudiantes alcanzaban.
- **Etapa 4. Evaluación.** Esta tuvo un carácter sistemático cerrando la misma con el PIS, donde los estudiantes mostraron las competencias alcanzadas tanto desde el punto de vista teórico- cognitivo, como práctico.

Análisis de Resultados.

ResultadosGenerales de las Observaciones realizadas por los estudiantes del Primer Nivel a las clases de Educación Física.

1. Se observaron un total de 250 clases en los diferentes niveles de enseñanza, constatándose serias dificultades en el manejo de los

procederes didácticos -metodológicos empleados por los docentes de Educación Física de las Unidades Educativas objeto de observación.

2. En la casi totalidad de las observaciones efectuadas (más del 80%) denotó limitadas competencias profesionales en los docentes de Educación Física referentes al cumplimiento adecuado del currículo de Educación Física, impidiendo cumplir con el desarrollo de los objetivos previstos tanto a nivel macro, meso como microcurricular.
3. En más del 85% de las clases observadas las formas de organización, planificación y ejecución no siempre resultaron ser las más idóneas, obstaculizando el desarrollo de aprendizajes significativos en los estudiantes.
4. La atención a la diversidad y las diferencias individuales no se realizaba en función de las potencialidades de los alumnos. No se estimulan los resultados y logros.
5. La formación de valores no se efectúa de manera sistemática.
6. Existen muchas limitaciones en cuanto a los instrumentos y medios empleados durante las clases.
7. No se observaron formas de trabajo en equipo, integración de saberes u otras estrategias didácticas conducentes a estilos de enseñanzas participativos, creativos y contemporáneos.
8. Los cambios en el currículo se desarrollan empíricamente sin estar basados en fundamentos científicos.
9. La actividad lúdica no es empleada adecuadamente.
10. La evaluación de la clase no se corresponde teniendo en cuenta las formas y funciones que esta debe cumplir como componente esencial de la clase.

Resultados de los PIS

Se presentaron un total de 5 Proyectos Integradores de Saberes los cuales permitieron realizar la evaluación final del proceso docente –educativo, la integración de saberes y el desarrollo de competencias en los estudiantes.

Temas de los Proyectos Integradores de Saberes

Tema: 1 “Mi cuerpo, la Actividad Física y los Deportes, como un todo”

Tema: 2“La Educación Física, la Actividad Física, los Deportes y la Recreación como fenómeno pedagógico – social. Retos y prospectivas.

Tema: 3 “Fundamentos pedagógicos de la Gimnasia Básica: Tendencias y Tensiones a nivel Internacional y en Ecuador.

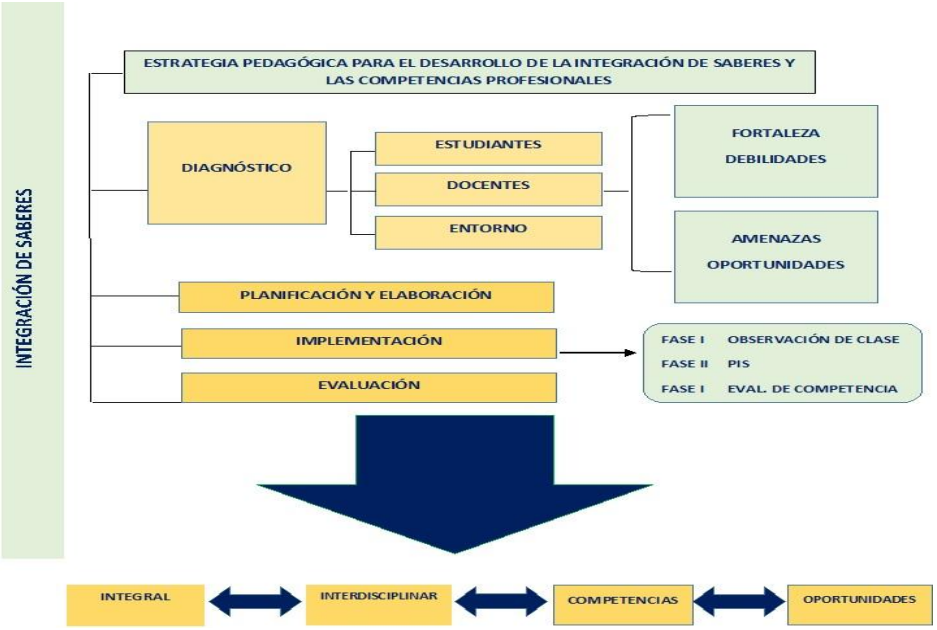
Tema: 4 “El proceso de Investigación Científica en el contexto de la profesión”

Tema: 5 “Fundamentos Científicos –Metodológicos de la Comunicación Humana en el contexto de la Educación Física y los Deportes”

La evaluación de los PIS, permitió completar el desarrollo de competencias logradas en el grupo de estudiantes, los cuales fueron capaces de integrar los conocimientos y habilidades alcanzadas durante la docencia recibida en la Cátedra de Contextos y Sistemas Pedagógicos de la Educación Física y la Práctica Pre-profesional. Demostraron competencias en relación a la observación y análisis de la calidad de las clases observadas en las dos Unidades Educativas, promoviendo la realización de acciones para instrumentar cambios en cuanto la didáctica y metodología a realizar y en la mejora de la calidad de las clases.

Valoraciones Generales de los Docentes Tutores sobre el desempeño y competencias y habilidades en los estudiantes.

1. Los estudiantes participantes se mostraron motivados, cooperativos y responsables durante las prácticas realizadas.
2. Lograron establecer nexos y redes de conocimientos entre las diferentes asignaturas y su aplicabilidad en la práctica pre-profesional.
3. Se logró fomentar el trabajo en equipo y la corresponsabilidad entre sus miembros.
4. La integración de saberes permitió el desarrollo de competencias en relación a la detección de los aspectos positivos y negativos dentro de las clases de Educación Física
5. Se fomentó el desarrollo de competencias investigativas, comunicativas, interpretativas, argumentativas, y propositivas



Como puede apreciarse el resultado final fue positivo se lograron realizar las actividades prevista dentro del proyecto pedagógico, con significación en todo lo relacionado con la integración de saberes desde la Catedra de Contextos y sistemas Pedagógicos de la Educación Física y la Práctica Pre-profesional como fundamento para el desarrollo de competencias profesionales en los estudiantes.

CONCLUSIONES.

A modo de conclusión se considera:

1. El Currículo de la carrera de Lic en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, dada su concepción permite contribuir de manera práctica a la solución de los problemas que hoy enfrenta en el contexto ecuatoriano la Educación Física, favoreciendo la formación de profesionales más competentes con un mayor grado de desempeño y profesionalidad.
2. La integración de saberes constituye la base para el desarrollo de competencias profesionales en los estudiantes, siempre que este sea desarrollado en equilibrio con la práctica Pre- Profesional, el entorno social y pedagógico.
3. El trabajo en equipo por parte del equipo de docentes es fundamental para garantizar la solidez de los conocimientos, las habilidades, la integración de saberes y las competencias profesionales en los estudiantes.

BIBLIOGRAFÍA

- Bolívar B, A(1993) “Cambio Educativo y Cultura Escolar: Resistencia y Reconstrucción”. Revista de Innovación Educativa. Granada (España).
- Bueno, E (2015) Diseño Curricular de la carrera en Pedagogía de la Actividad Física y Deportes. Universidad de Guayaquil. Ecuador.
- Casas, R. (2003). La formación de redes de conocimiento: una perspectiva regional desde México, Barcelona,IIS UNAM/Anthropos
- Iglesias, J. (1997). La integración del conocimiento en la educación general. En Seminario sobre educación general (8 de octubre de 1997). Facultad de Estudios Generales, RRP, Universidad de Puerto Rico (12p.).
- López, N. & Puentes, A. (2011). Modernización curricu-lar de la Universidad Surcolombiana: Integracióne interdisciplinariedad.Entornos, 24,103-122
- Morín, E. (1998) Articular los saberes. Textos escogidos. Bs. As: Universidad del Salvador.
- Ocampo. A “Los desafíos de la Inclusión en la Educación Superior: Nuevas prácticas epístemológicas.Valparaiso.Chile.2014
- Proyecto Integrador de Saberes. (2013), Programa Metodológico. Secretaria Nacional de Educación Ciencia y Tecnología e Innovación de Ecuador, SENESCYT. Ecuador.
- Recalde, A., Maqueira, G., & Plaza, (2017) Retos y Prospectivas de la Educación Superior ecuatoriana.
- Rorgiers, X. (2007). Pedagogía de la integración competencias e integración de los conocimientos en la enseñanza San José Costa Rica: Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana.
- Sailema, A. (2016) Diseño Curricular de la Carrera en Deporte Adaptado. Tesis en Opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. La Habana.Cuba.
- Vélez, W (2013).La integración del conocimiento como fundamento de los estudios generales. Ciencia y Sociedad, vol. 38, núm. 4.

Título: La clase de Educación Física. Adaptaciones para estimular la coordinación visomotora en estrábicos y ambliopes.

Title: The class of Physical Education. Adaptations to stimulate visomotora coordination in stratbics and ambliopes.

Autores:

M.Sc. Yaimara Peña Peña* correo electrónico: yaimara.pena@reduc.edu.cu

Dr. C. Luciano Mesa Sánchez** correo electrónico: luciano.mesa@reduc.edu.cu

Lic. Maida María Castro Fernández***.

Instituciones:

* Licenciada en Cultura Física. Profesora Asistente del Departamento de Didáctica del Deporte. Facultad de Cultura Física Manuel Fajardo. Universidad de Camagüey "Ignacio Agramonte Loynaz".

** Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Profesor Titular del Departamento de Cultura Física, Jefe de Carrera. Facultad de Cultura Física Manuel Fajardo. Universidad de Camagüey "Ignacio Agramonte Loynaz".

*** Licenciada en Cultura Física. Profesora de Educación Física en la Escuela Especial Antonio Suárez Domínguez de Camagüey.

País: Cuba

Resumen

Según Corpas, Toro & Zarco (1994), la Educación Física Adaptada es un proceso de actuación docente, que ha de planificarse y desarrollarse de tal modo que consiga dar respuesta a las necesidades de aprendizaje de los alumnos, utilizando todos los medios de la Educación Física con la finalidad de mejorar y/o normalizar el comportamiento del escolar con discapacidades físicas, psíquicas, pero también sensoriales. En definitiva, se trata de brindar a los escolares todas las oportunidades educativas que les permitan desarrollar al máximo sus capacidades, mediante el empleo de las adaptaciones curriculares y los diferentes criterios de adaptación. La atención a los escolares que presentan estrabismo y ambliopía se realiza en las escuelas especiales para niños ciegos y con baja visión, en ellas se debe impartir la Educación Física Adaptada de acuerdo con las

particularidades individuales del educando, con el fin de responder a cada tipo de necesidad educativa. No obstante, la realidad muestra que respecto a la estimulación de la coordinación visomotora aún persisten dificultades en este sentido.
Palabras claves: Educación Física,adaptaciones curriculares, modelos de adaptación, estrabismo y ambliopía.

Summary

According to Corpas, Toro &Zarco (1994), Adapted Physical Education is a process of teaching performance, which has to be planned and developed in a way that can meet the learning needs of students, using all means of education Physics with the purpose of improving and / or normalizing the behavior of the scholar with physical, psychic, but also sensorial disabilities. In short, it is a question of providing to the students all the educational opportunities that allow them to develop their capacities to the maximum, through the use of the curricular adaptations and the different criteria of adaptation. Attention to schoolchildren with strabismus and amblyopia is carried out in special schools for blind and low vision children, in which Adapted Physical Education must be given according to the individual characteristics of the student, in order to respond to each type of educational need. However, the reality shows that with respect to the stimulation of the visomotor coordination still difficulties persist in this sense.
Key words: Physical Education, curricular adaptations, adaptation models, strabismus and amblyopia.

Introducción

A partir de lo abordado por Azañón (2000), Rivas (2010), Hernández (2004), Maqueira (2005) y Mas (2006), se puede apreciar que en la actualidad no se ha tratado con profundidad la estimulación de la coordinación visomotora en los escolares con estrabismo y ambliopía en la clase de Educación Física Adaptada, resultando limitado el abordaje de la interrelación de métodos, técnicas o procedimientos que, ordenados de forma lógica y considerando las

particularidades de los escolares, así como las adaptaciones a la actividad y la forma en que se realice la estimulación, propicien la obtención de resultados favorables.

Asumiendo como premisa los resultados de las investigaciones consultadas, un estudio factoperceptual, realizado en la escuela especial para escolares ciegos y con baja visión de la provincia de Camagüey, muestra:

- Limitadas actividades para la estimulación de la coordinación visomotora que aprovechen las particularidades de los escolares, por ejemplo, el grado de agudeza visual y el sentido de la desviación, para realizar las adaptaciones a la actividad y garantizar un óptimo desempeño.
- En las orientaciones metodológicas para los profesores de Educación Física de las escuelas especiales para alumnos ciegos y con baja visión, no se contemplan la relación entre los métodos, técnica o procedimientos a seguir para estimular la coordinación visomotora siendo ésta uno de los elementos afectados en estos escolares.También es limitada la información que oriente al profesor cómo efectuar las adaptaciones en lo que a coordinación visomotora se refiere, considerando las particularidades de los escolares, específicamente el grado de agudeza visual y el sentido de la desviación.

Según criterio de diferentes autores las adaptaciones curriculares están dirigidas a:

-Proceso de ajuste realizado sobre alguno o todos los elementos del currículo ordinario (Contreras, 1998).

-Estrategia de planificación y actuación docente que incorpora modificaciones en los elementos del currículo para que el alumnado, con necesidades educativas, alcance los objetivos del currículo que le corresponden (Bell & López, 2002).

-Proceso de toma de decisiones para dar respuesta a las necesidades educativas de los alumnos mediante la realización de modificaciones (Maqueira, 2005).

- (…) adecuar el currículum ordinario existente a las demandas, necesidades y características de los alumnos y grupos comunitarios, partiendo del conocimiento de la zona de desarrollo actual (ZDA) (Pascual, 2007).

El análisis de los criterios anteriores, permite apreciar que estos se enfocan a la facilitación y accesibilidad del proceso educativo, considerando: los objetivos, contenidos, actividades de enseñanza-aprendizaje, evaluación y los elementos materiales u organizativos necesarios, donde es importante conocer la ZDA y la zona de desarrollo próximo (ZDP) de los escolares, así como la estructura de su defecto.

Autores como López (2000), Callado (2008) y Pascual (2009), consideran que las adaptaciones curriculares se agrupan en significativas y poco o no significativas. En el primer caso, asumen que suponen la eliminación de contenidos u objetivos nucleares del currículum ordinario, por tanto, se altera este para ciertos alumnos y ha de darse colegiadamente de acuerdo con una valoración psicopedagógica. En el segundo caso, todas aquellas estrategias de apoyo al aprendizaje que afectan a la metodología, tipología de los ejercicios o manera de realizar la evaluación. También supone pequeñas variaciones en los contenidos, pero sin implicar un desfase curricular de más de un ciclo (dos cursos).

El análisis de los criterios anteriores y el carácter transitorio que presenta la enseñanza para los escolares con estrabismo y ambliopía, dadas las posibilidades de rehabilitación visual que poseen, Bell (1997), permiten determinar las adaptaciones poco significativas como las indicadas para la atención a estos escolares, considerando, según criterio de Maqueira (2005): partir del currículo ordinario, pretendiendo alcanzar los objetivos de la enseñanza obligatoria; realizar las adaptación de acuerdo a las necesidades educativas de los alumnos; realizar las adaptaciones dentro de un conjunto, que oscila entre lo poco significativo a lo muy significativo; partir de planteamientos realistas, sabiendo exactamente de qué recursos disponemos y a dónde queremos llegar; implicación del tutor y del resto de los profesionales que trabajan con el alumnado.

Desarrollo

Con relación a los modelos de adaptación que se pueden utilizar a estos efectos, se encuentran: las aportaciones de Williamson (1988), el Modelo de la Ley Orgánica General del Sistema Educativo de España (1992), las adaptaciones de

De Potter (1988), citados por Toro & Zarco (1998) y los criterios de adaptación al juego propuestos por Blanco (1998) referidos a la organización del espacio, el material, la normativa, la táctica, el lenguaje y las habilidades.

Williamson (1988) esquematiza el modelo general de adaptación a la participación por medio de la representación de un triángulo, en cuyo centro sitúa el objetivo de la participación y en cada uno de los vértices los tres aspectos básicos que condicionan los objetivos, que son: el perfil personal del alumno, las implicaciones de la deficiencia y las necesidades específicas de la actividad. Considera que los programas físicos adaptados deben posibilitarle al alumno acomodarse a sus limitaciones y su compensación, facilitar la independencia y autonomía, además de ayudar a lograr las condiciones de equilibrio psicológico, así como a identificarse con su grupo social.

Estos elementos se contextualizan en la presente obra, al orientar el objetivo de la participación en la clase de Educación Física Adaptada en escolares con estrabismo y ambliopía, hacia el logro de la estimulación de la coordinación visomotora. En el perfil personal de estos escolares se evidencian dificultades en la percepción de la forma y el tamaño de los objetos, debido a la fijación de la mirada y del movimiento del ojo, provocando que se produzca con lentitud el proceso de la lectura, escritura y de la coordinación visomotora.

También pueden manifestar falta de confianza, iniciativa o presentar una conducta rebelde y difícil de controlar al no poder mantenerse al nivel de su clase; pueden sentirse rechazados por el factor estético que implica el estrabismo. En la compensación del defecto, no se trata de que los estrábicos y ambliopes superen su discapacidad visual por medio de los dedos, del tacto o del oído, sino de que se formen mecanismos psicológicos que permitan, a través de esta vía, compensar la falta de la visión.

Es determinante el adecuado diagnóstico realizado por el profesor de Educación Física, apoyado en la caracterización psicopedagógica y médica, que se le debe practicar regularmente al escolar para evaluar el progreso alcanzado a partir de los estímulos de influencia físico- educativa. En esta parte es importante evaluar el desarrollo de la coordinación visomotora conociendo la zona de desarrollo actual y

la zona de desarrollo próximo, a la que pueden llegar con el apoyo de los profesores. También es importante considerar la información que aporta la familia para un diagnóstico más integral.

La implicación de la deficiencia parte de la estructura del defecto, reflejado en el déficit visual dada una percepción incorrecta que limita la representación precisa de imágenes, lo que trae aparejado dificultades en la coordinación visomotora. Por tanto, como necesidades específicas de la actividad, se requiere de adaptaciones que permitan la participación sistemática de estos escolares en las clases, mediante una Educación Física inclusiva, que responda a sus particularidades.

De forma general, ser consecuente con este criterio de adaptación para estimular la coordinación visomotora, implica partir de las particularidades específicas de los estrábicos y ambliopes (agudeza visual y sentido de la desviación) para realizar las adaptaciones a la actividad que permitan la participación teniendo en cuenta la estimulación multisensorial.

Por su parte, el modelo de la Ley Orgánica General del Sistema Educativo de España (1992), rige las adaptaciones a los elementos de acceso al currículo (personales, materiales y su organización) y sus elementos básicos (objetivo, contenido, método y evaluación) del proceso de enseñanza-aprendizaje en la actividad física. A continuación, se expresa su interpretación en el proceso de estimulación de la coordinación visomotora en escolares con estrabismo y ambliopía.

- En los elementos personales: Es importante determinar el sistema de comunicación entre el profesor y los escolares, ya que estos últimos manifiestan una representación distinta del exterior; se deben aprovechar situaciones espontáneas que se dan dentro de la clase para lograr un mejor intercambio. Han de potenciarse las relaciones interpersonales, favoreciendo la esfera afectivo-volitiva. El profesor se puede apoyar en el juego como medio y método para lograr la cooperación y la ayuda mutua entre escolares.
- En los elementos materiales y su organización: Se requiere de la organización del espacio del área de Educación Física que permita su mayor y mejor aprovechamiento para que los escolares ejecuten los ejercicios con mayor

libertad. Organizar el tiempo adecuadamente para el correcto uso de los cuarenta y cinco minutos que dura la clase. Organizar los recursos materiales y didácticos, con ayuda de los escolares y utilizando colores llamativos. Los medios que ya fueron utilizados no deben permanecer en el terreno para evitar caídas o la pérdida de la concentración en las actividades propuestas.

- En los elementos básicos del currículo: Se refieren a la adecuación de objetivos y contenidos básicos en el área curricular de la Educación Física y, por tanto, en la metodología y evaluación.
- En la metodología: Seleccionar los ejercicios y juegos según la unidad a desarrollar y diversidad de los escolares; atender las diferencias individuales en el contexto del grupo. Estimular los intereses y motivaciones, estableciendo una relación entre los ejercicios y acciones propias del entorno, de la vida laboral, de la actividad de los animales, lo que favorece la concentración de la atención y el desarrollo cognoscitivo. Secuenciar los ejercicios y juegos en diferentes pasos, así como la progresión en cuanto a la complejidad de los mismos.
- En la enseñanza–aprendizaje: Realizar actividades con diferentes grados de dificultad y niveles de ejecución, diseño de juegos para el desarrollo de un mismo contenido.
- En los objetivos: Lograr que todos los escolares logren cumplirlo. Las actividades no deben ser demasiado sencillas para poder estimular las potencialidades de los escolares teniendo en cuenta el grado de agudeza visual y el sentido de la desviación en la estimulación de la coordinación visomotora.
- En la evaluación: Además de las pruebas de eficiencia física a inicio y final de curso para evaluar la condición física de los escolares, se recomienda medir la coordinación visomotora mediante la prueba adaptada por Peña (2010). La evaluación se efectuará al finalizar cada período para comprobar la efectividad de los ejercicios y juegos para la estimulación de la coordinación visomotora.

Las adaptaciones expuestas por De Potter (1988) se conciben de acuerdo a las fases de aprendizaje del movimiento. Este autor plantea que el movimiento, como todo aprendizaje, debe ser enseñado, en correspondencia con las características de los escolares con necesidades educativas especiales y propone, de acuerdo a

ello: las adaptaciones pedagógicas, las del medio de aprendizaje, la simplificación de las percepciones del gesto y de las actividades. Estos criterios se ponen de manifiesto en la presente investigación, como se expresa a continuación.

- En el apoyo verbal: Se requiere emplear las mismas palabras en las explicaciones sobre la tarea motriz y ejercicios para la coordinación visomotora que va a ejecutar el escolar, explicar con detalles y llamar la atención en las fases importantes de la acción. En el apoyo visual la utilización de diferentes estímulos senso-perceptuales, con medios de colores, tamaños y formas variadas, que estimulen la concentración de los escolares en la actividad, considerando su grado de agudeza visual y el sentido de su desviación. La posición que ocupa el profesor puede servir también como orientación al escolar. Por ejemplo, si se dice que estará situado en el centro del espacio o área, cuando el escolar escuche su voz, el profesor se convierte en un punto de referencia para él. Si se le informa en qué posición estará el profesor dentro del área, el escolar lo puede tener en cuenta y orientarse mejor.
- En los apoyos manuales: Situar al niño en la posición ideal para el movimiento y ayudarlo en su ejecución. Para la división del movimiento en secuencias se debe fragmentar la acción física a ejecutar para luego enseñarle la ejecución completa. En lo que refiere a la adecuación del tiempo entre explicación y ejecución, se debe alargar el tiempo que precisa el escolar para comprender la secuencia motriz de la acción a ejecutar. Utilizar el acompañamiento para el escolar de mayor dificultad visual, en este caso el que presenta estrabismo y ambliopía grave, debe ir acompañado del profesor o de un escolar con una mejor visión, así estos servirán como guías permitiendo que los más afectados puedan anticipar, por ejemplo, la presencia de obstáculos al percibir los movimientos de su acompañante.
- Adaptaciones del medio de aprendizaje: Se deben practicar adaptaciones fundamentalmente a los recursos materiales, organización, espacios y tiempo, durante la realización de los ejercicios y juegos para la coordinación visomotora. Se deben utilizar diferentes medios como globos, pelotas (grandes, medianas y pequeñas) y cuerdas. Utilizar materiales que permitan la creatividad y que motiven a los escolares hacia el cumplimiento de los objetivos propuestos en la clase.

Variar y multiplicar el material que facilite la percepción (diferentes tamaños de balones, colores vivos, aros y balones sonoros), reducir alturas o distancias, utilizar balones desinflados, ligeros, de trapo, globos. Modificar el espacio normalizado (terrenos deportivos convencionales), la ubicación y las características de los elementos (porterías, canastas).

- Para la simplificación de las percepciones se debe explicar y demostrar la acción física a ejecutar desde diferentes posiciones, variar la distancia y forma de la trayectoria del implemento, variar la velocidad del desplazamiento, se pueden vincular los ejercicios de caminar, correr; utilizar instrumentos de diferentes dimensiones, reducir la altura y distancia de los lanzamientos a una distancia entre (tres a cinco metros).
- Simplificación del gesto: Modificación de los desplazamientos en forma de marchas, caminando o rodando una pelota, en lugar de correr; utilización de instrumentos más ligeros (pomos plásticos, pelotas de trapo, globos). Utilizar posiciones de protección con las manos para anticipar obstáculos, evitar o minimizar las consecuencias de un choque y facilitar la orientación.

Independientemente de estas adaptaciones se considera necesario agregar, además: cuidar la estabilidad y el orden (avisar cuando se realicen cambios en el área).

Para la adaptación a los juegos tener en cuenta, según Blanco (1998):

- En el espacio: Hacer consciente al escolar de las circunstancias de su entorno y del propio juego, señalizar los espacios y crear puntos de orientación y dar la explicación oral de las circunstancias del juego. Se pueden contemplar desde el ámbito sonoro, dando a conocer los sonidos propios del espacio de juego; desde el ámbito táctil concientizando en las diferentes texturas del suelo y utilizando terrenos llanos y sin pendientes para facilitar los desplazamientos. Además, deben cuidarse en extremo los aspectos visuales del dominio espacial, dando a conocer los diferentes colores de materiales y su localización espacial, así como reduciendo o ampliando el espacio para incrementar su dominio y reducir riesgos.
- En el material: Familiarización previa con los materiales desconocidos antes de iniciar el juego, tener en cuenta el grado de agudeza visual y el sentido de la

desviación para adaptar el tamaño del material y su ubicación. Utilizar el color que mejor vea el escolar. Para los juegos donde intervenga la precisión, delimitar con un fuerte contraste el punto de precisión. Se pueden utilizar materiales blandos de tacto agradable, sonoros, con cascabeles adentro como por ejemplo el balón de Goalball.

- Normativa: Permitir las posiciones corporales de protección, también son útiles las llamadas de localización mediante los sonidos (palmadas), exigir en todo momento el cumplimiento de las normas del juego.
- La táctica: Asignación de tareas concretas durante el juego teniendo en cuenta el grado de agudeza visual y el sentido de la desviación.
- El lenguaje: Utilizar un lenguaje que defina y precise los movimientos corporales de manera que se requiera poco tiempo de explicación oral y aumente el control del resto del grupo. Utilizar un correcto tono de voz teniendo en cuenta que un tono suave puede calmar al escolar excesivamente activo o controlar el miedo, un tono animado, alegre y seguro puede servir para activar al escolar pasivo o con demasiados miedos y un volumen excesivamente alto puede inhibir la acción.
- Las habilidades: Modificar las habilidades a realizar para igualar las diferencias paulatinamente.

A consideración de la autora la utilización de los criterios anteriores en correspondencia con las particularidades de los escolares con estrabismo y ambliopía (agudeza visual y sentido de la desviación), constituyen dos aspectos esenciales para favorecer la estimulación de la coordinación visomotora en este grupo poblacional.

En este sentido la materialización de lo antes expuesto a partir del tipo de estrabismo y/o ambliopía se concreta como se muestra en la tabla siguiente (tabla 1).

Tabla 1. Adaptacionesrealizadas de acuerdo con el tipo de estrabismo y/o ambliopía.

Adecuaciones	**Escolar con estrabismo**	**Escolar con ambliopía**	**Escolar con estrabismo y ambliopía**
En los elementos personales.	Lograr cooperación y ayuda mutua.		
	Agruparlos contrarios al sentido de su desviación.	Agruparlos con agudeza similares.	Agruparlos con similares o conlos de mayor agudeza.
En los elementos materiales y su organización.	-Área libre de obstáculos. -Marcar puntos de referencia (ambiente sonoro y táctil que caracterizan el área) -Trabajar siempre en el mismo espacio.		
En la metodología (ejercicios en correspondencia con la unidad).	Atender el sentido de la desviación.	Atender el grado de agudeza visual.	Atender el sentido de la desviación y el grado de agudeza visual.
En la enseñanza–aprendizaje(diferentes niveles de ejecución).	Realizar las actividades por el sentido contrario de su desviación o en el eje central para el caso de los hiper e hipo.	Acercar o alejar los objetos, aumentar el tamaño de los materiales.	Combinación de los dos anteriores.
Apoyo verbal	Informar la posición que tendrá el profesor dentro del área (su voz sirve para orientarlos).		
	Orientación del lado por el que debe realizar la actividad (eje central para los hiper e hipo).	Precisar las características del objetos a utilizar.	Combinación de los dos anteriores.
Apoyos manuales	Situarlo en la posición ideal para el movimiento.		Acompañamiento por un escolar de mejor visión.
Adaptaciones del	Materiales que	Utilizar	Combinación de

medio de aprendizaje	faciliten la percepción.	materiales mínimo el doble de grandes de lo que pueden percibir.	los dos anteriores
Simplificación de las percepciones.	Explicar y demostrar la acción atendiendo al sentido de la desviación.	Acortar distancias.	Combinación de los dos anteriores.
Simplificación del gesto.	Utilizar posiciones de protección con las manos para anticipar obstáculos, evitar choques y facilitar la orientación.		
En el espacio.	Dar a conocer los sonidos propios del espacio de juego; desde el ámbito táctil concientizar en las diferentes texturas del suelo.		
En el material.	Ubicar los materiales contrarios al sentido de su desviación.	Utilizar materiales mínimo el doble de grandes de lo que pueden percibir.	Combinación de los dos anteriores.
Normativa.	Permitir las posiciones corporales de protección.		Simplificar las reglas en comparación con los dos anteriores.
La táctica.	Realizar las actividades contrarios al sentido de la desviación (eje central para el caso de los hiper e hipo)	Utilizar los objetos más grandes.	Combinación de los anteriores.
El lenguaje.	Lenguaje que defina y precise los movimientos corporales a realizar.		

Las habilidades.	Considerar el sentido de la desviación para igualar las diferencias paulatinamente.	Considerar el grado de agudeza visual para igualar las diferencias paulatinamente.	Combinación de los dos anteriores.

La concreción en la práctica de las adaptaciones anteriores para la estimulación de la coordinación visomotora en escolares con estrabismo y ambliopía en la clase de Educación Física Adaptada permite apreciar, en los resultados obtenidos que:

- Los profesores que imparten la Educación Física consideran oportuna la utilización de las adaptaciones .
- Las diferencias en los resultados no son significativas en cuanto al sexo y sí por los miembros involucrados, en este caso los inferiores presentan mayores dificultades, también por el tipo de estrabismo o ambliopía, de esta forma, las mayores dificultades se presentan en los estrábicos con desviación hacia abajo o hacia arriba (hipo e hiper) y en los que tienen estrabismo y ambliopía.
- Los atrapes comienzan a ser más efectivos dependiendo del tamaño de la pelota por eso se tiene en cuenta este elemento dentro de las adaptaciones a realizar. En el caso de los ambliopes se evidencia que se realizan con mayor efectividad las actividades donde el objeto o pelota se encuentren a una corta distancia, muestra de ello lo constituye obtener mejores resultados en los atrapes y recepción que en los lanzamientos y golpeos de precisión. También logran bordear los obstáculos parcialmente (dependiendo del tamaño).
- Se manifiestan cambios favorables en la realización efectiva de lanzamientos y golpeos de precisión, atrape y recepción de pelotas, además de bordear obstáculos satisfactoriamente. De igual modo se manifiestan mejorías en el proceso de la lectoescritura.

Conclusiones

El desarrollo de las clases de Educación Física Adaptada mediante el empleo de las aportaciones de Williamson (1988), el Modelo de la Ley Orgánica General del Sistema Educativo de España (1992), las adaptaciones de De Potter (1988), citados por Toro & Zarco (1998) y los criterios de adaptación al juego propuestos

por Blanco (1998),teniendo en cuenta el grado de agudeza visual y el sentido de la desviación permiten obtener resultados satisfactorios respecto a la estimulación de la coordinación visomotora en los escolares con estrabismo y ambliopía.

Bibliografía

Azañón, A. S. (2000). *Detección temprana de estrabismo y disminución de la agudeza visual en niños de 1-4 años de edad* (Tesis para médico y cirujano). Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala.

Bell, R. (1997). *Educación especial: razones, visión actual y desafíos.* La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Bell, R., & López, R. (2002). *Convocados por la diversidad.* La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Blanco, A. (1998). Criterios de adaptación en la discapacidad visual. En M. Ríos, A. Blanco, T. Bonany & N. Carol, *El juego y los alumnos con discapacidad.* (2a ed., pp. 42-44). Barcelona, España: Paidotribo.

Callado, J. A. (2008, junio). Apoyo y Educación Física: Yo integro, tu incluyes, nosotros... un reto difícil. *Innovación y experiencia educativas,* (7). Recuperado de http://csifrevisad@gmail.com

Contreras, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista.* Barcelona, España: Inde.

Corpas, F; Toro & J, A Zarco. (1994). La educación Física Adaptada. España.

Hernández, R. M. (2004). *Concepción pedagógica para el desarrollo psicomotor en niños de tres a cinco años con discapacidad visual (*Tesis doctoral). Instituto Central de Ciencias Pedagógicas, La Habana, Cuba.

López, R. (2000). *Educación de alumnos con necesidades educativas especiales. Fundamentos y actualidad* (Compilación). La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Maqueira, G. (2005). *Estudio del desarrollo psicomotor, del clima social familiar y las adpaptaciones curriculares en la Educación Física de los menores que presentan estrabismo y ambliopía antes y después de su inclusión en la*

*escuela primaria (*Tesis doctoral*).*Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", La Habana, Cuba.

Mas, M. M. (2006). *Alternativa de trabajo para la estimulación de la coordinación dinámica manual (*Tesis de maestría*).* Centro de referencia Latinoamericana para la Educación Especial (CELAEE), La Habana, Cuba.

Pascual, S. A. (2007). *Actividad Física Adaptada en las necesidades educativas especiales.* La Habana: Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo".

Pascual, S. A. (2009). *Actividad Física Adaptada. Educación Especial.* La Habana,Cuba: Deportes.

Peña, Y. (2010). *Estrategia didáctica para el tratamiento de la coordinación visomotora en escolares con estrabismo y ambliopía. (Tesis de maestría). Facultad de Cultura Física "Manuel Fajardo",* Camagüey, Cuba

Rivas, B. (2010). *Propuesta metodológica para diagnosticar el desarrollo psicomotor en los escolares de 6 a 8 años.* Parroquia Milla, municipio libertador del estado de Mérida *(*Tesis doctoral*).* Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", La Habana, Cuba.

Toro, S. & Zarco, J. A. (1998). *Educación Física para niños y niñas con necesidades educativas especiales.* Málaga: Algibe.

Título: La Educación Física en los alumnos con limitaciones físico-motoras.

Autor: Lic. Héctor Sosa Domínguez. sosa9@nauta.cu. Instructor CUM Los Palacios

Institución: Sectorial Municipal de Deportes. Los Palacios. Pinar del Río.

País: Cuba

Resumen

La Educación Física ha de jugar un papel protagónico en la atención educativa integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico motora. Su perfil pedagógico especializado permite, combinar lo psicopedagógico y lo clínico rehabilitatorio en la respuesta educativa ajustada a las necesidades y potencialidades de cada alumno, con la participación del profesor de Educación Física, la familia, agentes comunitarios, al maestro ambulante y demás especialistas que intervienen en el proceso educativo.

Con el propósito de potencial el protagonismo de la Educación Física en el proceso de instrucción, educación y desarrollo de estos alumnos se propone un modelo de Educación Física que se proyecta con un enfoque preventivo, correctivo-compensatorio, rehabilitador y desarrollador, que incide en el desarrollo en las esferas, motriz, cognitiva, afectiva y social, y en igual medida en la preservación y promoción de la salud.

La valoración realizada por los expertos y los resultados de su implementación en la práctica educativa le confiere al modelo elaborado el crédito suficiente para continuar su aplicación en la atención educativa integral por vía ambulatoria en las condiciones concretas del territorio pinareño y la posibilidad de extender su aplicación en otros contextos, con previas adecuaciones a las peculiaridades de estos.

Introducción

La Educación Física en la atención educativa integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico motoras ha sido poco sistematizada desde lo teórico-metodológico, lo que condujo a que, desde el origen oficial de esta modalidad se apreciara la tendencia a la subestimación de la importancia de esta en el sistema de influencias educativas.

En la actualidad se reconoce la influencia decisiva de la Educación Física como parte esencial del proceso de atención educativa integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico-motoras en la adquisición y mantenimiento de una mayor disponibilidad física, en el desarrollo de los procesos psíquicos cognitivos, cualidades positivas de la personalidad, la capacidad comunicación y una mejor operatividad en el entorno, que propicia su inclusión social, a través de una acertada conducción pedagógica con un carácter interdisciplinario e intersectorial.

Para que la Educación Física asuma su rol protagónico en función de la atención educativa por vía ambulatoria, concebida como una respuesta en el orden psicopedagógico y clínico-rehabilitador desde el contexto familiar, con carácter interdisciplinario e intersectorial, debe ser reformulada y realizar los ajustes necesarios a los procederes ordinarios que caracterizan a esta como área curricular.

Con el propósito de satisfacer las exigencias planteadas a la Educación Física, en función de elevar la calidad del sistema de influencias educativas en la modalidad de atención ambulatoria, se propone un modelo de Educación Física que se proyecta con un enfoque preventivo, correctivo-compensatorio, rehabilitador y desarrollador, desde una perspectiva interdisciplinaria e intersectorial, ajustado a las necesidades y potencialidades de los alumnos con limitaciones físico-motoras de la provincia Pinar del Río.

En el marco de este modelo, se aúnan las aportaciones de distintas disciplinas profesionales, las cuales no se plantean como intervenciones compartimentadas, sino que se articulan en un proceso dinámico, flexible y personalizado, donde el proceso pedagógico de la Educación Física está orientado a promover el desarrollo motriz, cognitivo, afectivo y social, y a la vez enfatiza en el desarrollo de otros aprendizajes escolares y actitudes para el desempeño en las actividades de

la vida diaria, con el objetivo de lograr una mayor independencia física e integración social de los alumnos.

Desarrollo

Material y métodos

En la investigación se emplearon métodos de los niveles teórico, empírico, y estadístico matemático. Entre los métodos de nivel teórico se emplearon: Análisis y síntesis, Inducción y deducción, Modelación y Sistémico – estructural.

En los de nivel empírico: El análisis documental, observación, la entrevista, Pre-experimento y Método de consulta a expertos.

Para el procesamientode la información recopilada fueron utilizados procedimientos de la estadística descriptiva e inferencial contenidos en el paquete estadístico SPSS 10.00, que permitió la tabulación de los datos obtenidos y su presentación en tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas con sus representaciones gráficas.

Como método de la estadística inferencial seempleó la prueba no paramétrica de los signos.

Para la realización de la investigación se seleccionaron cuatro grupos de muestra de modo intencional, tomando en consideración los perfiles de interés, según los propósitos de la investigación.

El primer grupo estuvo conformado por 11 profesores de Educación Física, el 100% son licenciados en Cultura Física o título equivalente; de ellos 1 (9,1%) tiene la categoría académica de Máster en Cultura Física y 2 en Ciencias de la Educación (Mención en Educación Especial) que representa el 18,2%. El 81,8 % tienen una experiencia en la atención educativa ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico-motoras que oscila entre 5 y 15 años.

Segundo grupo de muestra: integrado por 13 sujetos; de ellos 8 son maestros ambulantes y 5 son especialistas (3 son logopedas y 2 psicopedagogos). El 100% son Licenciados en Educación Especial y el 69,2 % tienen la categoría académica de Máster en Educación con mención Educación Especial. El 46,1 % cuentan con una experiencia entre 11 y 25 años de trabajo en la especialidad.

La composición del tercer grupo de muestra abarcó a 13 alumnos con limitaciones físico-motoras. Las edades oscilan entre 7 y 15 años y el 77,0 % tienen limitaciones físico-motoras tipificadas como moderadas. La patología de base más representada en este grupo es la parálisis cerebral infantil con él 46,1 %, seguida de espina bífida (23,1 %) y distrofias musculares (15,4%).

El cuarto grupo de muestra está formado por13 padres de alumnos con limitaciones físico motoras que reciben atención educativa por vía ambulatoria. El 69,2 % de los padres tienen nivel de instrucción media o superior. Es característico de este grupo que el 53,8 % de las familias son incompletas y el 30,8 % están catalogadas como disfuncionales.

Resultados

El modelo de Educación Física para la atención educativa por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico motoras de la provincia Pinar del Río se ajusta a la tipología de los modelos pedagógicos, tomando como referentes las definiciones dadas por Salcedo, R.A.(2008) y Valle,A(2009).

Desde esa concepción el modelo que se propone constituye una construcción teórica formal que fundamenta científica e ideológicamente el papel protagónico de la asignatura Educación Física en la atención educativa integral por vía ambulatoria, que se proyecta con un enfoque preventivo, correctivo, compensatorio, rehabilitador y desarrollador, desde una perspectiva interdisciplinaria e intersectorial, en función del desarrollo motriz, cognitivo, afectivo y social de los alumnos con limitaciones físico motoras.

El modelo que se propone vislumbra la estrecha interacción entre los agentes y agencias educativas implicados en el proceso, que compromete la participación de diversas disciplinas, asignándole a la Educación Física un rol protagónico en función del desarrollo de las potencialidades físicas, cognitivas, afectivas, expresivas y de socialización de los alumnos.

La estructura del modelo contempla los siguientes aspectos:

- Fundamentación (filosófica, sociológica, psicológica, didáctica, pedagógica y biológica).
- Principios.

- Componentes del modelo.
- Relaciones esenciales del modelo.
- Estrategia para su implementación en la práctica educativa.

Componentes del modelo.

La categoría principal del modelo es la Educación Física en la atención educativa integral por vía ambulatoria la cual supone la integración entre cuatro componentes estructurales fundamentales y sus relaciones, que expresan los rasgos más significativos de la realidad que se modela.

Los componentes del modelo guardan relación con las áreas curriculares y con los principales agentes implicados:

1- Psicopedagógico

2- Interdisciplinariedad - intersectorialidad

3- Familias.

A continuación se ofrece la presentación gráfica del modelo que refleja su estructura interna y las relaciones entre sus componentes básicos.

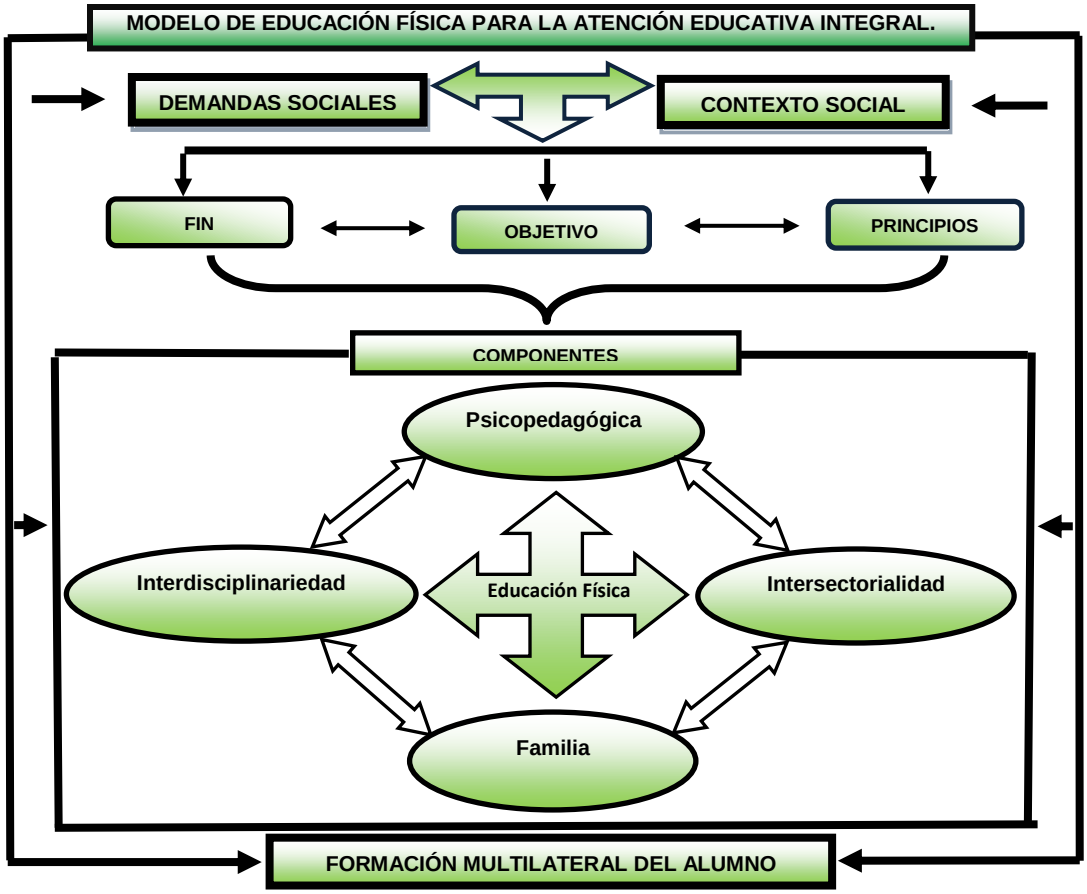


Gráfico #1: Modelo pedagógico de Educación Física para la atención educativa integral a los alumnos con limitaciones físico – motoras por vía ambulatoria.

1- Psicopedagógico

La Educación Física como categoría principal en el modelo fundamenta su estructura sobre la base de tres elementos vitales que generan las acciones motrices de los alumnos con limitaciones físico-motoras.

El primer elemento se relaciona con la propia corporalidad, con la necesidad del ser humano de conservar sus potencialidades biológicas y psíquicas con el propósito de dar significado y relevancia a sus acciones motrices, que se manifiestan a través del funcionamiento adecuado de sus sistemas orgánicos: nervioso, cardiovascular, respiratorio, muscular y óseo-articular.

Un segundo elemento lo constituye la necesidad de dar respuesta a las exigencias de movimiento que precisa el alumno para realizar tareas del quehacer diario, las actividades escolares, de autocuidado, entre otras, en correspondencia con sus necesidades y potencialidades, para lo cual se presta especial atención a la adquisición y desarrollo de las habilidades motrices, capacidades físicas, el dominio y control del ser en movimiento, la manipulación, colocación, lanzamiento y recepción de objetos en direcciones, niveles y planos diferentes; entre otros aprendizajes escolares.

Por último un tercer elemento que representa, la necesidad social y cultural del alumno de comunicarse, socializarse utilizando como medio fundamental sus movimientos.

La Educación Física en este contexto responde a los intereses del tratamiento rehabilitador con énfasis en el proceso educativo, su objetivo fundamental va dirigido hacia la profilaxis y la corrección o compensación de las afectaciones primarias propias de las patologías clínicas y sus implicaciones en las diferentes esferas de actuación de los alumnos con limitaciones físico-motoras.

El profesor de Educación Física es el encargado de proyectar el proceso pedagógico de la Educación Física y participar con el maestro ambulante, los

especialistas y la familia en el diseño de un sistema de acciones armónicamente estructuradas en función de la atención educativa integral de los alumnos con limitaciones físico-motoras, que se proyecta con un enfoque preventivo, correctivo, compensatorio y desarrollador. El cumplimiento de esta demanda supone:

- Participar en el diagnóstico psicopedagógico y en la elaboración de las estrategias de intervención educativa ajustadas a las necesidades y potencialidades de los alumnos.
- Realizar adecuaciones curriculares y de acceso al currículo que se correspondan con las necesidades y potencialidades de los alumnos, proyectando las actividades de la Educación Física en correspondencia a los intereses del enfoque preventivo, correctivo, compensatorio, rehabilitador y desarrollador.
- Determinar los recursos y apoyos adecuados a las particularidades de los alumnos y los derivados del contexto donde se desarrolla el proceso educativo.
- Proporcionar elementos básicos de la Educación Física para detectar y resolver problemas motrices como uno de los medios para la conservación de la salud.
- Establecer las debidas relaciones interdisciplinarias entre los agentes implicados, y delimitación previa de las funciones que le competen a cada uno.
- Realizar coordinaciones de trabajo con las áreas terapéuticas, salas de rehabilitación, médico de la familia, la familia y la comunidad para la inclusión de los alumnos a las actividades físicas, deportivas, recreativas y en la naturaleza como parte importante del proceso docente educativo.
- Coordinar con el maestro y otros especialistas, acciones para potenciar el papel de la Educación Física en la prevención, corrección y compensación de los trastornos o déficits motrices en vinculación armónica y sistemática con la terapia ocupacional escolar, la rehabilitación física y la actividad física adaptada.
- Promover la participación en juegos y deportes, tanto modernos como tradicionales, como medios de convivencia recreativa que fortalecen la autoestima y el respeto a normas compartidas.
- Evaluar sistemáticamente la evolución del desempeño motriz, cognitivo, afectivo y social de los alumnos en conjunto con el maestro, la familia y los especialistas

implicados, que permitan adecuar la intervención educativa a las necesidades de estos en cada momento.

- Participar con el maestro y los especialistas en la preparación de la familia para ejercer un rol protagónico en la educación de los alumnos y en la conversión del hogar en el primer espacio de inclusión.

El maestro ambulante como principal mediador del proceso educativo que se lleva a cabo con estos alumnos es el encargado de promover y organizar la participación de los alumnos y sus familias en las actividades físicas, deportivas, recreativas y en la naturaleza, en colaboración con el profesor de Educación Física y demás especialistas, por lo que debe incluir estas actividades en la estrategia educativa y deben estar en correspondencia con las necesidades y potencialidades del alumno y la familia.

- Debe mantener las necesarias relaciones interdisciplinarias con los profesores de Educación Física y demás especialistas para la proyección de acciones educativas dirigidas a la rehabilitación física y psicológica de los alumnos; por lo que ha de garantizarla asistencia de estos a las actividades, ayudar a los alumnos en la realización de las actividades que correspondan a las diferentes esferas de actuación (motriz, cognitiva, afectiva y social).

- Favorecer las interacciones de carácter lúdico y mantener un clima de libertad y respeto.

- Estimular relaciones respetuosas y de colaboración con el profesor de Educación Física, los especialistas, los alumnos y la familia.

- Participar en las actividades metodológicas y de superación referidas a la influencia de la Educación Física en el proceso rehabilitatorio y educativo de los alumnos con limitaciones físico-motoras.

2- Interdisciplinariedad.

Entre las funciones fundamentales de los especialistas están las de participar con el profesor de Educación Física y el maestro ambulante en las acciones de concientización, apoyo y preparación de la familia en función de Incorporarlas conjuntamente a los alumnos con limitaciones físico-motoras a las actividades físicas, para la práctica deportiva, laboral y recreativas en los diferentes contextos.

Además proporcionan sus experiencias en la exploración de las necesidades y potencialidades de los alumnos para diseñar la estrategia de intervención educativa del proceso pedagógico de la Educación Física con énfasis en la integración armónica de los elementos de la terapia ocupacional, la rehabilitación física y las actividades físicas adaptadas en relación con esta dado su perfil pedagógico especializado.

3-intersectorialidad

En el modelo se asume la intersectorialidad como la participación de los especialistas del área clínico - rehabilitativa (médico de la familia, fisiatra y otros), del área de Educación Física, Actividades Físicas Comunitarias, deportes y recreación.

Cada uno, desde sus diferentes especializaciones e intereses, aportan al proceso pedagógico de la Educación Física, garantizando la coherencia de las acciones que se desarrollan en función de las necesidades y potencialidades del alumno como sujeto de la actividad educativa que se realiza.

4- Familias.

La preparación adecuada a la familia debe estar sustancialmente direccionada a la importancia e influencia que ejerce el ejercicio físico mediante de su práctica sistemática en la adquisición y formación de las habilidades motrices básicas, utilitarias y sustitutivas, en el fortalecimiento, desarrollo y mantenimiento de las capacidades físicas condicionales y coordinativas, en el desarrollo de las cualidades de la personalidad, con el objetivo de lograr una mayor independencia física y autovalidismo en los alumnos, por lo que se le ha de brindar en este proceso de intervención educativa todo el apoyo emocional necesario y seguridad para resolver el problema y sobreponerse al impacto que conlleva la realización de las actividades físicas por parte de sus hijos.

Entre sus funciones fundamentales se destacan:

- Participar con el profesor de Educación Física, maestro ambulante y especialistas en la toma de decisiones en relación con la educación de sus hijos.
- Facilitar toda la información necesaria sobre sus hijos, gustos, preferencias, necesidades, potencialidades, etc.

- Propiciar que el entorno familiar funcione de forma efectiva como primer contexto de inclusión del alumno.
- Participar con el alumno en las actividades de la Educación Física en diferentes contextos.
- Apoyar al alumno en la realización de las tareas de aprendizaje y la continuidad de las actividades lúdicas orientadas por el profesor de Educación Física, maestro ambulante y demás especialistas.
- Eliminar las barreras arquitectónicas presentes en el hogar que dificultan su independencia física y la realización de las actividades físicas.
- Recibir preparación psicopedagógica por parte del profesor de Educación Física que los capacite para dar continuidad al proceso enseñanza-aprendizaje de la Educación Física.
- Estimular el protagonismo y los logros motores, cognitivos, afectivos y sociales alcanzados por sus hijos.

Planeación estratégica del proceso pedagógico de la Educación Física en la atención educativa integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico-motoras.

La planeación estratégica del proceso pedagógico de la Educación Física en la atención educativa integral por vía ambulatoria transita por tres etapas fundamentales:

1- Condición Física y Educación Psicomotriz.

2- Preparación para la práctica deportiva y la vida laboral.

3- Recreación y Naturaleza.

Resulta imprescindible señalar que esta distribución de actividades por etapas no puede verse como un esquema rígido, ya que el universo de las limitaciones físico-motoras es un asunto complejo, por lo que suelen existir diferencias sustanciales en cuanto a niveles de afectación se refiere.

Cada etapa tiene sus objetivos y contenidos específicos que responden a los objetivos generales de la Educación Física en correspondencia con la gran tarea de la formación multilateral y armónica de la personalidad de los educandos.

En sentido general es importante acotar que cada etapa tiene sus elementos característicos y su estructura ha sido elaborada teniendo en cuenta las peculiaridades de los alumnos con limitaciones físico-motoras, sus necesidades y potencialidades, la familia y el entorno en que se desarrolla el proceso.

La duración de las mismas está en correspondencia con los resultados del proceso enseñanza-aprendizaje, en relación con los logros motores, cognitivos, afectivos y sociales que van alcanzando los alumnos, lo que posibilita el tránsito de una etapa a otra. En el proceso de intervención educativa desde la Educación Física se puede realizar actividades propias de otras etapas por el efecto sistémico que tienen entre ellas, lo que conlleva a proponer nuevos sistemas de aprendizajes diferenciados en esta población escolar especial.

Estrategia para su implementación en la práctica educativa.

Su implementación supone el cumplimiento de un grupo de exigencias en el sentido de lograr los cambios deseados; ellas son:

- Concientización y compromiso de los profesores de Educación Física, maestros ambulantes, especialistas y familias implicadas en el proceso de atención educativa integral por vía ambulatoria.
- Caracterización de los participantes.
- Colaboración entre los participantes.
- El protagonismo de los profesores de Educación Física.
- Aseguramiento material.

A continuación se presenta el esquema de la Estrategia para la implementación del Modelo de Educación Física para la atención educativa integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico-motoras**.**

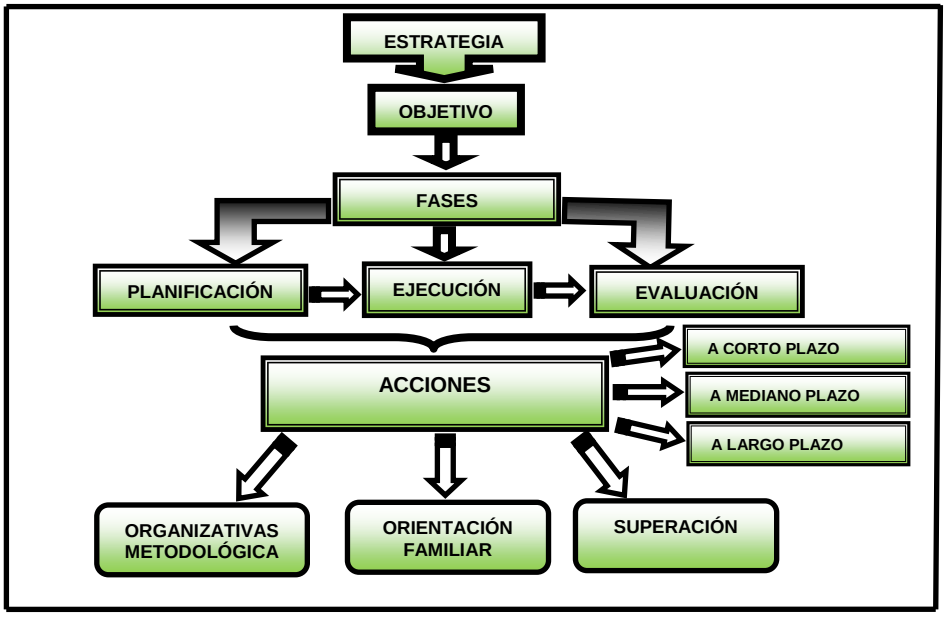


Gráfico #2: Estrategia para la implementación del modelo.

Objetivo: Establecer las condiciones necesarias para la implementación del modelo de Educación Física para la atención educativa integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico-motoras.La estrategia para la implementación del modelo se estructuró en tres fases que comprende:

PRIMERA FASE	SEGUNDA FASE	TERCERA FASE
Planeación estratégica de la instrumentación del modelo.	Ejecución	Evaluación del impacto en la práctica educativa
Diseño del cronograma para la implementación de la estrategia	Ejecución del cronograma para la implementación de la estrategia y selección de los especialistas involucrados en la misma.	Evaluación de las acciones para garantizar la aplicación del modelo.

Resumen de las fases de la estrategia para la implementación del modelo.

Fase I: Planificación:

Esta fase está relacionada con las acciones que son necesarias para asegurar la instrumentación del modelo de Educación Física para la atención educativa

integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico-motoras. Las acciones se concibieron para ser cumplimentadas a corto, mediano y largo plazo.

Fase II: Ejecución.

En esta fase se aplica el modelo con el objetivo de contribuir desde la asignatura Educación Física a la atención educativa integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico- motoras de la provincia Pinar del Río. En el proceso de ejecución del modelo se han de tomar en cuenta los requisitos declarados en la parte introductoria de la estrategia de implementación.

Fase III: Evaluación.

La valoración y evaluación del modelo de Educación Física se realiza de forma sistemática durante el proceso de puesta en práctica de las diferentes acciones concebidas en la estrategia para su instrumentación en la práctica educativa.

Conclusiones parciales.

El modelo diseñado y la estrategia para su implementación están dirigidos a transformar el estado actual de la participación protagónica de la Educación Física en la atención educativa integral por vía ambulatoria de los alumnos con limitaciones físico-motoras.

La valoración realizada por los expertos y los resultados de su implementación en la práctica educativa le confiere al modelo de Educación Física elaborado el crédito suficiente para continuar su aplicación en la atención educativa integral a los alumnos con limitaciones físico-motoras por vía ambulatoria en las condiciones concretas del contexto pinareño.

Conclusiones

- El modelo construido desde una perspectiva interdisciplinaria e intersectorial, con un enfoque preventivo, correctivo, compensatorio, rehabilitador y desarrollador, contribuye al desarrollo de la independencia física mediante la educación y reeducación de las conductas motrices, desarrollo de las capacidades físicas condicionales y coordinativas, desarrollo de las habilidades motrices básicas, utilitarias, sustitutivas, deportivas y la interacción directa con el entorno y la naturaleza, donde se estimulan los procesos psíquicos cognoscitivos , propicia un clima afectivo favorable que regula la personalidad desde la perspectiva de la

identidad individual que incluye los sentimientos, autoestima, motivación, autovaloración, convicciones entre otras; y al proceso de socialización de los alumnos, fomentando las relaciones interpersonales y normas de conducta favorables.

- Como objeto directo se destaca la articulación e integración de las esferas motriz, cognitiva, afectiva y social, en torno al principio de unidad que da sentido al resultado de la intervención educativa desde la Educación Física. Todo se concreta en la persona actuante y reflexiva; es decir, la práctica de acciones motrices vivenciadas, pensadas, reflexionadas y con una intencionalidad definida, en función de la formación integral de la personalidad del alumno.

Bibliografía

1. Arias, Beatón, G. (2012).Educación Especial versus inclusión. Tesis en opción al segundo doctorado. ICCP. Ciudad de la Habana, Cuba.
2. Arnaiz, Sánchez, P. (1999).La práctica psicomotriz como estrategia metodológica ante la diversidad. Universidad de Murcia.
3. Bert, Valdespino, J.M.(2010). Modelo pedagógico de orientación familiar para padres con limitaciones físico- motoras. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Ciudad de la Habana. Cuba.
4. Borges Rodríguez, S. y Bert Valdespino, J. (2012). “Teoría y práctica de la educación de los escolares con limitaciones físico - motoras”. CELAEE. Ciudad de la Habana,
5. Caro Sánchez, L. (1996). “Las Necesidades Educativas Especiales de un Niño con Deficiencia Motórica”. Ediciones Algibe, España.
6. Carvajal Rodríguez, C. (2011).Promoción y educación para la salud en la edad preescolar. En: Atención educativa temprana y preescolar. Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo III. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, Cuba.
7. Castro Alegret, P. L. (2006).Aspectos Psicológicos de las personas con discapacidades físico – motoras. En Psicología especial, t.III.: Editora. Félix Varela. La Habana.

8. Da Fonseca, V. (2000).La prevención en la Psicomotricidad. VII Congreso Brasileño de Psicomotricidad. Fortaleza Creara. Brasil.
9. Gallardo Jáuregui, M. V. (2002).Discapacidad Motórica, Aspectos Evolutivos y Psicoeducativos. Ediciones Algibe, España.
10. Garel, J.P. (2007).Educación Física y discapacidades motrices. Barcelona: Inde.
11. Le Boulch. (1995). Pensando la Educación Motora. Campina, Papirus.
12. López, Rodríguez. ,A. (2006).El proceso de enseñanza-aprendizaje en Educación Física. Editorial Científico Técnica, La Habana, Cuba.
13. Navarro Quintero, S. (2011). La atención educativa a los escolares con limitaciones físico-motoras. En: Escolares con necesidades educativas especiales. Texto para la carrera de Licenciatura en Psicopedagogía. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
14. Ortega Rodríguez, L. [et al]. (2011). Prevención educativa: un concepto a debate en el ámbito escolar, familiar y comunitario. Curso 44 Pedagogía 2011. La Habana.
15. Pascual, Fis, A. (2007). Nosotros también jugamos. La Habana. Juegos adaptados para niños con alteraciones motrices.
16. Pascual, Fis, A. (2009). Actividad Física Adaptada. La Habana. Cuba.
17. Puentes de Armas, T.(2005). Educación de los alumnos con limitaciones físico-motoras. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
18. Puentes de Armas, T. (2013). Modelo para la atención educativa integral por vía ambulatoria a los alumnos con limitaciones físico motoras.Tesis en opción al grado científico de Doctor En Ciencias Pedagógicas.ICCP.La Habana.
19. Ríos, M. (2003). Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad.Barcelona: Paidotribo.
20. Ríos, M. (2005).La Educación Física como componente socializador en la inclusión del alumnado con discapacidad motriz. Estudio de casos en la etapa de educación primaria. Tesis Doctoral. Barcelona: Universidad de Barcelona.
21. Ríos, M.(2009). La inclusión en el área de Educación Física en España. Análisis de las barreras para la participación y aprendizaje. Universidad de Barcelona.Ágora para la EFy el Deporte, n. º 9, 83-114).

22. Ruiz A. (2010). Teoría y Metodología de la Educación Física y el Deporte Escolar. La Habana. Cuba.
23. Tierra, O y Castillo, A. (2009).Educación Física en alumnos con necesidades educativas especiales. Universidad de Huelva. Editorial Deportiva. WanceulenE.F. Digital.
24. Toro Bueno, S. y Zarco, J. A.(2006).Educación Física para niños con necesidades educativas especiales. Ediciones Aljibe. Málaga. España. Segunda edición.
25. Valle Lima, A.(2008). Metamodelos de la investigación pedagógica. En proceso de edición. Cuba.
26. Vigotsky, L.S. (1995). Obras Completas. Tomo V. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.
27. Zurita, C. R.(2009). La atención educativa en la primera infancia de los niños con limitaciones físico-motoras. Tesis en opción al título de Doctor en Ciencias Pedagógicas.Ciudad de la Habana.

Título: La Educación Física y su contribución a la masificación deportiva en Venezuela

Autora: Elsy del Carmen Moreno Carrilllo, elsymorcar@gmail.com

País: Venezuela

Resumen:

El propósito de la investigación fue analizar la contribución de la Educación Física a la masificación deportiva en Venezuela a través de las pruebas físicas que se aplican a los adolescentes cursantes del primer año en los Liceos Bolivarianos de la parroquia Ramón Ignacio Méndez del municipio Barinas estado Barinas. Estuvo enmarcada en el enfoque cuantitativo bajo una investigación de campo tipo descriptiva, con diseño de campo. La población fue de cuatrocientos tres estudiantes del primer año, representados por una muestra recomendada por la fórmula de Kendal de ciento noventa y siete sujetos electos de forma aleatoria simple. Como técnica de recolección de información se usó la encuesta y el instrumento un cuestionario, el cual fue validado y obtenida su confiabilidad con el estadístico Alpha de Crombach. Entre las conclusiones alcanzadas se puede mencionar que la Educación Física como área de formación obligatoria en los diferentes niveles educativos y modalidades de educación, está contribuyendo a masificar paulatinamente en la población escolar y social la práctica de deportes, aportando a una sociedad más sana física y mentalmente; todo a través del uso adecuado a los resultados que arrojan las pruebas físicas; sin embargo, se debe continuar con la formación docente para que den mayor uso a los datos que se obtienen.

Titulo: La interdisciplinariedad en la formación del profesor de Física desde la disciplina Educación Física en la UCPEJV

Autores: M.Sc. Luis Rivero Elozua. Profesor Auxiliar, elozua@inder.cu, luisre@ucpejv.edu.cu

Dr. C: Francisco Luis Pedroso Camejo. Profesor Titular

M.Sc. Gudelia Tápanes Pérez. Profesora Auxiliar

Institución: Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona

País: Cuba

RESUMEN

La interdisciplinariedad como proceso y como resultado aplicado a la esfera educacional es ampliamente tratado por la literatura científica en general, sin embargo, son escasas las proposiciones existentes en relación con su instrumentación exitosa en procesos concretos formativos escolarizados. Frente a esta problemática existente y en ocasión de las adecuaciones en los planes de estudio de las carreras universitarias de formación de profesores de Física, resulta pertinente que los programas y los profesores dispongan de una clara orientación sobre la forma de tratamiento interdisciplinar de los contenidos, lo cual compromete a todas las disciplinas entre las cuales está la Educación Física con toda su carga de potencialidades instructivas, educativas y desarrolladoras. El resultado esperado se refiere a una alternativa didáctica interdisciplinaria para el tratamiento de los contenidos de Educación Física en el 1er y 2do año de la carrera de Física en la formación de Profesores en la facultad de Ciencias de la UCPEJV.

INTRODUCCIÒN:

El término interdisciplinariedad surge por primera vez en 1937 enunciado por el sociólogo Louis Wirth. Luego el desarrollo científico-técnico hizo que fueran surgiendo paulatinamente numerosas ramas científicas.

Acerca del enfoque interdisciplinario de trabajo, existe un amplio consenso en la literatura científica, destacándose los estudios y aportes de G.Michaud, H.Heckhausen, J.Piaget y E.Jantsch, cuyas nomenclaturas y concepciones son aceptadas internacionalmente desde 1970 en la Conferencia de Nice (Francia) y que, aunque no coinciden en las denominaciones, sí son correspondientes entre sí.

Coinciden en que la interdisciplinariedad es una propiedad de la realidad y que la aprehensión del conocimiento de los objetos que ocurre bajo esta condición permite un reflejo más objetivo de la realidad.

El término exige el conocimiento del objeto de estudio de forma integral para elaborar nuevos enfoques metodológicos mejores para la solución de los problemas.

Es en fin, una filosofía y marco metodológico que podría caracterizar la práctica científica consistente en la búsqueda sistemática de integración de las teorías, métodos, instrumentos, y, en general, fórmulas de acción científica de diferentes disciplinas, a partir de una concepción multidimensional de los fenómenos, y del reconocimiento del carácter relativo de los enfoques científicos por separado.

Sus representantes más notables son Géza Róheim y Georges Devereux. Este último determina principios teóricos y metodológicos llamados complementarismo.

Implica la búsqueda sistemática de integración de teorías, métodos, instrumentos, y, en general, fórmulas de acción científica de diferentes disciplinas, a partir de una concepción multidimensional de los fenómenos, y del reconocimiento del carácter relativo de los enfoques científicos por separado.

Todas las clasificaciones de las ciencias son temporales muestra de lo cual a partir del siglo XIX y con el crecimiento producido por el conocimiento científico surgen numerosas ciencias con yuxtaposiciones de parcelas establecidas por ciencias anteriores tales como la *Termodinámica*, *Electroquímica, Fisicoquímica, Bioquímica,* Biogeoquímica, Sociolingüística, Biotecnología, Bioética... etc. y los campos en los que se ejercen se multiplican exponencialmente, unidos ya a la tecnología que se incorpora como un medio importante, si no fundamental, en el propio método científico y en el campo de la investigación concreta.

En definitiva las ciencias se constituyen tanto por fragmentación, de una parte, como por interdisciplinariedad, de otra.

Según Hempel la sistematización científica inherente a la interdisciplinariedad, requiere del conocimiento de las múltiples conexiones mediante leyes o principios teóricos, entre diferentes aspectos del mundo empírico. Por esto los conceptos de la ciencia son nodos en red de interrelaciones sistemáticas en la que las leyes y principios constituyen los enlaces.

El término interdisciplinario se aplica en el campo pedagógico al tipo de trabajo científico que requiere metodológicamente de la colaboración de diversas y diferentes disciplinas y, en general, la colaboración de especialistas procedentes de diversas áreas tradicionales, todo lo cual aplica desde el diseño de procesos curriculares hasta el propio desarrollo del mismo.

Lo anterior, no se logra de forma espontánea sino mediante la previsión de los contenidos interdisciplinares, métodos, medios y otros pero además mediante una clara orientación de las formas didácticas en que se logrará la actuación de los docentes y más aún desde la determinación de los nodos de articulación interdisciplinaria.

Este tipo de tratamiento está muy presente en todo proceso de formación escolarizada entre los cuales se hallan los procesos de formación universitaria de maestros, que en estos momentos se halla en pleno proceso de diseño de sus planes de estudio.

La carrera de Física está actualmente en franco resurgimiento y rediseño por tanto resulta pertinente que desde su propio inicio esté acompañada por una determinación sobre la forma de articular los contenidos a tratar desde todas las disciplinas del plan y una de estas disciplinas es la Educación Física, cuyas potencialidades son muy singulares y por tanto así de singular puede ser su contribución a la calidad de la formación de este profesional.

El tema está originado por una situación problemática referida a la falta de orientación concreta para al tratamiento interdisciplinar de los contenidos a asimilar por los estudiantes en la formación universitaria de profesores de Física.

Esta carencia afecta la calidad y solidez de los aprendizajes de los estudiantes lo cual atenta contra las expectativas social de formación de los profesionales.

Los antecedentes nacionales más relevantes y cercanos en relación con este tema se hallan en los resultados de Perera, Fiallo, Guémez, Valcárcel y otros pero en ninguno de los casos se percibe un estudio relacionado con el diseño curricular y las orientaciones en un área de ciencias como lo es la Física y menos aún con la disciplina Educación Física, por lo que se considera pertinente la determinación de un problema científico tal como:

¿Cómo contribuir a la interdisciplinariedad en el proceso de formación del profesor de Física desde la disciplina Educación Física?

El objeto de estudio asumido será la interdisciplinariedad en la formación de profesores

El objetivo de la investigación es proponer una alternativa didáctica para contribuir a la interdisciplinariedad en la formación del profesor de Física desde la disciplina Educación Física.

El tema contribuye a la calidad de los resultados del proyecto al cual se anexa en tanto aportará una estrategia para la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física con un enfoque interdisciplinario que permita elevar la formación integral del futuro profesor de Física para enfrentar problemas de interés sociocultural, profesionales y personales en la sociedad que le toque vivir. La actualidad del tema se sustenta en que a partir del curso escolar 2016–2017 se pondrán en marcha nuevos planes de estudio para las diferentes carreras formadoras de profesores. Estos planes de formación en cuatro años, desde el modelo del profesional, refuerzan la intención de una visión interdisciplinaria curricular que se manifieste y materialice en un modo de actuación del futuro profesional de la docencia.

La carrera de Física está contemplada en este proceso pero resulta necesario que el enfoque de trabajo interdisciplinar se exprese en propuestas concretas en función de la integralidad y de la solidez en la formación de los estudiantes.

El resultado de la investigación, **desde el punto de vista científico**, constituirá una alternativa bien fundamentada y orientadora a los profesores acerca de las

contribuciones que se pueden propiciar desde la disciplina Educación Física a la formación integral de los futuros profesores de Física. Esto contribuye a sustentar científicamente el trabajo docente metodológico a nivel de carrera y año.

El tema contribuye a la calidad de los resultados del proyecto al precisar los fundamentos teóricos-metodológicos para estructurar una estrategia didáctica que garantice el aprendizaje interdisciplinario de los contenidos de la Educación Física para contribuir a la formación holística del profesor de Física. Desde esta concepción interdisciplinaria de la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física se revelan las interacciones entre nexos y nodos entre diferentes esferas de la cultura asociadas a la Física y la Educación Física. Los principios y leyes de la Física describen y fundamentan muchos de los sistemas, interacciones y cambios vinculados a diferentes manifestaciones deportivas, su sistema de entrenamiento técnico-táctico y tecnologías aplicadas en equipos de medición, implementos deportivos y procesamiento de la información. La actualidad del tema se sustenta en que a partir del curso escolar 2016 – 2017 se pondrán en marcha nuevos planes de estudio para las diferentes carreras formadoras de profesores. La carrera de Física está contemplada en este proceso pero resulta necesario que el enfoque de trabajo interdisciplinar se exprese en propuestas concretas en función de la integralidad y de la solidez en la formación de los estudiantes.

La novedad del tema radica en que aunque el objeto de investigación posee una amplia literatura científica en general, es necesario para la ciencia disponer de proposiciones concretas que propicien la interdisciplinariedad en el tratamiento de los contenidos de carreras específicas sobre todo de nuevo diseño, lo cual debe evitar la previsión y planeación de las influencias formativas integrales y cumplir el postulado de colocar al estudiante en el centro del proceso pedagógico. Resulta pertinente el tema en estos momentos puyes se apoya en la necesidad de ofrecer propuestas propias de trabajo interdisciplinar y además articular esta investigación con otras investigaciones sobre validación del nuevo plan de estudio de la carrera de Física

A la luz del perfeccionamiento continuo en la formación profesional pedagógica, comenzará un nuevo plan de estudio en el curso escolar 2016-2017 para la

formación de profesores de Física en cuatro años. Debemos resaltar que en este nuevo plan de estudio se enfatiza en la concreción del enfoque interdisciplinario de las disciplinas para el desarrollo de habilidades profesionales desde el tratamiento de ejes transversales desplegados a través de eficientes y eficaces estrategias curriculares interdisciplinarias. En este marco, la formación y desarrollo de la cultura física como parte de la cultura científico-tecnológica y humanista que requiere el futuro profesor de Física, emerge como un promisorio tema de investigación de significativa resonancia en la actualidad por sus implicaciones sociales y pedagógicas.

El contexto en que se propone esta investigación demanda con intensidad la introducción y constatación sistemática de proyectos investigativos en la práctica educativa. No obstante, las evidentes insuficiencias actuales en la formación interdisciplinaria de los docentes exigen un mayor nivel de profundización y concreción en la unidad teoría-práctica desde la innovación educativa. Desde esta perspectiva, las precisiones teóricas y metodológicas que se alcancen como resultado de esta investigación y el sistema de actividades docentes diseñado para concretar el enfoque interdisciplinario en la Educación Física, deberán conformar una vía fértil de orientación y desarrollo integral profesional del futuro profesor de Física.

DESARROLLO

Las bases sobre las que se rige esta preparación interdisciplinaria desde la clase de Educación Física, confirman lo antes expuesto, en tanto refieren cómo se produce el proceso objetivo del surgimiento de la interdisciplinariedad pedagógica a causa de la cooperación entre los docentes de las diferentes disciplinas, lo cual se expresa en la estructuración de la cooperación como integración teórica y metodológica, para orientar de forma sistemática la transformación del desempeño del docente en esta universidad Pedagógica.

Definir la interdisciplinariedad en este contexto educativo significa concebirla, como un resultado de la cooperación entre los miembros de un colectivo de docentes, considerando que modifica las condiciones del proceso de trabajo de

los profesores que lo integran y estimula nuevas formas de comunicación y permite la utilización de formas colectivas de los medios e instrumentos de trabajo.

En fin, considerar que la interdisciplinariedad supone el intercambio y la cooperación como vía esencialmente humana para alcanzarla. En este sentido expresa el destacado investigador cubano Fiallo Rodríguez: “En el contexto del proceso docente –educativo, el concepto de interdisciplinariedad abarca también aquellos vínculos que se pueden crear entre los modos de actuación, formas de pensar, cualidades, valores, puntos de vista que pueden potenciarse desde los objetos y nuevas cualidades que surgen de las interrelaciones entre las disciplinas Fiallo (2001).

La posición de interdisciplinariedad que se asume, incluye además los criterios de Fernández Pérez (1994), cuando refiere que la formación ínter objeto como contenido esencial de la interdisciplinariedad pedagógica, en calidad del objeto común a las disciplinas, conformado, producto de la interconexión entre los objetos de cada una de ellas, partiendo de los elementos del conocimiento de la asignatura de Educación Física en este caso específico.

Por ello se define como ínter objeto de la interdisciplinariedad, lo común esencial entre los contenidos de la enseñanza superior en estrecha relación con las habilidades, valores y actitudes a formar en los docentes, de modo tal que puedan contribuir a la solución de problemas en sus clases y sus alumnos se sientan motivados y así mejorar su aprendizaje.

Por otra parte, se define como cooperación interdisciplinaria el proceso intencionado sistemático, dirigido a lograr la coordinación y combinación de las potencialidades individuales de los miembros del colectivo docente con vista a solucionar los problemas que se presentan en la escuela, imposibles de resolver a partir de la formación disciplinaria de sus miembros, Güemes, M (2005)

Desde esta perspectiva, la implementación real y efectiva de la integración interdisciplinariedad-cooperación supone su carácter sistémico sobre la base de los presupuestos de la dirección educacional, lo que impide calificar de interdisciplinaria cualquier otro intento que se realice de relaciones entre las disciplinas en la enseñanza, teniendo en cuenta que este resulta ser unos de los

aspectos que ha afectado la implementación práctica real de este proceso.

Concebida de esa manera como hemos expuesto con anterioridad la cooperación interdisciplinaria se comprende como: Un sistema de acciones que se llevan a cabo por los docentes con una formación disciplinaria para lograr la preparación interdisciplinaria y como un sistema de relaciones entre docentes con una preparación disciplinaria y las relaciones entre docentes y los elementos comunes de las disciplinas del currículo del tipo de enseñanza.

Por supuesto, el efecto de la cooperación se advierte en la preparación interdisciplinaria del docente, en la calidad de proceso de transformación individual, como resultado del perfeccionamiento de las relaciones entre los docentes, mediante el trabajo metodológico, donde se incluyen talleres de superación, talleres metodológicos, referidos al tema de la interdisciplinariedad, la cooperación y el modo de desempeño del docente. La cooperación interdisciplinaria se organiza como un sistema, se inicia por los fundamentos teóricos metodológicos de la preparación interdisciplinaria, base imprescindible para establecer la cooperación interdisciplinaria, expresada en dimensiones,etapas y acciones como forma y procedimientos metodológicos.

Esta necesaria integración teórica y metodológica de cooperación se revela en su estructura, cuya comprensión facilita el proceso de su implementación, en tal sentido, este proceso de cooperación permite la determinación de sus relaciones esenciales y de las variables que se consideren, en este caso, el docente y la calidad de los indicadores en los que se manifiestan las dimensiones, para determinar el índice de calidad de las clases de educación física impartidas por los docentes de la especialidad. Cada una de estas dimensiones se expresa en indicadores , donde la primera dimensión es la relación adecuada del docente consigo mismo, cuando se traza metas para establecer coordinaciones y combinaciones, cuando toma en cuenta los criterios de los demás, cuando disfruta de los logros y resuelve dudas, en resumen, cuando tiene conciencia de la necesidad de la ayuda.

Otra dimensión de suma importancia es la relación con los elementos comunes esenciales de las disciplinas, cuando se realiza esfuerzos para alcanzar la

preparación interdisciplinaria, cuando domina la esencia de los contenidos y métodos de las disciplina y participa en propuestas metodológicas interdisciplinarias.

La siguiente dimensión es la relación positiva con todos los docentes del colectivo, cuando el docente muestra autenticidad, originalidad, aceptación y respeto al establecer coordinaciones, además de mantener el control emocional en situaciones difíciles y critica sin subestimar su disciplina o subestimar al resto.

Por último, una dimensión que va expresar la dirección colectiva y auto-dirección, cuando se identifica con las tareas de su colectivo y los hace suyos, se siente comprometido con la tarea a desarrollar, lo que permite elevar el índice de calidad de las clases y así contribuir al mejoramiento de la calidad de los saberes de los estudiantes de la enseñanza, y al final, muestra confianza en su transformación.

Asimismo, es necesario revelar el carácter gradual de este proceso de la interdisciplinariedad y la cooperación interdisciplinaria en la UCP, para conducir necesariamente a la utilización de las dimensiones anteriormente descritas para determinar el valor de la variante docente en la cooperación interdisciplinaria, que como ya expresamos, capta el carácter gradual de dicha cooperación y su correspondiente reflejo en la preparación del docente, es decir, los diferentes grados de integración de la coordinación y combinación de las cualidades individuales del docente en el proceso de cooperación y su reflejo en la preparación de ,directivos, docentes de las diferentes especialidades del plan de estudio y Educación Física desde sus clases. Dentro de las acciones a establecer está el taller que se concibe como núcleo de la organización metodológica de la cooperación interdisciplinaria que se puede realizar de dos formas:

Talleres metodológicos para la preparación interdisciplinaria, con la participación de todos, estos talleres se deben efectuar de forma concentrada después de la realización del diagnóstico, se efectuarán en varias sesiones, que en este caso, se analizarán los resultados de los instrumentos aplicados a los docentes para determinar el nivel de preparación interdisciplinaria de cada uno de ellos.

Talleres de superación para la preparación interdisciplinaria, las acciones de estos talleres deben concebirse como una capacitación escalonada o diversificada que

tiene en cuenta las carencias y necesidades detectadas por medio del diagnóstico. En ellos se proponen cursos de postgrados, entrenamientos conjuntos, diplomados, así como tutoría, consultoría, sobre el tema en cuestión. Esta concepción de superación parte del principio de que al cursarlo debe tributar a la esfera del perfeccionamiento de la preparación interdisciplinaria del docente.

Ambas formas pueden ser desarrolladas en reuniones metodológicas por disciplinas, Entrenamientos Metodológicos Conjunto, Postgrados y Diplomados, entre otros.

Al estructurar estos talleres como actividad fundamental para establecer la preparación y cooperación interdisciplinaria es imprescindible una estructura metodológica conformada por ideas rectoras expresadas en objetivos, conceptos y actividades. Todos los procedimientos metodológicos para la realización del taller deben estar encaminados al desarrollo de la interdisciplinariedad y la cooperación de la misma desde la clase de Educación Física impartidas por los profesores de la especialidad .Estos procedimientos fueron determinados y analizados sobre la base de las dificultades detectadas en la guía de observación de la clase de Educación Física donde la interdisciplinariedad es insuficiente y en la observación realizada a un gran número de las clases de Educación Física a especialistas se determinó que existen muy pocos conocimientos del trabajo interdisciplinario y la cooperación.

CONCLUSIONES:

- El presente trabajo proyecta cómo debe desarrollarse la preparación y cooperación interdisciplinaria de los docentes desde la clase de Educación Física entre los profesores de la especialidad y los profesores del resto de las asignaturas del currículo en la carrera de Física. Su aplicación puede contribuir a elevar el papel de las relaciones entre los Profesores y el colectivo pedagógico en la transformación de la preparación de lo disciplinario a lo interdisciplinario así como la elevación del índice de calidad de la clase de Educación Física y el desempeño profesional en la enseñanza, con ello mejorar la calidad de los saberes de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de Física en la

UCPEJV.

- La propuesta de talleres que va facilitar el proceso de transformación de los docentes de lo disciplinario a lo interdisciplinario, se expresa en un sistema de acciones que coloca en su centro al docente y su participación consciente en su proceso de transformación, incidiendo notablemente en la elevación de los conocimientos de los estudiantes de primero y segundo años de la carrera de Matemática-Física de la UCPEJV.

BIBLIOGRAFÍA

1. Chacón, Nancy "Dimensión ética de la educación cubana", Pueblo y Educación, La Habana 2002.

2. Fiallo, Rodríguez "Informe de la oponencia a la tesis doctoral "Modelo de cooperación interdisciplinaria para perfeccionar el desempeño del docente en la formación inicial del profesor general integral de secundaria básica. Tesis doctoral ISPEJV diciembre de 2005.

3. Fernández, Pérez. Las tareas de la profesión de enseñar .España-México, Editores. a., 1994.

4. Güemes, Marta "La ética de la cooperación interdisciplinaria". En Dimensión ética de la educación cubana Editorial Pueblo y educación, 2002.

5. ---------- "Modelo de cooperación interdisciplinaria para perfeccionar el desempeño del docente en la formación inicial del profesor general integral de secundaria básica.

Título: La lúdica en la enseñanza del atletismo en edades de tempranas

The ludic in the teaching of athletics in the early ages

Autores: Dr. C. Rolando Castro Marcelo, rcastro@ult.edu.cu Profesor Titular

Dr. C. Edecio Pérez Guerra, edeciopg@ult.edu.cu. Profesor auxiliar

Dra. María Caridad Figueredo Pérez, mcaridad@ltu.sld.cu. Profesora auxiliar

Institución: Universidad de Las Tunas

País: Cuba.

RESUMEN.

Se logra un aprendizaje totalizador en la práctica del atletismo como conducto de preparación para la vida. A partir de un diagnóstico a los entrenadores, reveló el hiper conductismo en la dirección del proceso, planteándose como problema: insuficiencias durante la práctica del atletismo en relación con las expectativas de la actividad física, lo que incidía en la pertinencia formativa; se formuló como objetivo la elaboración de una estrategia didáctica sustentada por un modelo de la dinámica lúdica praxiológica para la apropiación de una cultura en el atletismo. Entre los métodos implementado: histórico lógico, holístico dialéctico y la observación. Se valoró la pertinencia y factibilidad científica de los resultados investigativos a través de consultas a especialistas y talleres de socialización.

Palabras clave: Proceso de enseñanza-aprendizaje, modelo lúdico praxiológico y edades tempranas.

SUMMARY

They get a tote learning in the athletic practice like way of preparation for life from a teacher's diagnostic, revealed the lyper behaviorism in the direction process presenting like problem: inadequacies during the athletics practice in relation with the physical activities expectations, to impinge in the formative pertinence, was formulate like objective the preparation of a didactic strategy sustain by a model of the dynamic for the appropriation of an athletics culture. The methods

implemented. We historical logical holistic dialectical and the observation a socialization.
KeyWords: Teaching-learning process, model ludic praxiológico and early ages.

Introdución

Es una prioridad en la sociedad cubana la práctica de la actividad física por parte del pueblo, de ahí que los programas deportivos están sometidos a constantes transformaciones, como una de las vías que posibilitan el logro de una práctica de acuerdo con las potencialidades de cada integrante.

En la búsqueda de respuestas teóricas a la reflexión anterior, se constató que en los materiales docentes aparecen requerimientos básicos dirigidos al desarrollo con carácter integrador de las capacidades físicas y mentales de los escolares, en la cual (Marcelo, Quiñones Reyna, & Jeffers Duarte, 2013) consideran “que un enfoque biológico y conductista condicionado por modelos propios de adultos, convierten a los atletas escolares en receptores potenciales de indicaciones a las cuales deben responder, sin tener la posibilidad de procesar individual y de forma reflexiva el por qué y el para qué realizan determinadas actividades físicas, así como, qué hacer para mejorar los resultados obtenidos”.

El reduccionismo en el deporte atletismo, consiste en la hiperbolización del factor biológico en la dinámica de su práctica, hecho que se manifiesta en incongruencias psicológicas, pedagógicas y fisiológicas, por cuanto se desatienden, desde el punto de vista físico y psicológico, las posibilidades reales y expectativas de los escolares, elementos de juicio que evidencian la ineficacia de la relación que debe existir entre lo que se planifica, se ejecuta y se obtiene como resultado, en la dinámica de la actividad programada para la adquisición del patrón técnico del atletismo.

La hiperbolización en los estudios biológicos, reafirma la carencia de fundamentos psicopedagógicos imprescindibles a la hora de programar y desarrollar cualquier actividad para los atletas escolares; máxime si se trata de la premisa propedéutica de los practicantes del atletismo, cuestión que reafirma la existencia de

insuficiencias en el modelo actual para la práctica del atletismo en las edades tempranas.

Otro factor implicado en la problemática tratada y que exige un minucioso estudio, radica en cómo lograr un enfoque pedagógico de la actividad física programada en la práctica del atletismo en las edades tempranas, sin que estas pierdan el nivel de exigencia que requiere la concreción de las habilidades y capacidades físicas inherentes a los elementos técnicos, que estructuran sus modalidades, cuya atención está centrada justamente en la producción de tiempos y de marcas.

El análisis realizado condujo a la búsqueda de algunas respuestas en la didáctica general y especifica del atletismo, acción que propició el conocimiento de importantes referentes relacionados con la didáctica desarrolladora, representadas por (Guerra, 2015) la cual define “que los alumnos deben ser protagonista de su propio proceso”.

Es importante desarrollar acciones didácticas que propician determinados ambientes de aprendizajes, que les dan protagonismos a los escolares en su propio proceso formativo, a partir de conocer sus potencialidades derivadas de un diagnóstico cada vez más integral y holístico.

Por otra parte, los resultados del diagnóstico durante la práctica del atletismo en las edades tempranas de siete a nueve años en las sesiones de entrenamiento, permitió corroborar insuficiencias en**:** la modelación y concreción práctica del aprendizaje del atletismo con enfoque lúdico, manifestaciones de fatiga física y psicológica durante las clases y el nivel de socialización de los atletas escolares-entrenadores en la dinámica de las clases de atletismo.

A partir de estas limitaciones permitió revelar el siguiente problema científico: Insuficiencias durante la práctica del atletismo en relación con las expectativas de la actividad física, lo que incidía en la pertinencia formativa de los atletas escolares.

Para darle cumplimiento al problema trazado se formuló como objetivo: la elaboración de una estrategia didáctica sustentada por un modelo de la dinámica lúdica praxiológica para la apropiación de una cultura en el atletismo.

El propósito del atletismo, como contenido en las edades tempranas de siete a nueve años, en las sesiones de entrenamiento en las edades tempranas, consiste en una expansión de todas las posibilidades motoras para conseguir en los atletas escolares un amplio repertorio motriz, donde aprenden formas motrices específicas con mayor facilidad, rapidez y mejor estructuradas.

El objetivo no es un incremento cuantitativo de rendimiento en las clases que, a pesar de ser factibles, está encaminado a adaptar los procesos evolutivos de maduración y periodizar las necesidades formativas; para lo cual, es necesario darle un enfoque totalizador al proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo, la cual (Marcelo, 2014) la define:"Como la acción integradora de influencias educativas interactivas, identificadas con la diversidad de corrientes pedagógicas de aprendizaje, que minimiza el carácter personalizado de la enseñanza del atletismo en el contexto del entrenamiento para principiante, y potencia el protagonismo de los atletas escolares en un ambiente socializador".

La implementación de un modelo de la dinámica lúdica praxiológica para el proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo en edades tempranas, según (Gonzalez, Matos Hernández, & Montoya Rivera, 2009) " es una representación teórica". En la cual debe predominar según el investigador la teoría holística configuracional, la cual (González,2009) considera que se debe ver el movimiento "como una totalidad".

La expresión epistemológica de la problemática investigada, es así que el modelo presentado comprende dos dimensiones las cuales reflejan en sus dinámicas internas las transformaciones del proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo en las edades de siete a nueve años a partir de sus relaciones con determinadas configuraciones. Las dimensiones de referencia son: identificación de la lúdica en el atletismo y la práctica sistematizadora del atletismo**.**

Las dimensiones que especifican este modelo se enuncian a partir de la representación fundamental de las relaciones y contradicciones que surgen dentro de cada una de ellas a partir de sus propias configuraciones. La identificación de la lúdica del atletismo como dimensión es síntesis de la relación entre las configuraciones: apropiación de una cultura en la práctica del atletismo,

representación de la lúdica en el atletismo, comprensión praxiológica de acciones motoras en el atletismo y la sistematización lúdica integradora de la actividad motriz.

La apropiación de una cultura en la práctica del atletismo como configuración, es la síntesis de necesidad y libertad para enfrentarse al aprendizaje del atletismo en la actividad práctica, cognoscitiva, valorativa y comunicativa, como resultado común compuesto por todo el conjunto de acciones y aspiraciones que se forman desde los motivos particulares, casuales y espontáneos, que se manifiesten en el interés personal para implicarse en el aprendizaje del atletismo, que se estimula incluso, cuando solo observa a otros jugar.

En la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo, se enfatiza en los intereses y tareas que responden al gusto de los atletas escolares, por este juicio ninguna actividad física con atletas escolares, es posible analizarla fuera del contexto lúdico. Se revela como contradicción dialéctica, manifestada entre la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo y la representación de la lúdica, se expresa en la asimilación y compatibilidad de las exigencias físicas y psicológicas del proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo, por eso es preciso reconocer los principales rasgos que caracterizan cada una de las modalidades de las áreas, carreras, saltos y lanzamientos, contenidos que se encuentran en los programas, para contextualizarlos mediante la lúdica, adaptándolos a las edades tempranas, porque cambiar las características técnicas de las modalidades afectaría la identidad del atletismo.

En la representación de la lúdica en el atletismo, el proceso de formación técnica y el desarrollo de las capacidades físicas tienen expresión integrada, por cuanto el lugar que ocupan las actividades lúdicas como forma y organización del proceso de enseñanza-aprendizaje, obedecen al cumplimiento del principio incremento gradual y progresivo de las cargas, y como referencia, la posibilidad potencial de cada atleta escolar, de modo que en el mismo tiempo y espacio que se ejecutan las actividades lúdicas, se logra la preparación física, se aprovecha y regula respectivamente la multipotencia que generan, en correspondencia con las capacidades físicas establecidas para el período latente en que se encuentran las

edades tempranas de siete a nueve años, presentes en la muestra de la investigación.

El componente lúdico representa diversión, entretenimiento y complicidad mutua a la que los atletas escolares se inclinan para satisfacer sus emociones instintivas a través de la psicomotricidad, en la representación del patrón técnico del atletismo, creando su estructura y funciones fundamentales, no resultan excluyentes, sino que se complementan. La representación de la lúdica en el atletismo y la comprensión praxiológica de acciones motoras en unidad dialéctica, es discernir los patrones técnicos de las modalidades de las áreas de carreras, saltos y lanzamientos por medio del juego intencionado, donde los atletas escolares disfruten como una herramienta educativa, de los ejercicios relativos a la motricidad.

Se revela como contradicción, la existente entre los movimientos técnicos del atletismo que están formados por elementos, que guardan entre sí determinadas relaciones técnicas, y que se definen precisamente según estas mismas relaciones técnicas, como expresión del pensamiento sobre la acción técnica tomada como lenguaje, constituyendo la dicotomía desarrollada de un modo sistemático.

La comprensión praxiológica de acciones motoras en el atletismo es el comportamiento motriz en la dinámica del juego en función del atletismo, es el desplazamiento en espacio y en tiempo, gestos aparentes, contacto y relaciones con otros, lo cual propicia que se expresen en los atletas escolares rasgos subjetivos de la persona en acción, lo que conduce su percepción, sus motivaciones, sus tomas de información y de decisión ante una actividad física a realizar.

La comprensión praxiológica de acciones motoras en el atletismo evoluciona cuando el escolar tiene la intuición de desplazarse con movimientos que exigen un patrón técnico, que guarde relación con las modalidades de las diferentes áreas, en forma de acciones motoras organizadas mediante movimientos interrelacionados, que permiten la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo, constituyendo una relación dialéctica entre ambas configuraciones.

Se manifiesta la contradicción existente entre la comprensión praxiológica de acciones motoras en el atletismo y la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo, la que radica cuando el movimiento ilustrado para que los atletas escolares perciban la acción motora en función del patrón técnico del atletismo, no esté establecido a partir de los niveles de desarrollo actual y potencial de los atletas escolares con la finalidad de que logre la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo.

Por otra parte, las contradicciones que surgen en la relación del par dialéctico del proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo y su forma organizativa, explícito en las configuraciones iniciales; relacionadas con la estructura, entendida ésta como sistema de relaciones que permanece invariable y que garantiza su propia regulación, dinámica y propiedades del atletismo, se traducen en síntesis de la configuración: sistematización lúdica integradora de la actividad motriz: donde se combinan las diferentes áreas del atletismo que están presenten en los programas de los grados, expresadas a través del juego surgido de manera natural, favorece el proceso de fortalecimiento de los escolares, indispensable para el desarrollo psicomotor, intelectual, afectivo y físico.

La sistematización lúdica integradora de la actividad motriz, se concibe como el algoritmo del fortalecimiento integral, la intervención educativa socializada que dinamiza la realización del diagnóstico inicial y procesos integrales a los atletas escolares acerca de la aceptación, particularidades del proceso de enseñanza-aprendizaje de las áreas del atletismo, desde fundamentos sociológicos, psicológicos, pedagógicos y fisiológicos que sustentan la dinámica de la actividad física actual vista como el movimiento corporal, condicionado por necesidades motrices, a través de la lúdica en el atletismo, el cual deviene reacciones biológicas y sociales de adaptación, así como premisa cultural y condición indispensable de una mejor preparación totalizadora.

En las relaciones entre la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo, representación de la lúdica en el atletismo, compresión praxiológica motriz de acciones motoras en el atletismo, y la sistematización lúdica integradora de la actividad motriz, se expresa un proceso de sistematización formativa, con una

manifiesta intencionalidad en los atletas escolares los cuales transitan entre la representación, la aprehensión, y la apropiación de forma dialéctica de los contenidos del atletismo. Producto de estas relaciones subyace la identificación de la lúdica del atletismo durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La dimensión identificación de la lúdica del atletismo es la cualidad que expresa el movimiento que se produce en este proceso, cuando se desarrolla con representaciones, procedimientos y transformaciones, lo que favorece que los atletas escolares se acerquen con una visión totalizadora al atletismo, lo cual permite desarrollar las capacidades de percepción, interpretación, discernimiento, comprensión y explicación de lo representado e iniciarse en el proceso de autotransformación cognitiva continua, valorativa y comunicativa entre los atletas escolares y entre estos con los entrenadores.

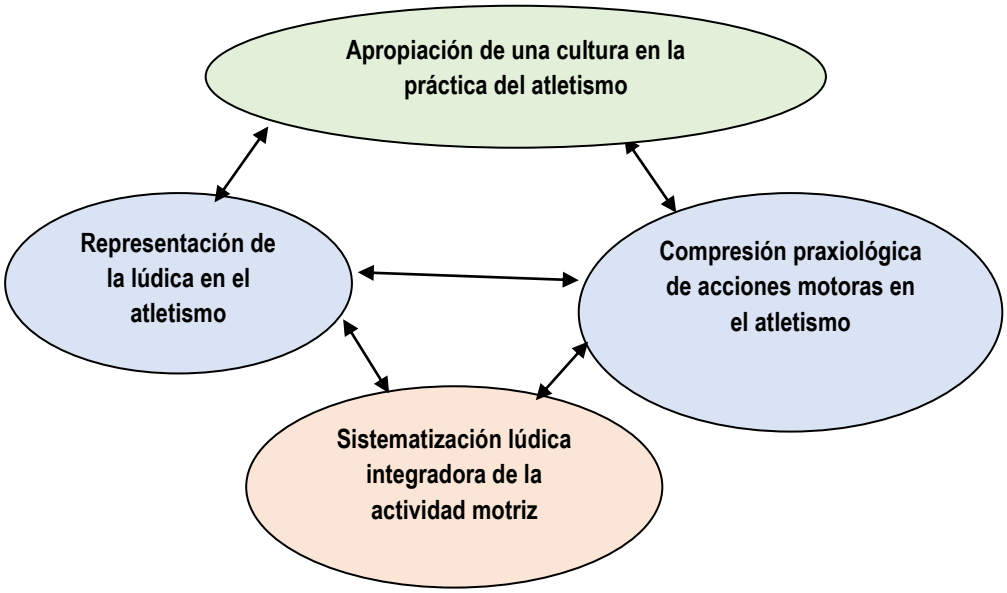


Figura: 1. Dimensión: Identificación de la lúdica del atletismo

La sistematización lúdica integradora de la actividad motriz en el proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo, como la configuración dinamizadora en la modelación del atletismo, constituye la expresión del conducto que permite dinamizar su enseñanza con una lógica heurística.

Tal fundamento no resulta posible si no se tiene en cuenta un sistema de relaciones e interacciones sociales entre los sujetos implicados, es decir, atleta

escolar- atleta escolar y estos con los entrenadores en un ambiente formativo participativo, socializado, flexible y por un profundo sentido democrático donde se respeten, y a la vez se ponen en función del aprendizaje los gustos, intereses y preferencias de actividad física, así como la consideración de las posibilidades físicas reales de los atletas escolares, criterio que impone la necesidad de condicionar un movimiento del proceso orientado hacia la configuración: orientación práctica de juego motor, es la acción dinámica interna de jugar por parte del atleta escolar, teniendo como contenido el atletismo, inducido por el entrenador, a través de la conversación heurística y la elaboración conjunta, lo que influye en la evolución favorable de los conocimientos, las habilidades y el comportamiento afectivo volitivo.

El atleta escolar al entregase intensamente a las actividades del juego motor en función del atletismo, propicia que se favorezca la autoestima, promueve la unidad de lo afectivo y lo cognitivo, con la intención de lograr la meta trazada.

La relación dialéctica que conduce las configuraciones, sistematización lúdica integradora de la actividad motriz con la orientación práctica de juego motor, permite que por la vía de los juegos se organice un proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo totalizador, a partir de los niveles de desarrollo actual y potencial de los atletas escolares, la cual conduce el tránsito continuo hacia niveles superiores de desarrollo, con la finalidad de formar una personalidad integral, estimulando los procesos del pensamiento lógico, entre ellos: el análisis, la síntesis, la imaginación y la memoria de los escolares.

La contradicción de ambas configuraciones reveladas en la realización del juego como contenido del atletismo, deberá considerar en primer término, la solución a la contradicción esencial, que se manifiesta entre la exigencia de la actividad cognoscitiva técnica del atletismo como contenido del juego y el propósito real de la propia actividad.

Hay que asumir el factor biológico como argumento que sustente la pertinencia de la dosificación de la multipotencia que generan los juegos, en función de la acción motriz que responda al patrón técnico seleccionado, acción que reduce la presencia de la fatiga durante y después del desarrollo de las clases; sin dudas,

estos aspectos merecen atenderse con la magnitud requerida, porque favorecen la perfección y la calidad de la aceptación del atletismo como objeto de aprendizaje en edades de siete a nueve años.

En tal sentido, hay que tener presente que en todo proceso de enseñanza-aprendizaje, donde estén implicados atletas escolares, se requiere de una dinámica interactiva de observación y acompañamiento constante durante el desarrollo de las sesiones de entrenamiento, acción que no debe reducirse solo a presuponer la disposición de los atletas escolares, sino que significa una atención más transcendente dirigida a estimular un estado de predisposición, compartiendo vivencias que se dan en la práctica, así como el intercambio de experiencias, que permite el seguimiento de los atletas escolares en el proceso de búsqueda de soluciones a distintos problemas o insatisfacciones que puedan presentarse, tanto en la ejecución de tareas técnicas como las respuestas del organismo biológico que provocan, criterio que promueve la participación activa y consciente de los atletas escolares en la corrección y dinámica de su propio proceso formativo.

Por otro lado, se integra la configuración: orientación práctica de juego motor, con relación dialéctica respecto a la configuración aprehensión de las modalidades del atletismo, identificadas además con el par dialéctico necesidad y casualidad, que se mueve en la búsqueda integradora de las secuencias de habilidades del atletismo, identificadas con la estructura y dinámica de algunos juegos, así como la construcción de otros que cumplan con tal requisito y la posibilidad de modelar sus propiedades, movimientos y tareas complementarias, en cuanto a dirección, sentido, flexibilidad y dosificación de las cargas que permita al mismo tiempo, la formación física de los atletas escolares, protegiéndolos de la fatiga física y psicológica.

Tales argumentos se sustentan y favorecen la acción integradora de aprender a partir de la aplicación de métodos y estilos productivos, sustentados en los principios accesibilidad y asequibilidad, vínculo de la teoría con la práctica, incremento gradual y progresivo de las cargas, el que establece la relación entre la dosificación de las estructuras de las cargas externas y las cargas internas, así como, el de la actividad consciente.

La contradicción dialéctica que se revela en las configuraciones orientación práctica de juegos motores, con la configuración aprehensión de las modalidades del atletismo, se da en el proceso de enseñanza-aprendizaje desde las expectativas de actividad física de los atletas escolares, que genere fuentes de conocimientos y vivencias que favorecen el estado de predisposición para la aprehensión de las modalidades del atletismo, intencionalmente implícitos y explícitos en la dinámica de los juegos, si están dirigidos a crear un ambiente de aceptación valorativa, para la participación activa en las clases de atletismo, en el contexto del entrenamiento, en edades tempranas de siete a nueve años.

En la aprehensión de las modalidades del atletismo, se encuentran modalidades de las cuales integran cada área en los programas, que son objeto de entrenamiento en edades tempranas, en las cuales, a través de la orientación práctica de juegos motores, se integran secuencias técnicas, ya sea las carreras, saltos o lanzamientos.

Ello significa que, de la relación entre las configuraciones, sistematización lúdica integradora de la actividad motriz, orientación práctica de juegos motores, aprehensión de las modalidades del atletismo, se obtiene una configuración de orden superior: Praxis del atletismo lúdico, donde los atletas escolares se esfuerzan por vencer obstáculos, corrigen con esfuerzo su proceder, y toleran dificultades percibidas. Lo lúdico permite que los atletas escolares tengan vivencias y apliquen lo emocional y afectivo en la praxis del atletismo. Se logra un cambio en la conducta motriz, la cual se valora como interacción en las diferentes modalidades técnicas del atletismo.

De la relación entre las configuraciones, sistematización integradora de la acción motriz, orientación práctica de juegos motores, aprehensión de las modalidades del atletismo, y la praxis del atletismo lúdico surge la dimensión: práctica sistematizadora del atletismo, se logra el incremento progresivo en el desarrollo de habilidades técnicas del atletismo, que va aparejado al desarrollo de las capacidades físicas, el imperativo de resolver la contradicción que surge, identificada con el carácter individual y el enfoque conductista que prevalece en la enseñanza-aprendizaje del atletismo, a partir de aprovechar las vivencias

personales del proceso, para inducir en los atletas escolares, la necesidad de aprehender, conducir y conducirse, reorientar, sugerir y replantear según convenga la estructura y movimiento de los medios que distinguen las formas del proceso de enseñanza-aprendizaje, que se proponen materializar la contextualización e impacto favorables, desde el punto de vista sociológico, psicológico y fisiológico.

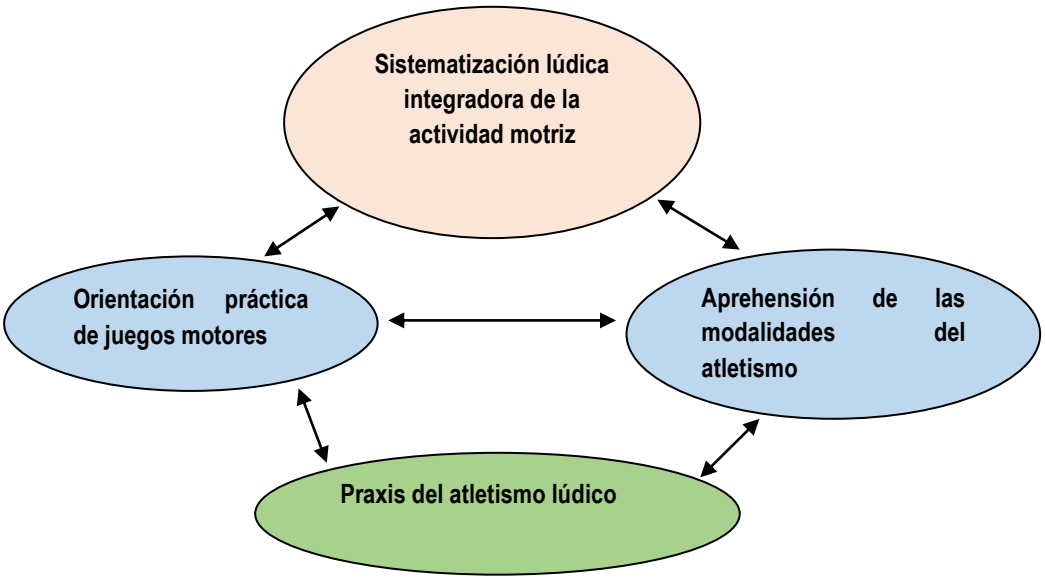


Figura: 2. Dimensión: Práctica sistematizadora del atletismo

Esta dimensión es el reflejo o consecuencia de un proceso de contextualización del proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo identificado con las expectativas de actividad física. Tal como se aprecia la dimensión práctica sistematizadora del atletismo es síntesis de la relación que se establece entre la sistematización lúdica integradora de la actividad motriz, la orientación práctica de juego motores, la aprehensión de las modalidades del atletismo y la praxis del atletismo lúdico, la cual constituye expresión de una contextualización flexible del proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo con una intensión propedéutica, sustentado en actividades lúdicas que se materializan mediante el intercambio socializado de motivos, necesidades e intereses, vivencias y experiencias valorativas condicionadas por un aprendizaje totalizador.

Para darle cumplimiento al modelo, se implementó una estrategia didáctica, que su objetivo general fue de contribuir a la preparación de los entrenadores que

imparten el atletismo en las edades de siete a nueve años con un enfoque totalizador, que posibilite la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo en edades tempranas en el contexto del entrenamiento deportivo.

Por tanto, desde esta perspectiva se estructuran tres etapas, cuya dinámica se integran al unísono, mediante juegos intencionados, la formación técnica y física.

La primera etapa está dirigida a la formación de las condiciones para asegurar la adquisición de conocimientos y la condición física que permitan que los atletas escolares interactuar con sus entrenadores en la dinámica de las clases y asimismo asimilar el impacto de las actividades requeridas por la modalidad objeto de enseñanza en esta etapa, donde debe predominar el trabajo en condiciones aerobias, de modo que no aparezca la fatiga.

En la segunda etapa los juegos provocan un incremento del régimen de trabajo dirigido a lograr gradualmente la preparación física y la adaptación, aprovechando la multipotencia que subyace en los juegos durante su ejecución, con un esfuerzo porcentual progresivo desde la primera etapa manteniendo el predominio del metabolismo aerobio.

La tercera etapa se caracteriza por mantener la sistematización de las actividades cognitivas y procedimentales dinamizadas por el procedimiento integrador y la sistematización con un enfoque totalizador del proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo, sustentado en la teoría del aprendizaje totalizador, enfatizando en la estimulación del autoanálisis reflexivo y valorativo de la dinámica del atletismo en su proceso formativo cultural. En esta etapa, las cargas físicas son más intensas: entramadas en la propia estructura y dinámica de la forma de organizar el proceso, o sea, el juego.

Un aspecto fundamental, respecto a las etapas, es que se aprovechan los esfuerzos físicos que se exigen en la dinámica de las diferentes modalidades para la educación de las capacidades físicas correspondientes a las edades objeto de investigación. Es importante que este aspecto se atienda celosamente durante las tres etapas del curso y lograr la armonía entre la multipotencia que derivan las habilidades técnicas y las capacidades físicas, observándose la tendencia progresiva que deben describir las cargas, en la medida que avanza el curso.

Respecto a la estructura y dinámica de las etapas, también hay rasgos que las distinguen entre ellas, la primera, está dividida en dos fases cuyo objetivo está dirigido a crear la base y punto de partida socializado de conocimientos, habilidades y de resultados del diagnóstico, inductores de disposición amena y saludable motivación para la contextualización, aceptación y aplicación socializada del proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo por parte de los entrenadores y los atletas escolares.

En la segunda y la tercera etapa están diseñadas las principales acciones educativas prácticas relacionadas con el desarrollo de las diferentes modalidades de las áreas de carreras, saltos y lanzamientos, sustentadas en el enfoque de aprendizaje totalizador, materializado en la clase mediante la sistematización lúdica integradora de la actividad motriz, vinculado al atletismo, complementado con el modelo de evaluación formativo en la dinámica de la estrategia.

Las actividades a desarrollar en la estrategia, teniendo en cuenta los métodos definidos para cada etapa, dirigidas a la aprehensión del proceso de enseñanza-aprendizaje de las modalidades seleccionadas, permitieron que los atletas escolares, progresivamente, analizaran y sintetizaran la estructura de la técnica de la acción motriz, interiorizaran y extrapolaran lo apreciado con el significado dado por ellos, para identificarla y compararla con la de otros compañeros en clase, en particular, con los que deben debatir en diferentes momentos de socialización dentro y fuera del contexto de la clase.

El enfoque totalizador en el proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo, tuvo como premisa fundamental, conceder una gran importancia a la actividad de los atletas escolares, como sujetos, para que se formaran y desarrollaran todas sus potencialidades, con la acertada dirección del entrenador, en un proceso bilateral que tuvo lugar en un medio colectivo, en el cual la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo, es entendida como una intencionalidad educativa que ha de lograrse indefectiblemente en la diversidad.

Una vez implementada la estrategia, se revelaron los intereses y motivaciones de los atletas escolares reflejados en su grado de satisfacción, lo que contribuye a su

pertinencia formativa, encaminada principalmente hacia la preparación para la vida.

Los resultados arrojados por la encuesta aplicada a los atletas escolares, refleja que el cien por ciento de la muestra. Identifican que, durante las clases de atletismo, los entrenadores desarrollan acciones conjuntas, destacándose entre otras, la planificación de juegos que respondan a la adquisición de habilidades técnicas del atletismo, la conformación de los integrantes de los equipos durante la clase y la propuesta de soluciones para eliminar insuficiencias propias y de los miembros de sus equipos.

En la ejecución de acciones conjuntas entre los atletas escolares, se destacó la observación de materiales didácticos sobre contenidos del atletismo, utilizando como medio, la computadora. Las acciones técnicas observadas fueron reproducidas en el terreno práctico, a través de juegos con sus compañeros de equipos, bajo la dirección del profesor durante el desarrollo de las clases, lo que ha permitido:

- La sistematización integradora de la situación, de las tareas y los objetivos motores que se presentaron y requerían las habilidades del atletismo.
- Los fundamentos lúdicos, praxiológicos y psicofísicos que atienden las expectativas de la actividad física para la modelación de la forma de los contenidos que se enseñan fueran integrados a la preparación física mediante juegos motores.
- La modelación de la forma de los contenidos del atletismo que se enseñan, fueran integrados a la preparación física mediante la regulación de la multipotencia.

Constituye un aspecto muy positivo el hecho de que los atletas escolares durante las clases del deporte lograron apropiarse de una cultura en la práctica del atletismo, que lo realicen sistemáticamente, inclusive fuera del horario de clases, se motiven por dominar habilidades de las distintas modalidades en las diferentes áreas, por medio de imágenes atractivas de los mejores exponentes de la actualidad, con la intencionalidad didáctica implícita, que favorece la visualización

de lo observado y su mejor comprensión, profundizando el proceso de análisis y síntesis para llevarlo a la ejecución práctica, estimulando esta.

Al producirse un cambio en la conducta motriz de los atletas escolares, coloca en el centro de la escena a la persona en acción y a las actividades físicas como expresión de su personalidad, por la cual va a tener en cuenta simultáneamente, las dos vertientes de la actividad física: por una parte, los datos observables y los objetivos de los comportamientos motores, sus desplazamientos en el espacio, el tiempo de duración de la actividad, los gestos aparentes en su realización, los contactos y relaciones con sus compañeros de equipo y contrarios; por otra parte, los rasgos subjetivos de la persona en acción, sus percepciones, sus motivaciones, sus tomas de información, sus decisiones, su afectividad y sus inconsciencias.

Concerniente a la pertinencia de la estructuración y dinámica de la estrategia didáctica, así como su congruencia con el Modelo de la lúdica praxiológica, en cuanto a la concepción teórica-práctica y su aplicabilidad, se aprecia un consenso afirmativo en el universo de usuarios consultados, los cuales de una forma u otra justifican la afirmación por la influencia integradora de las acciones educativas, a partir de la realización de un diagnóstico integral, donde se implica un grupo de agentes que lo hacen más completo y efectivo: familia, médico y entrenador.

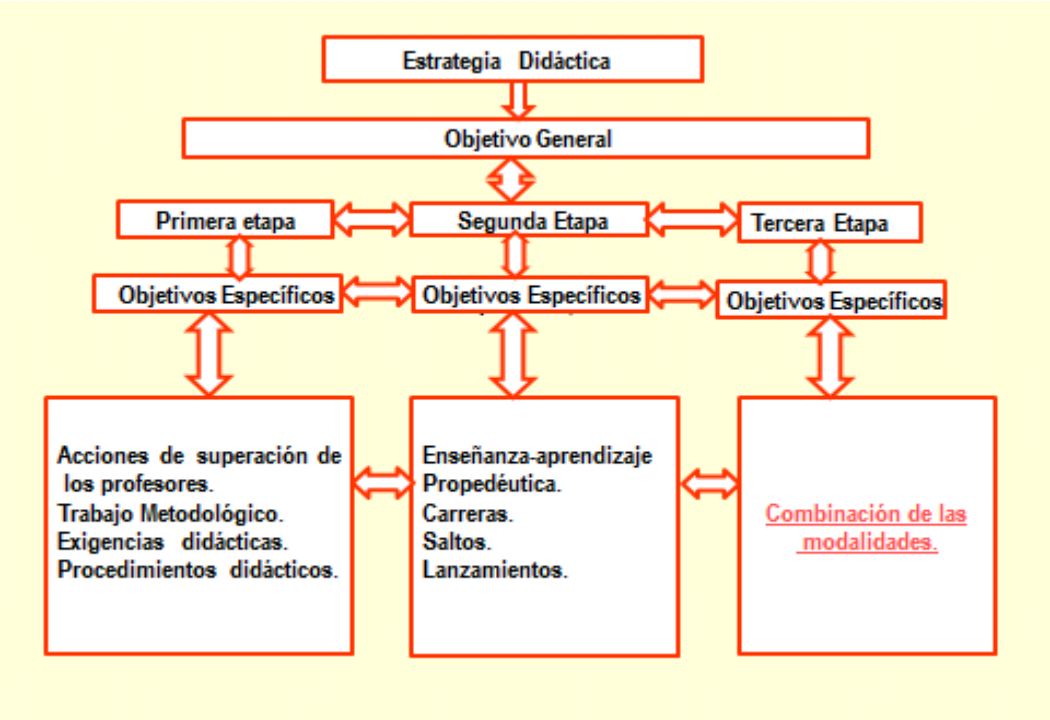
Los usuarios consultados coinciden además en la pertinencia de las configuraciones, de sus relaciones y de su expresión implícita y explícita en la estructura y dinámica de la estrategia.

El modelo de la lúdica praxiológica del proceso enseñanza-aprendizaje del atletismo, manifiesta las relaciones esenciales entre las configuraciones que lo integran, lo cual conduce a revelar las dimensiones de identificación de la lúdica del atletismo atleta escolar, y la práctica sistematizadora del atletismo atleta escolar, desde la cual se enrique el proceso formativo de los atletas escolares atendiendo sus potencialidades.

Del análisis entre las configuraciones y dimensiones, emerge una regularidad esencial del modelo para el proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo: la sistematización lúdica integradora de la actividad motriz, que está condicionada

por la relación entre la apropiación de una cultura en la práctica del atletismo en la praxis del atletismo lúdico, la cual implica la pertinencia de la misma en el proceso de aprendizaje del atletismo.

Los resultados alcanzados en la implementación de la estrategia propuesta en la provincia de Las Tunas, sobre la valoración de la pertinencia de los principales resultados de la investigación a partir de talleres de socialización, permitió corroborar la factibilidad del modelo y la estrategia propuestos, que favorecen el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo en el contexto del entrenamiento en edades tempranas con la intensión propedéutica.



REFERENCIAS

Fernández, F. A. (2013). *La didáctica general y su enseñanza en la educación superior.* La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

González, H. C. (2009). *La concepción científica holística configuracional: una alternativa en la construcción del conocimiento científico, superación en la formación de los prefesionales de la educación superior en la contemporaniedad.* Tesis en opción al grado de doctor en ciencias, Santiago de Cuba.

Gonzalez, H. C., Matos Hernández, E., & Montoya Rivera, J. (2009). *La concepción y teoría holística-configuracional: una alternativa epistemológica en la construcción del conocimiento científico.* Santiago de Cuba, Cuba: Centro de estudio de educación superior "Manuel F Gran".

Guerra, E. P. (diciembre de 2015). Acciones para la enseñanza de la táctica integrada desde las edades tempranas. *Redipe, 3*(2), 15.

Marcelo, R. C. (2008). *Técnica y metodología de la enseñanza del atletismo.* DF, México: Trillas.

Marcelo, R. C. (2014). *Estrategia didáctica para el proceso de enseñanza-aprendizaje del atletismo.* En opción al grado científico de doctor en ciencias pedagógicas, Universidad de Las Tunas, Didáctica del Deporte, Las Tunas.

Marcelo, R. C., Quiñones Reyna, D., & Jeffers Duarte, B. (2013). Enfoque holístico perceptual en la enseánza-aprendizaje de atletismo a traves del juego. *Didascalia*. Recuperado el 19 de noviembre de 1916, de Http://revistas.oje.es/index.php/didascalia.

TÍTULO: La validación del programa de educación física para la especialidad preescolar de las escuelas pedagógicas cubanas

TITLE: THE VALIDATION OF THE PHYSICAL EDUCATION PROGRAM FOR THE PRESCHOOL SPECIALTY OF CUBAN PEDAGOGICAL SCHOOLS.

Autores: MSc. Dalanis Lorenza Rosabal Reyes. drosabals@ij.rimed.cu
MSc Edel González García. eglez@inder.cu
(Escuela Pedagógica de la Isla de la Juventud "Martha Machado Cuní", Departamento de Formación Pedagógica. Cuba)

RESUMEN
La actualidad de la investigación se expresa en la metodología aplicada y contextualizada en la práctica de la escuela pedagógica, a partir de las nuevas concepciones del perfil del egresado en la especialidad de Preescolar, contribuye a la solución de un problema identificado en el trabajo de los procesos de validación en esta especialidad en la Isla de la Juventud, lo que puede contribuir a la elevar la calidad de las clases impartidas y de la apropiación por parte de las estudiantes del conocimiento, y posibilitar la solución de dificultades de orden teórico y metodológico de sus miembros.
Se considera la evidencia de limitaciones que aún influyen en el trabajo de las validaciones que afectan la concreción en los enfoques actuales para la Educación Preescolar, que facilite el tránsito de un funcionamiento tradicional a otro como un complejo educativo-participativo-integrador a seguir hasta llegar a una vinculación de los profesores con los alumnos y su preparación para la educación de las nuevas generaciones, con la participación integrada, coherente y protagónica necesaria para potenciar este proceso, con indicadores y dimensiones, a favor de la práctica vivida, alejándose del empleo de métodos autoritarios. De ahí que aportará una fuente para nutrir las nuevas teorías para el desarrollo de los programas de estudios en las escuelas pedagógicas, al ajustarse a las situaciones de la labor metodológica, didáctica y educativa y en los aspectos que lo acerquen particularmente a las realidades y necesidades de las estudiantes.

Palabras clave: Elementos metodológicos, formación pedagógica, aspectos didácticos, proceso de validación de los programas de estudios en la escuela pedagógica.

Abstract:
The current research is expressed in the methodology applied and contextualized in the practice of the pedagogical school, based on the new conceptions of the profile of the graduate in the specialty of Preschool, contributes to the solution of a problem identified in the work of the Validation processes in this specialty in the Isle of Youth, which can contribute to raise the quality of the classes imparted and the appropriation by students of knowledge, and to enable the solution of theoretical and methodological difficulties of Its members.
It is considered the evidence of limitations that still influence the work of the validations that affect the concretion in the current approaches to the Preschool Education, which facilitates the transition from one traditional operation to another as an educational-participatory-integrative complex to continue until arriving To a link between teachers and students and their preparation for the education of the new generations, with the integrated, coherent and protagonist participation necessary to strengthen this process, with indicators and dimensions, in favor of the lived practice, away from the use of Authoritarian methods. Hence it will provide a source to nourish the new theories for the development of curricula in pedagogical schools, adjusting to the situations of

methodological, didactic and educational work and in the aspects that bring it particularly to the realities and needs Of the students.

Key Words: Methodological elements, pedagogical training, didactic aspects, process of validation of curricula in the pedagogic school.

Introducción

En la revisión de la literatura existente, de investigadores de las Ciencias Pedagógicas este nuevo rumbo participativo e integrador para la validación de los programas de estudios de las escuelas pedagógicas cubanas, no ha sido del todo aprovechado, ni incorporado suficientemente en el proceder metodológico de los directivos y docentes que lo organizan y hacen funcionar; asimismo, la evidencia tangible de carencias en los documentos normativos obstaculizan el trabajo de la validación y lo hacen insuficiente, por lo que en resumen se manifiestan como situación problemática a resolver que:

- En los programas de Educación Física de las escuelas pedagógicas no se conciben contenidos que se trabajan en la educación preescolar.
- Las orientaciones metodológicas no explican suficientemente los contenidos a trabajar, ni aparecen ejemplos concretos que sirvan de guía al trabajo a desarrollar.
- Insuficiente tratamiento a la elaboración de los complejos gimnásticos para los años de vidas que lo llevan en el círculo infantil.

En correspondencia con la situación problemática descrita se define como problema científico de la investigación: ¿Cómo perfeccionar el proceso de validación del Programa de Educación Física de la especialidad de Preescolar en la escuela pedagógica de la Isla de la Juventud?

El **objeto de estudio** se enmarca en el proceso de validación de los programas de estudios en la escuela pedagógica y el **campo de acción** en el tratamiento metodológico del programa de Educación Física de la especialidad de Preescolar:

El **objetivo de la investigación** se dirige a elaborar una metodología para el tratamiento al programa de Educación Física de la especialidad de Preescolar en la escuela pedagógica de la Isla de la Juventud

Contribución a la teoría: con la investigación se podrá establecer relaciones entre los elementos metodológicos que se deben contener en los programas de Educación Física de la especialidad de Preescolar en la escuela pedagógica y los aspectos didácticos y educativos a tener en cuenta en estos para contribuir a la formación de las educadoras del nivel medio superior, en aras de dirigir acertadamente el proceso educativo en los círculos infantiles en su futura labor profesional.

Significación práctica: la investigación aportará una metodología para dar tratamiento al programa de educación Física de la especialidad Preescolar en la escuela pedagógica, de manera que sirva de apoyo al trabajo de los profesores para dirigir acertadamente el proceso docente educativo en esta especialidad, contribuyendo a una mejor formación pedagógica de los estudiantes para su futura labor profesional.

La **novedad científica** está dirigida a la elaboración de la propuesta, la cual contendrá el programa de estudio para la asignatura de Educación Física de la especialidad Preescolar para la escuela pedagógica, así como el libro de texto para este nivel educacional, contribuyendo a mejor la formación profesional de la futura educadora de la Educación Preescolar.

Desarrollo

La validación en las Escuelas Pedagógicas es un proceso que permite a los docentes la recapacitación, puesto que son los rectores de la enseñanza aprendizaje a partir de su experiencia en la práctica educativa y de la valoración de sus resultados donde los participantes , incluyendo a la familia dan su criterio los cuales se tienen en cuenta para el perfeccionamiento del plan de estudio, programas de asignaturas, trabajo

metodológico, proceso de enseñanza aprendizaje, sistema de formación laboral y ejercicio de culminación de estudios.

Se utilizaron variados métodos donde se destacan:

- Entrevista a directores de las instituciones educativas donde se realiza la práctica laboral
- Encuesta a los educadoras y maestras que son tutores de las estudiantes
- Entrevista a estudiantes de 4.año
- Encuesta a egresadas

Guía de observación a las actividades metodológicas

La formación de Educadoras de Círculo Infantil de nivel medio superior, constituye actualmente una necesidad para elevar la cobertura de educadoras en las instituciones escolares y contribuir a incrementar las posibilidades de continuidad de estudios a egresados de 9no grado.

En el perfil del egresado se plantea que el educador graduado en este curso de formación de nivel medio superior será un profesional revolucionario, martiano y fidelista comprometido con los principios de la Revolución y de la Política Educacional cubana; caracterizado por un profundo sentido humanista, identidad profesional y responsabilidad, expresada en el dominio de sus funciones y tareas profesionales y responsabilidad, expresada en el dominio de sus funciones y tareas profesionales y cualidades valiosas que garanticen el prestigio de los educadores, conocedor de las particularidades fisiológicas y psicológicas que distinguen el proceso de desarrollo de los niños de 0 a 6 años en cada período evolutivo, que pueda caracterizar y valorar el desarrollo alcanzado por cada niño en particular y del grupo en general así como dirigir su acción educativa en las diferentes formas organizativas de la Educación Preescolar, partiendo de una concepción desarrolladora del proceso educativo para la orientación a las familias sobre su papel protagónico.

El proceso de educación de las educadoras de nivel medio de esta especialidad en estos cuatro cursos permite hacer una valoración de su formación como sigue:

1.1- Análisis del perfil del egresado

Consideramos que el perfil del egresado como documento rector tiene precisión en los objetivos que persigue con la formación de los maestros en las diferentes especialidades y esto se concreta en su plan de estudio.

1.2- Plan de estudio

El plan de estudio está integrado por asignaturas que garantizan el desarrollo de habilidades para el desempeño profesional de las educadoras , de acuerdo con el perfil de estos profesionales.

Constituye un reclamo en el cumplimiento de los programas, la no llegada en tiempo de la bibliografía dirigida a las escuelas pedagógicas en correspondencia y a fin con los programas, o sencillamente la no existencia de esta bibliografía, de manera que facilitara aún más el trabajo con el libro de texto y mayor independencia cognoscitiva del estudiante bajo la asesoría del profesor y lograr mejor los objetivos generales del perfil del egresado. Este aspecto es reflejado en cada análisis realizado por la asignatura de Educación Física preescolar.

Con respecto al sistema de evaluación, en los Planes de Estudios se precisan, en las diferentes educaciones como cierre de semestre y curso: exámenes finales, seminarios, ejercicios y tareas integradoras, modalidades que revelan flexibilidad y posibilidad real de evaluar las habilidades profesionales; en los planes de estudio donde no se determinan las formas de evaluación final. La R/M 238 sobre el Sistema de Evaluación, ofrece las variantes a aplicar: trabajos prácticos, presentación y defensa de ponencias y clases, aspectos que se tienen en cuenta en todas las asignaturas y que se recogerán las experiencias en la etapa de validación en el mes de junio,

después de recoger la experiencias en su instrumentación durante el actual curso 2016-2017.
Valorando, las asignaturas, que se proponen en los planes de estudio, debemos explicitar que se aprecian algunas irregularidades:

- En los programas de Educación Física de las escuelas pedagógicas no se conciben contenidos que se trabajan en la educación preescolar.
- Las orientaciones metodológicas no explican suficientemente los contenidos a trabajar, ni aparecen ejemplos concretos que sirvan de guía al trabajo a desarrollar.
- Insuficiente tratamiento a la elaboración de los complejos gimnásticos para los años de vidas que lo llevan en el círculo infantil.

Partiendo de estas irregularidades y teniendo como punto de partida que la autora se desempeña como jefa del departamento de formación pedagógica encarga de asesorar, capacitar y controlar el trabajo metodológico y preventivo que se desarrolla por los profesores, es miembro de la Comisión Nacional de Especialidades para escuelas pedagógicas, encargada de las validaciones de los programas de las mismas, perteneciendo a la Comisión de Preescolar encargada de elaborar el programa y el libros de texto de Educación Física, es la especialista principal de esta carrera en la Escuela Pedagógica de la Isla de la Juventud. Es profesora de la asignatura Elementos didácticos de la Educación Física Preescolar y desarrolla actividades educativas con las estudiantes de la especialidad de Preescolar de la Escuela Pedagógica. Es miembro del proyecto formación integral de los educadores de la educación media superior en la Isla de la Juventud.
A partir de las funciones que realiza se establece la vinculación del tema doctoral con la labor que desempeña porque contribuye con la preparación, capacitación y asesoramiento del proceso de validación en la especialidad de preescolar de todos los programas que en ella se imparten en todos los años. A partir de las preparaciones a nivel nacional se preparan todas las especialistas de preescolar para que estas amplíen sus conocimientos sobre los propósitos a lograr con la validación efectiva de estos programas y sobre todo dándoles participación directa a los estudiantes. Realiza las preparaciones cumpliendo con un cronograma muy bien organizado a nivel nacional. Las preparaciones a nivel del consejo de dirección tienen como objetivo involucrar a todos sus miembros en este importante proceso de cambios en función de mejorar la calidad de las egresadas, luego a nivel de departamento y especialidad dándole sugerencia de instrumentos a aplicar a los docentes donde las estudiantes se sientan motivadas y no evaluadas para expresar sus criterios de los contenidos recibidos. Se recogen los informes de cada programa para su revisión y análisis, este se expondrá en un evento científico metodológico a nivel de departamento, de escuela, de la especialidad y nacional elaborándose el informe general de la especialidad que es enviado a la nacional para su revisión y elaboración del nacional y luego se asiste a las reuniones nacionales para la discusión ,rediseño y aprobación de dicho informe, procediendo a dar a conocer sus resultados finales en las reuniones departamentales.
La validación constituye un elemento fundamental de todo currículo que aspira a ser eficaz y oportuno, aportado con la intención de perfeccionar los resultados, el proceso de ejecución curricular, deliberar los objetivos planteados y verificar la efectividad de estos. Actualmente los profesores tienen cierta experiencia que permiten limar algunos componentes del mapa curricular de formación de educadoras. Por consiguiente, para organizar la validación, se precisaron las siguientes **acciones:**

1. Determinar las variables y los indicadores.
2. Seleccionar los métodos e instrumentos para la obtención de información confiables.

3. Determinar el cronograma de la validación, con modificaciones pertinentes.
4. Estudio minucioso de las resoluciones y documentos normativos, entre los que se encuentran: plan de estudio (perfil del profesional, indicaciones metodológicas y de organización, objetivos por año, programas de las diferentes asignaturas para recopilar información.
5. Verificaron la articulación horizontal, vertical y transversal de los programas en los distintos años (objetivos y contenidos). Esto admitió identificar la articulación y el nexo con los objetivos declarados por año y comprobar en qué medida se cumplió con las exigencias declaradas en dichos documentos.
6. Análisis de los resultados de los cortes evaluativos y los registros de visitas efectuadas a los profesores. Esto permitió enriquecer la caracterización del colectivo de docentes y los estudiantes; actualizar sistemáticamente el diagnóstico integral de los estudiantes; reelaborar estrategias y proyectos educativos una vez identificadas sus potencialidades, intereses y necesidades educativas, entre otros elementos para prepararlas en correspondencia con el perfil de este profesional que exige el currículo de la Educación Preescolar.

Para la validación se utilizó una muestra intencional compuesta por 70 estudiantes, de ellos de: 1ro 25, 2do 15, 3ro 13 y 4to 18 7 profesoras del departamento de Formación Pedagógica que son especialistas de preescolar, que imparten asignaturas de corte general y especifico de la especialidad, 4 profesores guía y una jefa de departamento.
En esta validación se aplicaron métodos del nivel teórico y del nivel empírico y de este se diseñaron, aplicaron e interpretaron las siguientes técnicas: la observación participante, entrevista focal a estudiantes y el análisis documental (preparación de las asignaturas, registro de asistencia y evaluaciones, plan metodológico del departamento, implementación de estrategias educativas, proyectos educativos, observación de clases). Estas contribuyeron a identificar el comportamiento del proceso pedagógico, la caracterización del problema e identificar las condiciones del currículo para la puesta en práctica y el cumplimiento del perfil del profesional.
A partir de la guía de validación y el diseño de instrumentos investigativos para la recogida de la información así como las variables e indicadores previamente definidos, se elaboró el resultado del análisis e interpretación de todo el procesamiento de la información obtenida. En este se evaluaron los indicadores atendiendo a los siguientes criterios de medida:

1. Muy adecuado
2. Bastante adecuado
3. Adecuado
4. Poco adecuado
5. Inadecuado

Muy adecuado: expresa el máximo nivel de cumplimiento o desarrollo logrado en la acción que se describe en el indicador.
Bastante adecuado: expresa un elevado nivel de cumplimiento o desarrollo de la acción que se describe; pueden existir elementos específicos no logrados totalmente, pero estos no afectan el cumplimiento o desarrollo de la acción en su integralidad.
Adecuado: el nivel mínimo que es posible aceptar en el cumplimiento o desarrollo de la acción que se describe en el indicador.
Poco adecuado: expresa deficiencias o insuficiencias en alguno de los elementos, que determinan un nivel bajo en el cumplimiento o desarrollo de la acción que se describe.
Inadecuado: expresa deficiencias significativas que provocan el incumplimiento o un nivel de desarrollo muy bajo, que afectan de manera ostensible la calidad de la acción que se describe en el indicador.

Los resultados de estos análisis fueron evaluados por el Jefe de Departamento de Formación Pedagógica Preescolar, aprobado por la Directora de la Escuela Pedagógica" Martha Machado Cuní".
Para realizar la validación se tomaron en consideración los indicadores siguientes:

1. Determinación de los objetivos generales, funciones y tareas que responden a las condiciones y exigencias sociales.
2. Derivación de los objetivos por años.
3. Nivel de precisión de las indicaciones metodológicas de la especialidad.
4. Respuesta del Plan de estudios a las exigencias del perfil del egresado.
5. Distribución de las asignaturas en el plan de estudios por años y semestres (incluye cantidad de asignaturas y carga docente semanal).
6. Concepción sistémica del sistema de evaluación y la culminación de estudio.

Variable I: Plan de estudio

1.1 El plan de estudio está en correspondencia con los lineamientos de la política económica y social del Partido Comunista de Cuba en la formación de los estudiantes del nivel medio de la educación especial para el desarrollo de la sociedad cubana.
Existe correspondencia en el plan de estudio con las reclamaciones actuales y perspectivas de la educación al formar integralmente a los estudiantes del nivel medio de la Educación Preescolar
Las asignaturas de currículo base logran una relación interdisciplinaria adecuada que permite desarrollar habilidades para el aprendizaje de las diferentes materias y darle un tratamiento adecuado a la lengua materna además, contribuye a la preparación político ideológica de los estudiantes y a su formación laboral, científico investigativa y cultural general a partir de acciones encaminadas a lograr una motivación profesional pedagógica que garantice la permanencia de los estudiantes en los centros educacionales una vez egresados de las escuelas pedagógicas.
Los objetivos y contenidos de los programas en las distintas disciplinas establecen una pertinencia adecuada, existiendo correspondencia dé las disciplinas concebidas en el plan del proceso docente con las áreas de conocimientos y formativo-generales.
Hay relación entre los objetivos generales, los sistemas de conocimientos, habilidades y valores fundamentales en cada programa de las disciplinas lográndose actualización y rigor científico de los contenidos básicos propuestos.
Existe adecuada relación entre el fin y los objetivos expresándose con claridad en el mismo, las particularidades de la especialidad en la formación de los futuras educadoras preescolares.
Con respecto a los objetivos por año están debidamente propuestos y se derivan de los generales con enfoque integrado de forma relacionado, brindan las herramientas técnicas profesionales para su futura labor pedagógica, existe correspondencia de los objetivos, en los 4 años con los relacionados en el perfil del egresado.
La especialidad se encuentra con adecuado nivel de actualización de la concepción dialéctica materialista constituyendo un sistema integral de acuerdos con los niveles que alcanza la sociedad.
Los problemas profesionales están vinculados con las necesidades actuales y perspectivas del perfeccionamiento y se encuentran bien estructurados, adecuadamente proyectados teniendo en cuenta las particularidades de los estudiantes que se forman en las escuelas pedagógicos para educadoras de la Educación preescolar.
Los programas de las asignaturas cumplen con los objetivos de los años académicos con adecuado enfoque profesional en los contenidos, apropiada derivación del perfil del egresado.

Adecuado

1.2.- Fin y objetivo de la educación en la especialidad

En el proceso de solución de los problemas en la Educación Preescolar, constituye el objetivo la máxima aspiración que se proyecta alcanzar. Para logarlo el estudiante debe formar un pensamiento y desarrollar el lenguaje científico, en correspondencia con los objetivos propuestos; cultivar sus facultades, a partir del dominio de las asignaturas que sintetizan las ramas del saber, de una ciencia, de parte de ella e identificar sus nexos.
Los objetivos generales están en correspondencia con los propuestos en el perfil del egresado con el desarrollo de este plan de estudio se garantiza la formación integral de la educadora preescolar.

1.3.- Objetivos por años
1.4.-Caracterización de la especialidad

1.5.- Características psicopedagógica de los estudiantes
Se considera que existe suficiente nivel de explicación y cientificidad en los fundamentos expresados en el Volumen II relacionado con este aspecto.

1.6.- Perfil del egresado se sugiere precisiones en las operaciones fundamentales de las habilidades profesionales pedagógicas, en el campo de acción relacionado con el sector rural y las escuelas multigradas y los objetivos por año.

Habilidades profesionales pedagógicas:
Dirigir el proceso educativo en la institución educativa y otros contextos.
Operaciones fundamentales:

1. Modelar acciones para el desarrollo y transformación de los educandos.
2. Lograr la relación empática con el interlocutor en el proceso de transmisión de los contenidos socioculturales en los diferentes contextos de actuación
3. Fundamentar, elementalmente, la solución a los problemas profesionales.

1.7.-Concepción curricular y grada curricular
Se considera que el plan de estudio está **Bastante Adecuado** pero se sugiere las siguientes modificaciones en la grada curricular.

1.8 Concepción del proceso de enseñanza aprendizaje. Muy adecuado

1.9.- Concepción de la evaluación de los estudiantes
Relacionado con esta dimensión se considera **Bastante Adecuado** el sistema de evaluación pero se recomienda utilizar con frecuencia la realización de evaluaciones integradoras, seminarios investigativos y otras que permitan integrar las macro habilidades (hablar, leer, escuchar y escribir) en el primer y segundo año, planificadas desde el sistema de evaluación en el plan de estudio.
Se sugiere desde el tercer año realizar la evaluación de la práctica de la modalidad que se utilice con similitud a lo que debe pasar con la culminación de estudio en el cuarto año, elemento que se abordará con mayor profundidad en el análisis de la variable.
Ejercicio final de culminación de estudio, sea la demostración de clases no un Estudio de casos para lograr el cumplimiento del fin y los objetivos de la especialidad.

Variable II: Programa de asignaturas
La validación de los programas de la especialidad obedece a los constantes cambios y transformaciones que han venido produciéndose en los últimos años en la política educacional cubana, los cuales contribuyen a su vez a elevar con calidad la preparación del futuro egresado, que una vez en su actividad laboral les permita hacer

uso de las habilidades profesionales sólidas, de avanzada, revolucionarias, que le hagan manifestarse como una pedagoga digna de enfrentarse a la formación integral de la personalidad de los niños/as.
Se emitió el criterio de que es coherente la distribución de las asignaturas en el currículo por años y semestres, y que están adecuadamente dosificadas. También los docentes aplicaron diversas variantes para cumplir con las características de este Plan de Estudio y con la formación de un maestro de acuerdo con las características del Perfil del Egresado y centraron su atención principal en aquellos elementos del contenido que son fundamentales para el logro de sus objetivos. Asimismo, se debe potenciar la formación investigativo-laboral de los estudiantes a partir de una mayor integración de las clases, el trabajo científico y la práctica pre profesional, que propicien el dominio de los modos de actuación profesional.

Sugerencias para la asignatura de Elementos Didácticos de la Educación Física preescolar del plan de estudio de Educadoras de nivel medio
Se elaboé una única bibliografía que recoja todos los contenidos necesarios a trabajar en la educación preescolar, dándole salida a el desarrollo de todas las habilidades motrices básicas y capacidades que se trabajan en la educación preescolar. Además de materiales que sirvan de apoyo a estas educadoras de nivel medio.

Variable III Trabajo Metodológico
El trabajo metodológico es la vía más efectiva para lograr la preparación de los colectivos pedagógicos en las diferentes asignaturas, constituye una modalidad de superación que ha caracterizado el proceso educativo en la escuela cubana de forma tal que proporcione conocimientos y con ello elevar los niveles de calidad de la formación integral de los adolescentes y jóvenes.
Se constata que se está perfeccionando el plan metodológico anual que sirvió de guía para implementar acciones de solución a los problemas del proceso formativo de los estudiantes.

3.1.- Planificación.
3.2 Ejecución
3.3.- Control

Conclusiones

El resultado que se aspira aportar es eminentemente social, a partir de contribuir a elevar la preparación de los integrantes del proceso de validación y el protagonismo que deben tener para que de manera participativa y autogestionada contribuyan con la elevación de la calidad de la educación, logrando la motivación de los docentes y la calidad de la formación de las futuras educadoras que hoy son estudiantes en formación. En este interés transformador, el proceso de validación sería el espacio donde los docentes pudieran transformar y perfeccionar el plan de estudio que existe hoy de manera directa y aportando las experiencias de la práctica laboral, donde un accionar conjunto y revolucionario permita el permanente perfeccionamiento no sólo del funcionamiento de la validación de programas, sino del papel protagónico de cada uno en el desarrollo de la tarea de formar a las nuevas generaciones, orientándolos hacia lo que necesita la sociedad y particularmente la Educación en la Isla de la Juventud.

Recomendaciones
Dar continuidad a la propuesta a través de la validación de los programas Elementos Didácticos de la Educación Física preescolar en la escuela pedagógica de la Isla de la Juventud.

Bibliografía:

Addine Fernández, F. (2004). *Didáctica: teoría y práctica*. La Habana, Cuba: Editorial Pueblo y Educación.

Álvarez de Zayas, C. (1992) *La escuela en la vida*. La Habana, Cuba: Editorial Félix Varela.

Escuela Pedagógica Martha Machado. (2016) *Materiales manuscritos sobre seminarios de validación realizados en la carrera y en la facultad*.

Ministerio de Educación. (2010). *Modelo del Profesional. Plan de Estudio "D" Carrera. Licenciatura en Educación Preescolar*. Curso 2009-2010.

Ministerio de Educación. (2016) *Modelo del Profesional. Plan de Estudio Carrera. Educación Preescolar.* Curso 2015-2016.

_____ *Resolución Ministerial no. 238/14*.

_____*Indicaciones para Escuelas Pedagógicas.*

_____*Carta metodológica sobre precisiones para el trabajo de validación*.

_____ *Seminario Nacional Segunda Parte*. Febrero de 1985 (Tema: Metodología para la validación).

Titulo: Las habilidades motrices básicas una forma de contribuir a su desarrollo.

Autor: Argemiro Bolívar Del Sol, argemirobolivar@yahoo.com Profesor Titular – Ponente

Tipo de Presentación: Poster Impreso

País: Colombia

Resumen

El desarrollo de las habilidades motrices básicas (HMB) es un tema de gran relevancia en la Educación Física de los primeros años de formación. El niño descubre su cuerpo de manera progresiva a partir de sus sensaciones; explora las posibilidades de acción y función de su cuerpo, en lo cual tiene un aporte notable la Educación Física. El Colegio Cundinamarca IED -institución educativa de carácter público-, dentro del programa de Educación Física contempla como uno de su cuatro ejes el desarrollo de habilidades motrices. Fundamentalmente dentro de la Educación Física de los primeros años, los profesores propenden por la contribución al desarrollo de las HMB. Es por ello que utilizando diferentes métodos y técnicas investigativas se elabora una estrategia metodológica contentiva de un sistema de acciones que promueva o estimule el desarrollo de HMB en los primeros años de escolaridad, aprovechando las potencialidades del enfoque integral físico-educativo de la Educación Física. En la estrategia metodológica propuesta se aplican los fundamentos del enfoque integral físico-educativo que resultan coherentes con los rasgos esenciales de la clase de Educación Física contemporánea lo cual rompe con las maneras actuales de actuación por los profesores de la institución desde el enfoque tradicional del área.

Título: Manual de Hockey sobre Piso para profesores de Educación Física

Autor: MsC. Eduardo Ramírez Ramada. Metodólogo de la dirección de Educación Física del INDER

País: Cuba

Introducción:

¿Cómo llega el hockey sobre piso en Cuba?

En el año 1992, el profesor argentino Hugo Ipes, impartió un seminario de dos días en la Sala Polivalente "Kid Chocolate" en Ciudad de la Habana. En dicho evento participaron 26 profesores de Educación Física.

Aunque no se profundizó en todo el contenido del deporte, este seminario sentó las bases para el desarrollo del Hockey en el país, cuya práctica comenzó a extenderse rápidamente por la capital. Se presentaron al Primer Torneo Provincial (1994) un total de 13 equipos formados por atletas discapacitados mentales, cifra que se incrementa en 1995 en 11 equipos más que integraban también atletas sordos e hipoacúsicos, con trastornos de la conducta y retardo en el desarrollo psíquico.

En 1993, con la visita puesta en nuestro país por directivos del programa Internacional de Olimpiadas Especiales, encabezada por Eunice Kennedy, fundadora de este movimiento; un equipo de Ciudad de la Habana es invitado a participar en los V Juegos Mundiales de Invierno a celebrarse en Austria. Este equipo obtuvo Medalla de Plata aunque sólo pudo entrenar por espacio de tres meses anteriores a los juegos.

Hasta la fecha, ya se ha participado en 6 eventos internacionales con excelentes resultados, logrando a nivel nacional una gran motivación de sus participantes, incorporándose atletas unificados a los eventos de Olimpiadas Especiales

Objetivo del Manual:

1. Contribuir al desarrollo de las habilidades propias del deporte, desarrollando las capacidades físicas mediante las habilidades del Hockey Sobre Piso.
2. Contribuir al desarrollo de los valores y hábitos educativos mediante la actividad deportiva.
3. Profundizar en los entrenamientos de los atletas especiales.
4. Preparar a los niños y jóvenes con necesidades educativas especiales para la vida adulta independiente.
5. Contribuir a la corrección y/o compensación de defectos terciarios y secundarios que presentan las personas con necesidades educativas especiales

Desarrollo:

Principales contenidos abordados en el manual

Técnicas ofensivas:

- Agarre del bastón y desplazamientos
- Conducción del disco, con una y dos manos
- Drible
- Pases, clásico, de revés, de frente, por alto
- Recepción, con el bastón, con la mano, con el pie
- Tiros al aro, clásico, de revés, de frente
- Enfrentamientos

Técnicas defensivas:

- Gardeo o marcaje a un jugador
- Interceptación
- Tacleo (quitar el disco), de frente y por los lados

Del portero:

- Paradas, con el bastón, con una mano, con un pie
- Desvíos, con una mano, con un pie
- Lanzamientos, hacia tras y hacia los lados

Tácticas ofensivas:

- Ofensivas rápidas, combinación entre dos o tres jugadores
- Sistema de juegos

Táctica defensiva:

- Posición de los jugadores en el terreno
- Sistema de juegos

Pruebas individual de Habilidades

Modificaciones a las Reglas del Hockey sobre piso

1. Alumnos sordos

   a). Se utilizarán señales visuales para los diferentes juegos y ejercicios. El árbitro podrá auxiliarse de banderitas u objetos similares.

   b). Se incrementa la cantidad de árbitros a tres

2. Alumnos estrábicos y ambliopes

   a). Utilizar discos de mayor peso y tamaño

   b). Sólo se aplicarán para estos alumnos juegos pre deportivos de hockey donde no exista contacto personal

3. Alumnos débiles visuales

   a). Discos de mayor peso y tamaño

   b). Colocarle un objeto Sonoro al disco (Ej. Cascabel).

   c). Utilizar colores vivos en los discos, porterías y señalizaciones

4. Alumnos discapacitados físico - motor

   a). Utilizar discos de mayor tamaño y peso

   b). Mayor cantidad de jugadores en un equipo

   c). Dos porteros para cada equipo

   d). Empujadores para los que utilicen silla de ruedas

Pruebas individual de Habilidades

a. Disparar a la Meta Como Objetivo

Propósito: demostrar la precisión y poder de disparo (a meta) del atleta, así como también la habilidad del atleta para marcar goles desde cualquier ángulo, dentro de un tiempo pautado.

Equipamiento: bastón de hockey sobre piso, 5 pastillas (pucks), cinta, cronometro, objetivo de gol.

Descripción: El atleta dispara una vez desde 5 diferentes puntos alrededor de la portería con intención de anotar. Estos puntos se encuentran en el punto final de los mismos 5 puntos a 6 metros largos que empiezan en un punto común desde el centro de una línea común. Cada línea se traza de tal manera que crea un ángulo de 30 grados con la línea que la precede. El atleta tiene un límite de tiempo de 10 segundos para ejecutar los disparos de las 5 pastillas (pucks). Cada una de las pastillas (pucks) tienen que estar situadas en cada uno de los 5 puntos antes de que el atleta empiece la ejecución de disparos.

Anotaciones: Cada pastilla que cruce completamente la línea de gol vale 5 puntos. La puntuación es el total de los 5 disparos (25 puntos máximos). Si la pastilla es desviada evitando que cruce la línea de gol por otra pastilla (puck) disparada anteriormente y el oficial cree que hubiese penetrado la línea de gol, entonces los 5 puntos son otorgados.

b. Pases

Propósito: Evaluar al atleta en cuanto a la precisión y control del pase de la pastilla (puck).

Equipamiento: bastón para hockey sobre piso, cinta, pastilla (puck), conos marcadores.

Descripción: El atleta hace 5 pases por detrás de la línea. El atleta trata de pasar la pastilla entre dos conos (1 metro aparte entre ellos) los cuales están colocados a 8 metros de la línea de pase.

Anotación: cada vez que la pastilla atraviese la línea completamente entre los dos conos, al atleta se le otorgara 5 puntos. Si la pastilla golpea el cono y atraviesa completamente la línea, al atleta se le otorgara 3 puntos. La puntuación total del atleta es la sumo de las anotaciones de los 5 pases (25 puntos máximos).

c. Manejo del Bastón

Propósito: Evaluar al atleta su habilidad en el manejo del bastón cuando lleva la pastilla (puck) a velocidad.

Equipamiento: Bastón de hockey de piso, pastilla (puck), 6 conos marcadores, cinta, cronometro, gol.

Descripción: El atleta lleva la pastilla (puck) con el bastón (stick) desde la línea de comienzo a través de un trayecto definido por los conos marcadores y dispara a meta. La distancia a recorrer desde la línea de comienzo debe ser 21 metros. Los conos deben estar colocados en línea recta con intervalos de 3 metros. El reloj para cuando la pastilla (puck) atraviesa la línea de gol.

Anotación: El tiempo consumido en la prueba del manejo del bastón (stick) es restado de los 25 puntos. Por cada cono fallado, se resta 1 punto. 5 puntos como bono se le otorga al atleta si marca un gol.

d. Precisión de Disparo

Propósito: Evaluar al atleta en precisión, poder y habilidad para anotar disparando la pastilla (puck) dentro de áreas especificas de la meta de gol.

Equipamiento: Bastón de hockey de piso, la pastilla (puck), cinta o cuerda.

Descripción: El atleta tiene 5 oportunidades de disparos a gol por detrás de una línea que está a 5 metros en línea frontal de la meta de gol. Seis (6) secciones están definidas dentro de la meta de gol por una cuerda o cinta como se muestra en el diagrama. Las cuerdas o cintas están colgadas a 45cms en frente de cada poste de la portería. Las cuerdas o cintas verticales están colgados 45cms en frente de cada poste de gol. La cuerda o cinta horizontal se encadena a 30cms arriba del piso.

Anotación:

- El gol está dividido en secciones de puntos como sigue:
    1. Cinco (5) puntos por cualquier disparo que entre a gol por cualquiera de las esquinas superiores.

2. Tres (3) puntos por cualquier disparo que entre a gol por cualquiera de las esquinas inferiores.
3. Dos (2) puntos por cualquier disparo que entre a gol por la parte superior del medio.
4. Uno (1) punto por cualquier disparo que entre a gol por la parte inferior del medio

- Cada disparo debe traspasar completamente la línea de gol para que cualquier atleta reciba puntos, excepto si la cuerda o cinta detiene la pastilla (puck) y evita que cruce la línea de gol. En este caso. En este caso se da el total de puntos por la sección menor.

e. Defensa

Propósito: Evaluar las habilidades del atleta asociadas con defensa como el robo de la pastilla (puck), presionar al oponente, molestar al bastón (stick) del oponente, y mantenerse entre los oponentes.

Equipamiento: 3 bastones de hockey sobre piso, 3 pastillas (pucks), 4 conos, y un cronometro.

Descripción: El atleta tiene dos intentos de robar la pastilla (puck), controlarla, de dos oponentes que tratan de mantenerla alejada del atleta que está siendo evaluado. El atleta tiene 15 segundos en cada intento para robar la pastilla (puck), la cual se la pasan los dos oponentes que están ubicados en los círculos de enfrentamiento por posesión en la mitad de la superficie del área de juego (12 metros x 12 metros).

Por cada robo se otorga 10 puntos (un robo por cada intento). Si la pastilla (puck) no es robada, el atleta puede anotarse los siguientes puntos:

1. Un (1) punto por presionar a los oponentes.

2. Un (1) punto por tratar de estar entre los oponentes
3. Dos (2) puntos por tratar de molestar el bastón del oponente que lleva la pastilla (puck)
4. Veinte (20) puntos máximo

Resultado final: La puntuación final del jugador es determinado por la suma de las puntuaciones obtenidas en cada uno de los 5 eventos que conforman La Competencia de Habilidades Individuales.

Es bueno señalar que el manual trae ejemplos de ejercicios para cada temática con gráficos que ilustra sus ejecuciones, además de encontrarse en todas las escuelas con discapacidad intelectual, siendo el mismo de gran aceptación.

Título: Metodología para el trabajo de los profesores de Educación Física con la motricidad fina.

Autor: M.Sc. Belkis Hortensia Pentón Hernández. Profesor Auxiliar. Máster en Ciencia y Juegos deportivos. belkis.penton@umcc.cu

Institución: Universidad de Matanzas "Sede Camilo Cienfuegos". Facultad de Ciencias de la Cultura Física.

País: Cuba.

RESUMEN

El objetivo de este estudio consistió en elaborar una metodología para el trabajo del profesor con la motricidad fina de las manos en la clase de Educación Física. Para el logro de este fin fue seleccionada una muestra de 1050 alumnos y 98 profesores, utilizándose junto a los métodos teóricos, varios de carácter empírico, tales como el análisis de documentos, la encuesta, la medición, la triangulación metodológica, el experimento, la observación, el criterio de especialistas, de expertos y de usuarios, así como los matemáticos y algunos pertenecientes a la estadística descriptiva e inferencial. El resultado científico obtenido transforma la efectividad de los alumnos investigados, las nuevas formas de pensar del profesor sustentado en ejercicios de control, indicadores para el control de la manipulación del balón, videos de ejercicios con sus orientaciones metodológicas y la compilación de materiales bibliográficos especializados respaldados en una multimedia.

Palabras claves. Motricidad gruesa; motricidad fina; ejercicios de motricidad fina para las manos y ejercicios de control para la manipulación del balón.

I. INTRODUCCIÓN

La motricidad humana tiene su expresión en la Educación Física, esta contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo, propiciando el descubrimiento y consolidación de las posibilidades de movimiento. Esta área se organiza llevando un orden lógico y sistematizado de los contenidos de todas las

tareas que durante la vida escolar permiten que la misma cumpla sus objetivos como componente de la educación integral, además ejerce una incidencia sobre la esfera cognitiva, social, afectiva y motriz.

Al respecto, González, C. (2004) afirmó "…el estudio de la motricidad humana, como todo movimiento del ser humano tiene una expresión en la Educación Física, esta ha establecido una clasificación de orden metodológico, para facilitar su trabajo, en dos áreas: motricidad gruesa y motricidad fina".

Según esta autora "…el área de motricidad gruesa concierne a la acción de grandes grupos musculares, los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio y la motricidad fina es la acción de pequeños grupos musculares de la cara, las manos y los pies".

Esta investigación aborda la motricidad fina de las manos que comienza a desarrollarse desde los primeros estadios del desarrollo infantil, gracias a las actividades que el sujeto realiza con objetos, pero no es hasta los 8 a 9 años que alcanza su momento óptimo debido a la maduración morfológica y funcional tanto del sistema nervioso central, como del sistema osteomioarticular fundamentalmente.

Es precisamente en esa edad, correspondiente al cuarto grado, donde aparecen en el programa de Educación Física acciones que contribuyen notablemente al desarrollo de la motricidad fina para la vida del escolar.

Se enfrentan a la manipulación de objetos a través de la unidad de Juegos predeportivos porque familiariza a los alumnos con las habilidades de los deportes que se impartirán posteriormente y requieren de una educación en su formación y desarrollo, hasta lograr consolidar el control de los movimientos pequeños y precisos en la manipulación del balón.

A partir de los elementos planteados se declara como objetivo generalelaborar una metodología para el trabajo del profesor con la motricidad fina de las manos en la clase de Educación Física.

Para el logro de este fin fue seleccionada una muestra de 1050 alumnos y 98 profesores de Educación Física, utilizándose junto a los métodos teóricos, varios de carácter empírico, tales como el análisis de documentos, la encuesta, la

medición, el experimento, la observación, el criterio de especialistas, de expertos y de usuarios, así como los matemáticos y algunos pertenecientes a la estadística descriptiva e inferencial, procesándose los datos alcanzados con el programa SPSS 20.0.0, aplicándose la prueba de los rangos señalados de Wilcoxon y la correlación por rangos de Spearman.

II. DESARROLLO

Metodología para el trabajo del profesor con la motricidad fina de las manos en la clase de Educación Física

Objetivo de la metodología

Facilitar la labor pedagógica del profesor para el trabajo con la motricidad fina de las manos en la clase de Educación Física.

Fundamentación de la metodología

En el área de la Educación Física apesar de que son pocas las investigaciones realizadas en las edades de 8 a 9 años acerca de la motricidad fina para las manos en la manipulación del balón; es la etapa óptima de maduración desde el punto de vista morfológica y funcional tanto del sistema nervioso central, como del sistema osteomioarticular fundamentalmente.

La metodología que se propone se fundamenta en las teorías: la neurofisiológica del control de los movimientos expuesta por Guyton, A. (2006) y en el enfoque histórico cultural de Vigotsky, L. (1979); asume las cinco leyes a tener en cuenta en el proceso de la Educación Física, declaradas por Matvéev, L. y Novikov, A. (1977), los cinco principios de la Educación Física, aportados por Calderón, C. (2006) y el enfoque integral físico-educativo declarado por López, A. (2006).

Etapas de la metodología

Etapa I. Preparación

Esta etapa comprende preparar al profesor de Educación Física a través de un curso de capacitación, profundizando en los fundamentos teóricos y prácticos acerca de la motricidad humana, motricidad fina, test, ejercicios de control para la motricidad fina de las manos, así como ejercicios de motricidad fina para las

manos con sus orientaciones metodológicas, a fin de que puedan brindar una correcta atención a ésta en sus alumnos durante la clase.

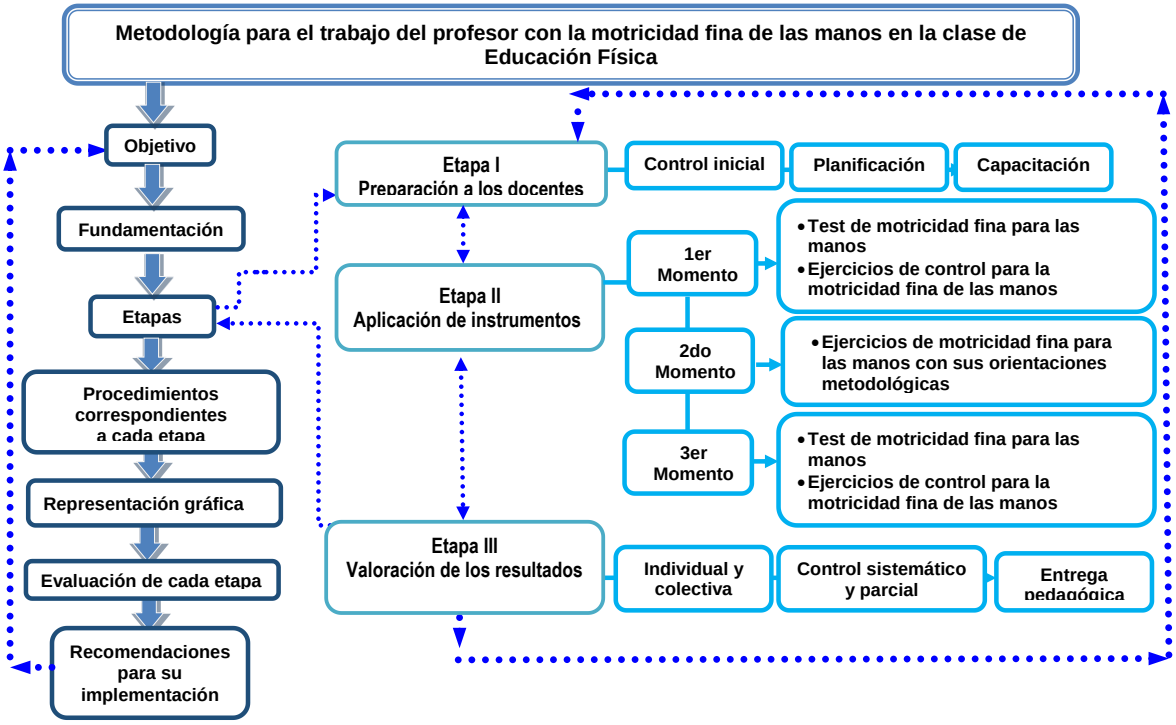
Etapa II. Aplicación

Esta etapa le permite al profesor de Educación Física, aplicar el test, los cincos ejercicios de control y los ejercicios de motricidad fina para las manos con sus orientaciones metodológicas en los alumnos.

Etapa III. Valoración

La presente etapa comprende controlar de forma sistemática y parcial el desarrollo de la motricidad fina de las manos y realizar la entrega pedagógica al profesor del grado posterior.

Representación gráfica de la metodología



Evaluación de la metodología

Etapa I. Preparación

El cumplimiento del objetivo de la primera etapa está dado cuando se logre comprobar los conocimientos sobre los fundamentos teóricos y prácticos que los profesores han de dominar.

Se tendrá como referente el sistema de evaluación, que radica cuando las exposiciones e intervenciones frecuentes que hará el cursista en las clases prácticas y talleres integradores, donde se debate el resultado de las respuestas emitidas de las preguntas de autocontrol, que permiten comprobar los conocimientos sobre los fundamentos teóricos y prácticos necesarios para encontrarse en condiciones de poder llevar a cabo una adecuada atención pedagógica a los alumnos de cuarto grado en la clase de Educación Física.

Etapa II. Aplicación

Los profesores de Educación Física cumplen con la segunda etapa, cuando logren determinar los resultados del test, los ejercicios de control, así como seleccionar y aplicar debidamente los ejercicios de motricidad fina para las manos con sus orientaciones metodológicas.

Etapa III. Valoración

Se considera que la tercera etapa se cumple exitosamente, cuando se logrecontrolar el desarrollo de la motricidad fina de las manos sistemáticamente y parcial para realizar la entrega pedagógica al profesor del grado posterior.

Evaluación general de la metodología: cuando se logre de forma adecuada cumplir con los objetivos de las tres etapas y aplicar integralmente la metodología como un todo.

Recomendaciones para la instrumentación de la metodología

1. Cumplir con el orden establecido de las diferentes etapas y procedimientos que contempla la metodología.
2. Contar en todos los casos con el apoyo de especialistas en las temáticas abordadas en la primera etapa.
3. Cumplir con el orden establecido de los temas de capacitación.

4. Aplicar primero el test de motricidad fina para las manos por su nivel de complejidad en el control, precisión y posteriormente los ejercicios de control en su orden metodológico para su aprendizaje, reflejado en la segunda etapa.
5. Tener en cuenta las condiciones de estandarización que se ofrece para medir a los alumnos en el test de motricidad fina para las manos y los ejercicios de control para la motricidad fina de las manos.
6. Registrar los dos intentos realizados por los alumnos.
7. Calcular el valor porcentual de los indicadores para procesar la información.
8. Emplear los ejercicios de motricidad fina para las manos en el calentamiento.
9. Realizar los ejercicios de motricidad fina para las manos de ocho a diez repeticiones.
10. Verificar que las orientaciones metodológicas se correspondan con la solución a las dificultades presentadas por los alumnos.

Resultados de la aplicación de la primera etapa

Se logró capacitar a los profesores de Educación Física para el trabajo con la motricidad fina de las manos, se alcanzó dominio de los contenidos de cada uno de los temas del curso de capacitación que se proponen, dándole cumplimiento a los objetivos de cada tema propuesto.

Resultados de la aplicación de la segunda etapa

Los procedimientos que comprende esta etapa permitieron aplicar el test y los cincos ejercicios de control para la motricidad fina de las manos en el primer momento (pretest) y en el segundo momento (postest) Se introduce los ejercicios de motricidad fina para las manos con sus orientaciones.

Resultados del test Construcción de una torre de dados

Comparación de los resultados entre el pretest y postest del test Construcción de una torre de dados.

Al analizar los resultados obtenidos en el pretest “Construcción de una torre de dados”, más de la mitad el 77,6%, de la muestra se encuentran en las categorías de regular y mal, solamente el 22,3% alcanzaron la categoría de excelente y bien. Las mayores dificultades detectadas se observan en la forma de las manos para agarrar el dado, lo agarran con los dedos y debe ser con toda la mano, la

ocupación del espacio cuando deben hacer coincidir las cuatro esquinas de cada dado uno encima del otro, por lo que, todo estas deficiencias no les permite cumplir con el tiempo establecido.

En el postest, el 70%, más de la mitad, se encuentran en las categorías de excelente y bien, el 30%, en las categorías regular y mal. Se precisa que la mayoría de los alumnos cambiaron de categorías mejorando en la forma del agarre, la colocación de las manos para construir la torre, logrando un mejor control de los movimientos precisos al cumplir con los 20 segundos como máximo.

Además de haber aplicado la metodología que contiene los ejercicios de motricidad fina para las manos con las orientaciones metodológicas que se proponen los resultados son superiores de forma cuantitativa y cualitativa a los del pretest.

La significación estadística de los resultados obtenidos de la prueba de rangos señalados de Wilcoxon para la comparación entre pretest y postest del test Construcción de una torre de dados, se deriva del nivel de medición de las variables discretas ordinales que no se ajustan a una distribución normal, por tanto, se aplica el test estadístico para pruebas no paramétricas como se establece por los resultados, los cuales mostraron la existencia de diferencias altamente significativa $P<0,001$ en el control de los movimientos precisos antes de la aplicación de los ejercicios de motricidad fina para las manos con sus orientaciones metodológicas y después de los mismos.

Resultados de los cinco ejercicios de control para la motricidad fina de las manos

Comparación de los resultados entre el pretest y postest del ejercicio de control Balón al centro.

Los resultados obtenidos en el pretest con el ejercicio de control “Balón al centro” indican que el 71,7% más de la mitad de los indicadores se realizaron correctamente, los restantes presentan las mayores dificultades en: dedos bordeando el balón por ambos polos y pasar el balón con la primera y segunda falanges. Se evidencia que poseen poco control en la manipulación del balón al

pasarlo hacia el centro del círculo con las palmas de las manos y ubicando los dedos al bordearlo en la parte anterior y posterior.

Los resultados logrados en el postest muestran el cambio a un estadio superior de los cinco indicadores después de realizar los ejercicios de motricidad fina para las manos y recibir las orientaciones metodológicas de forma sistemática, en correspondencia con la debida atención a las diferencias individuales dentro de la clase con relación al pretest.

Comparación de los resultados entre el pretest y postest del ejercicio de control Condúcela y déjala.

Los resultados alcanzados en el pretest con el ejercicio de control "Condúcela y déjala" muestran que en más de la mitad de los indicadores se presentan las mayores dificultades: un 43,8% en el contacto del balón con la primera y segunda falanges, un 39% en la extensión de los dedos al empujar el balón y un 40% en el movimiento activo de la muñeca. Por lo tanto se evidencia la poca educación de los sujetos investigados en la manipulación y coordinación de los dedos con el balón.

Como se constata en el postest, después de haber aplicado la metodología, contentiva de los ejercicios de motricidad fina para las manos con sus orientaciones metodológicas se observa el ascenso creciente de los indicadores, estos resultados coinciden con el criterio planteado por Da Fonseca (1984), cuando expresa que las acciones de los músculos de las manos, dedos y muñecas posibilita un control en los movimientos finos implicando una educación en la manipulación del balón.

Comparación de los resultados entre el pretest y postest del ejercicio de control Campeón de tiros

Los resultados obtenidos en el pretest con el ejercicio de control "Campeón de tiros" demuestran la existencia de dificultades en más de la mitad de los indicadores: el 37,9% ubican los dedos en la parte anterior y posterior del balón, el 36,6% no realiza el movimiento activo de los dedos y el 35,4% no ejecuta el movimiento activo de la muñeca, por lo que se evidencia la poca familiarización en la manipulación del balón.

En el postest, después de haber introducido la variable independiente, se observa el cambio cuantitativo de los indicadores en el control de la manipulación del balón.

Comparación de los resultados entre el pretest y postest del ejercicio de control Balón sobre la cuerda.

En el pretest con el ejercicio de control “Balón sobre la cuerda” los resultados alcanzados se expresan con los mayores porcientos en los indicadores un 69,7% el balón descansa en toda la mano, un 70,6% con la mano abierta y un 75% con los dedos separados, por tanto los menores porcientos están en un 36,6%, con los dedos flexionados en forma de cuchara y un 43,8%, en la realización del movimiento activo de la muñeca, por lo que se muestra un deficiente control de la manipulación del balón.

Se constata que en el postest los resultados obtenidos son superiores a los comparados con el pretest, predominando la utilización de los ejercicios para la motricidad fina de las manos con sus orientaciones metodológicas aparejadas a los principios de sistematización, asequibilidad e individualización en la formación y desarrollo hacia una educación en la manipulación del balón.

Comparación de los resultados entre el pretest y postest del ejercicio de control Siempre por el aire.

Los resultados obtenidos después de aplicado el pretest del ejercicio de control “Siempre por el aire” destacan que más de la mitad de los alumnos realizan incorrectamente los indicadores, un 37,9%, no mantienen los dedos semiflexionados, un 36,6%, no realizan el contacto con los diez dedos, un 35,4%, no realizan con las primeras falanges de los dedos y un 35%, no extienden los dedos al empujar el balón; esto trae como consecuencia la no dirección correcta del balón.

Como particularidad se señala que en el postest se obtuvieron resultados superiores al conquistar los porcientos más altos de los cincos indicadores, por lo que se demuestra la efectividad del tratamiento aplicado y la superación de las insuficiencias mostradas en el pretest.

Los ejercicios de motricidad fina para las manos con sus orientaciones metodológicas tienen el objetivo de mejorar el control de los movimientos precisos en la manipulación del balón.

Resultados de las observaciones de la ejecución de los ejercicios de motricidad fina para las manos.

Se realiza un análisis de las nueve observaciones por cada mes para un total de veintisiete, que permitieron comprobar la ejecución de los ejercicios de motricidad fina para las manos en los alumnos.

En ese sentido, al analizar los datos obtenidos en el mes de febrero los mayores porcientos un 54,5% se refieren a los criterios no lo realiza y un 24,7%, a veces. Se muestra que los sujetos evaluados no responden a las exigencias y cumplimiento metodológicos orientados por parte del profesor de cómo hacerlo, por qué se debe hacer y lo que contribuye para su vida.

En las observaciones efectuadas en el mes de marzo se presenta un mejoramiento de la ejecución de los ejercicios, ya que existe un ascenso cuantitativo de los resultados alcanzados por parte de los alumnos en los criterios: lo realiza 19,2%, casi siempre 23,8%, en menor porcentaje a veces 21,4%; un 35,2%, no lo realiza. Sin embargo, aún es necesario facilitar la atención individualizada y potenciarlos de acuerdo a sus características reales para elevar su nivel motriz.

Si comparamos las observaciones efectuadas en el mes de abril con las realizadas en los meses de febrero y marzo se aprecia un incremento de los sujetos investigados en los criterios: lo realiza 70,4%, casi siempre 29,5%, mostrando calidad y dominio en la ejecución de los ejercicios de motricidad fina para las manos correctamente.

Coincidiendo con el sicólogo Vigotsky, L.S. (1979), que plantea conocer las posibilidades reales en que se encuentran el sujeto de acuerdo a sus posibilidades por sí solo, el profesor le brinda ayuda para que él pueda resolver las dificultades, a través de las potencialidades de su desarrollo futuro.

En la constatación final, luego de haber aplicado la metodología que contiene los ejercicios, guiados por los métodos, las formas organizativas y las orientaciones

metodológicas en la clase de Educación de Física en cuarto grado, que se proponen, los resultados son altamente significativos P<0,001 superiores de forma cuantitativa y cualitativa a los de los meses de febrero y marzo.

Resultado del coeficiente de correlación por rango de Spearman (p).

Se afirma que, el valor de p= 0.969** se caracteriza por una relación fuerte lineal positiva porque el resultado de (p) es más cercano a los límites de 1, esto significa que en la medida que se aumenta el mejoramiento del resultado control de los movimientos precisos, aumenta el mejoramiento del resultado control de la manipulación del balón, por lo que se correlacionan al nivel de significación 0,01.

El cumplimiento del objetivo de esta etapa es adecuado, los profesores determinaron los resultados del test, los ejercicios de control, así como los ejercicios de motricidad fina para las manos con sus orientaciones metodológicas, lo cual favorece la atención individualizada de los alumnos en la clase.

Resultados de la aplicación de la tercera etapa

El cumplimiento del objetivo de esta etapa se valoró satisfactoriamente, los profesores realizaron el control del desarrollo de la motricidad fina de las manos de forma sistemática y parcial, para después realizar una entrega pedagógica al profesor del grado posterior.

Se precisa que, el criterio de evaluación general de la metodología se cumplió de forma adecuada al lograr los objetivos de las tres etapas y aplicar integralmente la metodología como un todo.

Resultados del criterio de usuario aplicado a los profesores de Educación Física

Como parte de los resultados se aplica un cuestionario a los 42 profesores de Educación Física de la enseñanza primaria en el mes de junio 2016, para determinar sus valoraciones con respecto a la metodología aplicada.

Los resultados obtenidos evidencian que el 100%, de los profesores consideran que la metodología cumple con los requisitos necesarios, para atender el trabajo con la motricidad fina de las manos durante la clase de cuarto grado.

El 100%, de los profesores plantean que el objetivo propuesto en la metodología se corresponde con las necesidades y potencialidades, siendo una vía que facilita el tratamiento a la motricidad fina de las manos en la clase.

Todos los profesores plantean que la selección, creación, dosificación y sistematicidad de los ejercicios, responden al enfoque integral físico educativo, a las leyes y principios de la Educación Física; de esta manera se cumple con las necesidades y potencialidades de los alumnos de cuarto grado.

Con respecto a las orientaciones metodológicas y recomendaciones aportadas como parte de la metodología, el 100%, de los profesores plantean que son válidas para lograr el cumplimiento de los objetivos propuestos en la clase.

Todos los profesores consideran a la metodología sustentada en la concepción teórica y práctica enriquece el proceso de trabajo con la motricidad fina de las manos en la clase, es una herramienta fundamental para la formación y desarrollo de la educación del control de los movimientos precisos en la manipulación del balón en función de las particularidades de los alumnos investigados.

III. CONCLUSIONES

1. Se demuestra que la metodología elaborada, permitió a partir de su estructura, funcionamiento y el tránsito de sus etapas organizar el proceso de trabajo con la motricidad fina de las manos, comprobándose la validez obtenida por la consulta de los expertos y la aplicación exitosa en la práctica, lo cual confirma la hipótesis planteada.
2. Los resultados del experimento pedagógico, constatan la validez de la metodología, al darle cumplimiento a la aplicación de los ejercicios de motricidad fina para las manos con sus orientaciones metodológicas, efecto que se evidencia en el desarrollo del control de los movimientos precisos en la manipulación el balón, confirmado en el diagnóstico final.

IV. BIBLIOGRAFÍA

1. Da Fonseca, V. (1998).Ontogénesis de la Motricidad. Estudio Psicobiológico del Desarrollo Motor Edición G. Núñez S.A, Impreso en España.
2. De Armas, N. y col. (2003). Los resultados científicos como aportes de la investigación educativa. Aproximación al estudio de la Metodología como

resultado científico. Centro de Ciencias e Investigaciones Pedagógicas. Universidad Pedagógica “Félix Varela”. Villa Clara, Cuba.

3. González, C. (2004). Motricidad, Revista digital "Motricidad". Disponible en: http://www.deporte.urg.es/motricidad. Consultado el 21 de octubre del 2015.
4. Guyton, A. y Hall, J. (2006). Tratado de Fisiología Médica. 10 Edición. Mississippi Missouri, Editorial McGraw Hill.
5. Ruiz, A. (2007). Teoría y metodología de la Educación Física y el deporte escolar. Santo Domingo, Editorial Aplusele.
6. Saínz, N. (2010). Psicopedagogía de la Educación Física y el Deporte Escolar. La Habana, Editorial Deporte.
7. Trujillo, O. y col. (2001). Programa y Orientaciones metodológicas de Educación Física enseñanza Primaria segundo ciclo. La Habana, Editorial Deportes.
8. Valdés, Y. y col. (2007). Teoría y metodología de la Educación Física. Tomo I y II. La Habana, Editorial Deporte.
9. Vigostsky, L. S. (1979). El Desarrollo de los procesos Psicológicos Superiores. Ciudad de la Habana, Editorial. Pueblo y Educación.

Titulo: Metodología para la potenciación del desarrollo motor de escolares con retraso mental moderado.

Autor: José Benardino Castillo Moreno, jbcastillomoreno@gmail.com Profesor Titular

País: Venezuela

Resumen:

Mediante el diagnóstico realizado por medio de observaciones, encuestas, entrevistas y la revisión de documentos oficiales, en el Instituto de Educación Especial Bolivariano San Carlos (IEEB San Carlos), se determinaron las características de los escolares con retraso mental moderado, las irregularidades funcionales del proceso de la Educación Física; así como el nivel de conocimientos de los especialistas de Educación Física que laboran en dicho instituto. Problemática La clase de Educación Física Adaptada no está adecuada a las múltiples particularidades que origina en el escolar del primer grado la condición de Retraso Mental Moderado, por lo que poco garantizan el desarrollo motriz. Objetivo Diseñar una metodología para potenciar el desarrollo motriz de los escolares diagnosticados con retardo mental moderado en el contexto de la Educación Física Adaptada

Título: Niños y adolescentes de la montaña: Un estudio antropométrico comparado.

Autor: Dr. C. Pedagógicas. José Francisco Monteagudo Soler
Profesor Titular y Consultante.
UCCFD "Manuel Fajardo".

Coautores: Dr. C. Educación. Fernando Carlos Agüero Contreras. Profesor Titular e investigador Centro de Estudios Socioculturales.
Dra. C. Económicas. Elia Natividad Cabrera Álvarez · Profesora Auxiliar. Departamento de Matemática.
M.Sc. Medardo Rosbel Delgado Moya. Profesor Auxiliar. Facultad de Cultura Física y Ciencias del Deporte.

País: Cuba

Resumen

Se comparan estadísticamente el peso y la talla de niños y adolescentes de ambos sexos, de 12 a 15 años en el contexto de residencia montañoso con respecto a los contextos rural y urbano. La medición antropométrica retrospectiva se desarrolla en Cienfuegos con una muestra de 470 casos observados en los tres contextos de estudio. Para la selección de las unidades experimentales se utilizó un muestreo Intencional, la Prueba T para la comparación de las medias y el Análisis de Varianza Multifactorial precedido por un análisis descriptivo. Se demuestra que la edad y el contexto de residencia influyen en la talla de niñas, niños y adolescentes. Los residentes en las montañas presentaron tallas promedio inferiores que la talla promedio. El peso promedio de los niños y adolescentes de las montañas es superior, en el caso de las niñas y adolescentes ocurre lo contrario. La comparación por pares entre los tres tipos de residencia muestra que solo es significativa para la talla la combinación entre el contexto urbano y de montaña. Los niños y adolescentes de las montañas tienen más peso que el peso promedio del niño cubano tomando como referencia datos estadísticos. Los resultados alcanzados son de gran importancia para determinadas actividades de la vida y en específico para el deporte en la **"Detección de Posibles Talentos Deportivos"**

Palabras Clave: Antropometría, niños-adolescentes, peso-talla, montaña, Talentos.

Summary

The weight and height of children and adolescents of both sexes, from 12 to 15 years old, are compared statistically in the context of mountainous residence with respect to rural and urban contexts. The retrospective anthropometric measurement is developed in Cienfuegos with a sample of 470 cases observed in the three study contexts. For the selection of the experimental units we used an Intentional sampling, the Test T for the comparison of the means and the Analysis of Multifactorial Variance preceded by a descriptive analysis. It is shown that the age and the context of residence influence the size of children and adolescents. The residents of the mountains presented average sizes lower than the average size. The average weight of children and adolescents in the mountains is higher, in the case of girls and adolescents the opposite occurs. The comparison by pairs between the three types of residence shows that only the combination between urban and mountain context is significant for size. Children and adolescents in the mountains have more weight than the average weight of the Cuban child, taking statistical data as a reference. The results achieved are of great importance for certain life activities and specifically for sport in the **"Detection of Possible Sports Talents"**

Keywords: Anthropometry, children-adolescents, weight-height, mountain, Talents.

Introducción

El primer reporte científico de una medición antropométrica para niños y adolescentes de la zona montañosa de la provincia de Cienfuegos, se efectuó entre 1998-2002. El estudio tomó como referencia el estudio del niño cubano recogido en la obra de Jordán (Jordán, 1979). De igual manera se asumió como parte del trabajo comunitario (Aguero Contreras, 1995) que se despliega en el ecosistema montañoso y escuelas de la zona, para conocer el currículo escolar (Aguero Contreras, 2006). Su carácter comparado se deriva de la intención de superar la visión fenoménica del profesorado y residentes locales al considerarles

menos desarrollados que los residentes en otros contextos socioculturales, rurales y urbanos. La percepción de las diferencias fue atribuida a impactos de la crisis de los años noventa en el ecosistema.

La antropología remarca el peso de la tradición (Boas, 1964) y no desconoce la aculturación, el estatus socioeconómico de la familia, ni el contexto y concede un papel orientador en el proceso educativo si es sustentado por la ciencia (Foster,1966), (Harris,2001). Estos elementos investigados proporcionarán comportamientos positivos que beneficiarán al deporte, al ejercicio físico, la recreación sana otras prácticas como indicadores cineantropométricos para la detección de talentos deportivos y en contra de actividades nocivas asociadas al tabaquismo, la ingestión desmesurada de bebidas alcohólicas, la vida sedentaria, etc. especialmente en escenarios rurales y montañosos.

Objetivo: Brindar un estado comparativo con el apoyo estadístico del peso y la talla de niños y adolescentes de ambos sexos, de 12 a 15 años en los contextos de residencia montañoso, rural y urbano de la provincia de Cienfuegos.

Material y Métodos: Se destacan tres principios esenciales: la dialéctica de lo general y lo singular, el enfoque lógico - histórico y la relación teoría – práctica. Ellos posibilitaron visualizar el mundo, la región, el país y los escenarios específicos considerados para el estudio. Se realizó un análisis comparativo tomando como referencia las mediciones del niño cubano de 1979 (Jordán, 1979) y además fueron comparados los grupos de niños y adolescentes por sexo y edades en los tres escenarios socioculturales de residencia. Para examinar el desarrollo físico se tomaron como población y muestra un total de **470 casos** (en Escuelas de Secundaria Básica y nivel medio superior) de acuerdo a un muestreo no probabilístico Intencional. Fueron escogidos los grupos en que sus alumnos hubiesen vivido siempre en la zona montaña, los que llegaron a totalizar 136. De igual forma se escogieron de las zonas rurales 143 alumnos. En la ciudad de Cienfuegos se escogieron 191 alumnos. Las definiciones de rural, urbano y montaña se corresponden con las definidas por la Oficina Nacional de Estadística e Información y ratificadas por el Censo de Población y Viviendas 2012 (Oficina Nacional de Estadística, 2014). Las mediciones se realizaron según la

metodología seguida por Jordán (1979) utilizando una balanza tipo SECA con su correspondiente tallímetro, ajustada en el Instituto de Metrología y Control de la Calidad, siendo debidamente certificada.

Se realizó un análisis estadístico descriptivo de las mediciones. La normalidad de las variables talla y peso fue comprobada con la prueba de Kolmogorov-Smirnov. La Prueba T para una muestra permitió la comparación de los pesos y tallas promedios según los grupos de edades, sexo y residencia. Además se realizó un Análisis de Varianza Multifactorial para determinar la relación entre el sexo, la edad y la residencia en la talla y el peso. En todos los casos se prefijó un 5% de significación.

Resultados

En la composición de la muestra estudiada se observó que el 56,3% son niñas, de las cuales el 37,3% residen en un contexto urbano, el 31,7% en zona rural y el 30,9% en la montaña, mientras los niños investigados representan un 43,6% del total. De ellos, 44,9% residen en la zona urbana, 28,8% en zona rural y los 26,3% restantes residen en la parte montañosa. (Tabla 1).

Tabla 1. Características de la muestra de la investigación.

Zona de Residencia	Edades	Sexo		Total
		Niños	Niñas	
Urbano	12	7	15	22
	13	49	33	82
	14	39	33	72
	15	4	11	15
	Subtotal	99 (37,3%)	92 (44,9%)	191
Rural	12	22	19	41
	13	26	18	44
	14	29	18	47
	15	7	4	11
	Subtotal	84 (31,7%)	59 (28,8%)	143
Montaña	12	16	14	30
	13	27	18	45
	14	20	11	31
	15	19	11	30
	Subtotal	82 (30,9%)	54 (26,3%)	136
Total General		265 (56,3%)	205 (43,6%.)	470

Fuente: Elaboración propia a partir del reporte de salida del SPSS

En la tabla 2, se presenta el análisis de la muestra investigada por edades, sexo y contextos de residencia con los rangos mínimos, máximos y medios alcanzados en la investigación.

Tabla 2. Talla en (cm) y Peso en (kg) según edad, sexo y contexto sociocultural de residencia de la muestra de la investigación.

			N	Talla (cm) N = 470				Peso (kg) N = 470			
E	S	R		Mínimo	Máximo	Media	D/T	Mínimo	Máximo	Media	D/T
12	M	U	7	130,5	153,5	143,2	8,7	26,0	44,0	35,8	6,4
		R	22	135,1	158,0	145,5	5,6	29,5	55,0	40,3	7,5
		M	16	136,5	158,8	145,8	6,5	32,0	44,5	37,4	3,5
	F	U	15	133,0	154,2	143,9	5,5	30,0	61,0	41,6	9,3
		R	19	132,2	152,1	142,4	5,7	30,0	40,5	34,9	3,6
		M	14	130,0	155,4	140,9	7,0	28,0	43,0	34,9	5,1
13	M	U	49	122,8	170,0	153,8	8,5	34,0	64,0	46,7	7,0
		R	26	135,4	162,2	149,8	7,3	29,5	55,0	43,2	7,9
		M	27	138,0	163,1	148,5	7,1	32,0	60,0	45,1	6,5
	F	U	33	130,7	164,0	152,4	8,7	26,0	57,0	43,2	8,3
		R	18	131,0	162,0	145,7	8,3	25,0	66,0	37,9	9,0
		M	18	133,8	160,1	144,2	7,2	29,0	48,5	38,1	6,1
14	M	U	39	131,4	168,0	155,2	7,9	29,5	78,5	49,5	8,9
		R	29	140,3	166,0	151,9	6,5	32,5	65,0	47,5	8,0
		M	20	139,1	165,3	151,3	7,0	35,0	62,5	46,9	7,5
	F	U	33	143,7	169,0	157,2	7,7	31,0	61,0	45,2	7,5
		R	18	137,0	168,4	155,0	9,0	32,5	59,0	44,0	7,0
		M	11	138,6	167,2	151,8	8,3	33,5	50,0	43,5	6,5
15	M	U	4	147,2	170,5	156,2	9,9	38,5	52,0	42,6	6,3
		R	7	148,6	159,6	154,9	3,4	41,0	55,0	48,7	5,0
		M	19	145,0	166,0	153,7	6,2	38,5	59,0	49,8	6,6
	F	U	11	148,0	175,5	160,7	8,3	41,0	57,5	47,0	4,9
		R	4	147,5	160,5	155,0	6,3	33,5	50,5	43,0	7,0
		M	11	138,3	170,0	157,7	10,3	35,0	63,0	47,9	8,4

Fuente: Elaboración propia a partir del reporte de salida del SPSS

Leyenda: E: Edad, S: Sexo; T: Total de muestra investigada por residencia; R: Residencia (U: Urbano; R: Rural, M: Montaña D/T: Desviación Típica.

Según la Prueba T (Tabla 2) evaluando la talla media de toda la muestra investigada, existe una talla superior en los niños de 12 años de la montaña con 145.8 cm y en las niñas la mayor talla se encontró en la zona urbana con 143.9

cm. En la edad de 13 años, la mayor talla fue encontrada en los niños con 153, 8 y en las niñas con 152, 4 de la zona urbana.

En la edad de 14 años existe un predominio de talla superior en niños con 155,2 cm y en niñas con 157,2 de la zona urbana. En la edad de 15 años, los jóvenes de la zona urbana alcanzaron los mayores índices de talla con 156,2 en varones y 160, 7 en las hembras.

Este predominio de la zona urbana puede estar dado por el desarrollo socio cultural, deportivo y geográfico del territorio investigado.

Significativamente los resultados alcanzados en el indicador talla correspondieron a los niños y jóvenes investigados de la zona rural y en tercer lugar a los de la zona montañosa pero con una diferencia no muy lejana de los anteriores.

Estos resultados que se han obtenido pueden servir como elementos para la posible detección de talentos deportivos en diferentes especialidades deportivas.

En cuanto al peso, en la edad de 12 años masculino, la diferencia se encuentran en el contexto rural con 40,3 kg y en el sexo femenino en la zona urbana con 41.6 kg. En 13 años masculinos con 46,7 kg y en el femenino con 43, 2 kg, ambos de la zona urbana son los de mayor índice alcanzado.

De la misma forma en la edad de 14 años masculino con 49, 5 kg y en el femenino con 45,2 kg, correspondiente a la zona urbana. Finalmente en los jóvenes de 15 años, la zona montañosa alcanza los mayores resultados, 49,8 kg en el masculino y 47, 9 kg en el femenino.

Entre los resultados del ANOVA multifactorial, para la variable TALLA, se demuestra estadísticamente que la edad (p= 0,000) y la residencia (p= 0,0007) influyen de forma significativa en dicha variable, no así el sexo (p= 0,8787).

Según la interacción entre edad y sexo con (p=0,0035), también menor que el 5%, la combinación del sexo y edad tienen un efecto significativo en la talla. Del análisis posterior según la Prueba de Bonferroni para la edad**,** de todas las combinaciones por pares de edades, el grupo de adolescentes comprendido entre 14-15 es el único que no provoca cambios significativos en la talla y en el caso de la residencia, la comparación por pares entre los tres contextos muestra que los contextos de residencia urbano y de montaña, influyen de manera significativa en

la talla. En cuanto al peso, solo hay diferencias en el contexto urbano para 12 y 13 años.

En el análisis de la variable PESO, sólo la edad (p= 0,000) y el sexo (p= 0,0001) influyen en el peso. En este caso, ninguna de las interacciones provoca cambios en dicha variable. Según la Prueba de Bonferroni para la edad, solo el grupo de 14-15 años, provoca cambios en el peso y ambos sexos provocan diferencias significativas en el peso.

Discusión

La investigación realizada confirma el objetivo planteado. En el análisis realizado se distinguen los avances y oportunidades sociales que se han desarrollo con el proyecto político, social, humanístico, educacional, deportivo y médico cubano. La dialéctica de lo general con lo particular y singular posibilitó discernir las especificidades de los tres escenarios socioculturales, y sus implicaciones en el desarrollo físico.

Para la antropología clásica, los patrones que prevalezcan en una comunidad, en una zona o región geográfica, dependerán por ejemplo los hábitos alimentarios, la visión estética del mundo y de sí mismo, el interés y hábitos higiénicos, la atención que se preste al desarrollo de la salud, o la vida sedentaria con los riesgos de la adicción al tabaquismo, el alcoholismo, la conductas sociales inadecuadas entre otras. Foster (1966). Así mismo influirá el nivel de educación recibido, la práctica sistemática de la Educación Física y la vinculación a un deporte especifico como Talento deportivo, rrepresentado como un profundo y complejo proceso pedagógico, metodológico, psicosociológico y médico biológico, como primer eslabón para detectar a los sujetos con las aptitudes necesarias, que puedan conseguir las más altas normas del perfeccionamiento deportivo (Monteagudo, 2009).

En igual medida dependerá que estén presentes o no en el individuo, determinadas normas y sistemas de comportamientos, asociados a la alimentación, escolarización, educación general, formación cultural, tradición familiar, formas y estilos de vida en la comunidad o asentamiento poblacional de

residencia. En tal sentido se distingue la importancia del método comparativo en estos análisis (Boas, 1964).

Al comparar los resultados del sexo masculino el indicador Talla fue superior en todas las edades investigadas comparativamente con la investigación de Jordán (1979); no así en el sexo femenino que presenta una ligera disminución en las edades de 12 y 13 años, no significativa estadísticamente (Tabla no. 3).

Tabla No 3. Estado comparativo de los datos reportados por Jordán (1979) y con los de la investigación en el parámetros Talla (Tabla 3).

Edades	Sexo	Talla Media Cuba 1979	Talla Media Cuba 2017 (Masculino)	Talla Media Cuba 2017 (Femenino)
12	M	145.15	145,80	143,90
13	M	150.50	153,80	152.40
14	M	155.00	155,20	158,70
15	M	158.80	156,20	160,70

En los resultados alcanzados en el Peso, se observa en la Tabla no. 4, una diferencia a lo positivo en ambos sexos y en todas las edades investigadas. Es de destacar los resultados de las edades de 14 y 15 años donde se inicia la posible detección de talentos deportivos para varias disciplinas deportivas.

Tabla No 4. Estado comparativo de los datos reportados por Jordán (1979) y con los de la investigación en el parámetro Peso (Tabla 4).

Edades	Sexo	Peso Medio Cuba 1979	Peso Medio Cuba 2017 (Masculino)	Peso Medio Cuba 2017 (Femenino)
12	F	35.0	40,3	41,6
13	F	40.0	46,7	43,2
14	F	44.0	49,5	45,2
15	F	47.0	49,8	47,9

De acuerdo con los análisis estadísticos realizados puede confirmarse que la edad influye tanto en la talla como en el peso, el contexto de residencia tiene una influencia significativa en la talla, mientras el sexo influye solo en el peso. Es interesante el análisis de la interacción entre edad y sexo lo que demuestra que el sexo por sí solo no influye en la talla pero cuando se combina con la edad tiene un

efecto significativo. El test de Bonferroni posibilitó las comparaciones múltiples considerando las variables de edad, sexo y contexto sociocultural de residencia desde las cuales se emprendieron los análisis. En este sentido, pudo constatarse que las niñas y adolescentes que habitan en el contexto urbano tienen tallas superiores a los que habitan en el contexto montañoso.

Es preciso dar continuidad y profundizar en estudios no solo en el peso y la talla sino en otros indicadores, así como su combinación con elementos esenciales de la estructura social, los estilos de vida y el papel del currículo escolar y deportivo en estos procesos.

Las evidencia del trabajo de campo permitió identificar una tendencia a nivel de las familias de los alumnos estudiados que se expresa como un patrón de comportamiento cultural, asumido como parte de las estrategias de sobrevivencia ante las secuelas de las crisis de los años noventa, consistente en reforzar desmedidamente y con poco control la alimentación de niños y adolescentes. Se confirma no obstante que la dieta tiene una relación contemporánea importante con la residencia de los individuos, remarcando especialmente los escenarios urbanos y rurales (Grao-Cruces et al., 2013).

Al mismo tiempo coincide con la tendencia a la reducción de la actividad física en grupos de niños coincidentes con las edades estudiadas, considerando los impactos del llamado ocio tecnológico (computación, video juegos, etc.), (Abarca-Sos, Zaragoza Casterad, Lanaspa, & Clemente, 2010), añadida una reducción de la actividad física durante la formación escolar reflejando niveles diversos de conflictos curriculares (Aguero Contreras, 2006), lo cual explica la temprana presencia de riesgo en la vida de estos individuos (Vélez Álvarez, Loaiza, & Paola, 2015). Estas tendencias suelen aparecer además por factores articulados a las estaciones del año, especialmente, en las etapas veraniegas e invernales (Zaragoza Casterad, et al., 2006)., incluida además las influencias de la altitud sobre el nivel del mar (Cossio-Bolaños, Arruda, & Gómez Campos, 2009).

Conclusiones

1. El estudio devela un aumento de los índices de talla y peso en la muestra investigada comparativamente con los estudios de Jordán, 1979.

2. Se confirma que el contexto sociocultural constituye un factor a considerar en el análisis realizado.
3. Los resultados alcanzados pueden ser referentes para la posible detección de talentos deportivos en los territorios investigados.
4. Las tendencias internacionales que se reflejan en la literatura muestran en tiempo de la globalización tendencias y patrones culturales que pueden influir de forma directa en los resultados de futuras investigaciones y requieren de un estudio permanente.

Recomendaciones.

1. Profundizar en el estudio de las variables analizadas utilizando marcos muéstrales más amplios y comparativos con otros territorios de la provincia y del país.
2. Alertar sobre las prácticas pedagógicas asociadas a la educación física y el deporte en la escuela secundaria con el objetivo de profundizar en el despliegue y motivación por la actividad física en los niños y adolescentes de estos escenarios.
3. Utilizar los datos obtenidos en la investigación para la detección de posibles talentos para determinados deportes a mediano y largo plazo según la zona de residencia.

Referencias Bibliográficas

Abarca-Sos,, A., Zaragoza Casterad,, J., Generelo Lanaspa,, E., & Julián Clemente,, J. A. (2010). Comportamientos sedentarios y patrones de actividad física en adolescentes. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 10(39), 410 – 427.

Aguero Contreras, Fernando C. (1995). Valoración Social y Antropológica de una Comunidad de Montaña (p. 26). Cienfuegos, Cuba.: Universidad de Cienfuegos.

Aguero Contreras, Fernando Carlos. (2006). Sociedad, cultura y currículo escolar. Berlin: Verlag Wissenschaft.

Boas, F. (1964). Cuestiones Fundamentales de Antropologia Sociocultural. Buenos Aires, Argentina.: Ediciones Solar y Librería Hachettes, S.A.

Cossio-Bolaños, M. A., Arruda, M., & Gómez Campos, R. (2009). Crecimiento físico en niños de 6 a 12 años de media altura de Arequipa - Perú (3220 msnm). Revista Internacional de Ciencias Del Deporte, 14(5), 32 – 44. https://doi.org/doi:10.5232/ricyde2009.014.04

Foster, G. M. (1966). La Cultura Tradicional y los Cambios Técnicos. Mexico.: Fondo de Cultura Económica.

Grao-Cruces, A., Nuviala, A., Fernández-Martínez, A., Porcel-Gálvez, A.-M., Moral-García, J.-E., & Martínez-López, E. J. (2013). Adherencia a la dieta mediterránea en adolescentes rurales y urbanos del sur de España, satisfacción con la vida, antropometría y actividades físicas y sedentarias. Nutrición Hospitalaria, 28(4), 1129–1135.

Harris, M. (2001). Antropología Cultural (3ra ed.). Madrid, España.: Alianza Editorial.

Jordan, J. R. (1979). Desarrollo Humano en Cuba. La Habana Cuba.: Editorial Científico Técnica.

Oficina Nacional de Estadística, República de C. (2014). Censo de Población y Vivienda de la República de Cuba 2012. La Habana, Cuba.: Oficina Nacional de Estadística.

Rodríguez Domínguez, L., Fernández-Britto, J. E., Sánchez, D., Elena, M., Ruiz Álvarez, V., Hernández Hernández, H., Ferrer Arrocha, M. (2014). Sobrepeso y dislipidemias en adolescentes. Revista Cubana de Pediatría, 86(4), 433–444.

Vélez Álvarez, C., Loaiza, B., & Paola, D. (2015). Estilos de vida en adolescentes escolarizados de un municipio colombiano. Revista Cubana de Pediatría, 87(4), 440–448.

Zaragoza Casterad,, J., Serra Puyal,, J. R., Ceballos Gurrola,, O., Generelo Lanaspa,, E., Serrano Ostariz, E., & Julián Clemente, J. A. (2006). Los factores ambientales y su influencia en los patrones de actividad física en

adolescentes. Revista Internacional de Ciencias Del Deporte, II Año 2(2), 1 – 14. https://doi.org/doi:10.5232/ricyde2006.004.01

EVALUACIÓN DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN NIÑOS CON SÍNDROME DE DOWN COMO HERRAMIENTA METODOLÓGICA EN LOS PROCESOS DE INCLUSIÓN

EVALUATION OF MOTORIZED COORDINATION IN CHILDREN WITH DOWN SYNDROME AS A METHODOLOGICAL TOOL IN INCLUSION PROCESSES

***Lcdo. Juan Miguel Luperón Terry, Msc.; **Lcda. Golda Geovanna López Bustamante, Msc.**
Universidad Técnica de Babahoyo
Los Ríos Ecuador
Telefono:593-993178467
Mail. jluperon@utb.edu.ec ; glopezb@utb.edu.ec

Resumen

El propósito de esta investigación es presentar avances de un programa de actividades física adaptado donde el diagnostico, parte de las pruebas y escalas de coordinación motriz validadas en la población escolar general, para ser aplicadas a niños y niñas con Síndrome de Down, que permitan una fácil aplicación para los profesores de Educación Física en clases, con un enfoque inclusivo. La muestra para el estudio estuvo compuesta por 28 niños con Síndrome de Down (7 niñas y 21 niños) de entre 9 y 14 años pertenecientes a la institución Educativa Especial Ayúdanos a Empezar de la Provincia de Los Ríos. Se utilizan las pruebas del Test MABC para la sección de 4 a 6 con adaptaciones y la escala de observación ECOMI tomada como criterio de validez. Los resultados evidencian que el módulo de 4 a 6 años del test MABC son aplicables, con ligeras modificaciones, para evaluar las habilidades motrices fundamentales de niños y niñas con síndrome de Down, no existen diferencias significativas inclinadas a los niños en las pruebas de equilibrio y en la de coordinación visomotora del test.

Palabras claves: coordinación motriz; Síndrome de Down, Inclusión

Summary

The purpose of this research is to present advances in an adapted physical activity program where the diagnosis part of the tests and scales of motor coordination validated in the general school population, to be applied to children with Down syndrome, which allow an easy application for Physical Education teachers in their classes, with an inclusive approach. The sample for the study was composed of 28 children with Down Syndrome (7 girls and 21 boys) between 9 and 14 years old belonging to the Special Educational Institution Help us to Start in the Province of Los Ríos. The MABC Test tests are used. for section 4 to 6 with adaptations and the ECOMI observation scale taken as validity criterion. The results show that the module of 4 to 6 years of the MABC test are applicable, with slight modifications, to evaluate the fundamental motor skills of children with Down syndrome, there are no significant differences inclined to children in the balance tests and in the visual-motor coordination of the test.

Keywords: motor coordination; Down Syndrome, Inclusion

INTRODUCCIÓN

En los últimos años se ha dado gran importancia al ejercicio físico en la mejora de la calidad de vida. Su práctica habitual y el tener hábitos de vida saludables, son aspectos que los profesores de Educación Física han de transmitir en todos los niveles de formación, intentando que se convierta en un modo de vida de los estudiantes de una forma natural.

En este sentido, los niños con Síndrome de Down no son un caso excepcional, ya que la práctica de ejercicio ayuda a superar problemas como la fatiga, la obesidad y los problemas respiratorios entre otros, y esto lo pueden realizar, incluidos en las aulas regulares de las instituciones educativas, al tiempo que produce otros beneficios de tipo psicológico. Pero, como argumenta Barham (1995), también puede cambiarse el punto de vista y considerar que debería tenderse a fomentar una buena salud física que tuviera como objetivo ayudar a

estos niños a conseguir una competencia motora óptima. Según esta “el desarrollo progresivo de las habilidades motoras posee el potencial de enriquecer las experiencias de la vida”, además de eliminar limitaciones sociales, así como posibles sufrimientos y lesiones. (pp.212-234).

Para Vázquez (2001), en cualquier planteamiento de una sesión de Educación Física, es necesario tener siempre en cuenta tres objetivos fundamentales:

1. Crear y desarrollar las aptitudes para la actividad corporal. Para ello será necesario desarrollar:

a. Las cualidades perceptivas del propio cuerpo o sensibilidad propioceptiva.

b. Las cualidades motrices.

2. Aumentar las posibilidades de salud. Para ello se habrá de actuar sobre tres pilares básicos:

a. Intensidad.

b. Grado biológico.

c. Repeticiones frecuentes.

3. Participar en la formación moral y social:

a. Compartiendo las responsabilidades.

b. Creando el ambiente adecuado.

Sim embargo no se debe asumir la sesión de Educación Física para los niños con Síndrome de Down desde enfoque rehabilitador, los programas de Educación Física deben proporcionar experiencias de aprendizaje en todos los aspectos del desarrollo encaminados a la inclusión. Esto supone un reto para los profesores de Educación Física que han de realizar una cuidadosa planificación de sus clases al tener que ajustarse a las características de su conducta cognitiva y problemas o dificultades en el aprendizaje (Jobling, 1995), incluyendo en estos actividades que tengan en cuenta la conciencia de su propio cuerpo y del espacio, los conceptos de equilibrio, tiempo y esfuerzo en el movimiento y las relaciones con sus compañeros.

“La educación Física es entendida como una práctica social impregnadas en una diversidad de acciones en ámbitos formales, no formales y de diferentes contextos de prácticas corporales.” (Sosa, 2009). Esta es una disciplina pedagógica que contribuye significativamente a la estructura de la personalidad del hombre, su creatividad, su socialización y el fortalecimiento de sus aprendizajes escolares mediante la calificación de su motricidad natural y el enriquecimiento del repertorio de movimientos no naturales o adquiridos. Se centra en el desarrollo de múltiples funciones del niño a nivel emocional, expresivo, cognitivo, afectivo, volitivo, comunicativo, además hay que tener en cuenta un elemento que la diferencia de otras áreas y es las conductas motrices, que permite al niño no solo conocerse así mismo, sino también explorar y experimentar en el entorno inmediato

como elemento de construcción del aprendizaje. Podríamos llamar este fenómeno como interacción motriz como la influencia que tiene la realización de una tarea por parte del alumno con el comportamiento motor de otro. (Ocete, 2016)

Estas interacciones producen una comunicación verbal y/o gestual dando lugar a interacciones positivas y negativas (Parlebas, 1998). A la misma vez la educación física se vale de la acción lúdica y del deporte como mecanismo de comunicación, interacción y expresión de manera concreta. Por tanto, cuando se educa a través del cuerpo y los movimientos permite fomentar las competencias afectivas y de relaciones interpersonales tan necesarias para convivir en sociedad, contribuyendo a la formación de valores y actitudes. Esto es determinante en las edades tempranas en donde los niños aprenden a desarrollarse con los demás a través del juego, desarrollando su propia identidad con respecto a los otros, por lo que la educación física puede ser considerada como una herramienta de inclusión (Ocete, 2016).

La UNESCO (2015) en el documento "Educación Física de Calidad": guía para los responsables políticos, define que:

> Educación Física de Calidad (EFC) es la experiencia de aprendizaje planificada, progresiva e inclusiva que forma parte del currículo en educación infantil, primaria y secundaria. En este sentido, la EFC actúa como punto de partida de un compromiso con la actividad física y deporte a lo largo de la vida. La experiencia de aprendizaje que se ofrece a los niños y jóvenes a través de las clases de educación física debe ser apropiada para ayudarles a adquirir las habilidades psicomotrices, la comprensión cognitiva y las aptitudes sociales y emocionales que necesitan para llevar una vida físicamente activa (p. 9).

Esto se traduce en que todos los actores que intervienen en los procesos de la Educación física deben estar comprometidos con las demandas sociales, ofreciéndoles a todos los niños y jóvenes (incluyendo a los niños con discapacidad) una educación de calidad y calidez dándoles la posibilidad educarse en un contexto inclusivo donde todos y todas participen y aprendan de las potencialidades de cada uno de ellos.

La presencia de una pluralidad de estudiantes en la Educación Física referente a los estilos de aprendizaje promueve desafíos al docente que le conllevan a construir una enseñanza desarrolladora y diversa, adaptando los objetivos, contenidos, métodos y medios de enseñanza, procedimientos organizativos, evaluación, para contextualizar las necesidades de aprendizaje de los niños (Maqueira, Recalde, Bonifaz, Aguilar, Álvarez y Sánchez, 2017).

El problema de este estudio se evidencia, cuando se ejecuta la clase de Educación física y de evaluar el proceso de aprendizaje motriz, debido a que a pesar de la existencia del programa curricular nacional del Ecuador, este no ofrece las herramientas metodológicas y prácticas para su aplicación con un enfoque inclusivo y particularmente en los niños con Síndrome de Down que se encuentran en las escuelas especiales, además de la carencia de instrumentos específicos para medir habilidades básicas y coordinación motora en estas poblaciones. "Sin duda no se trata de una tarea fácil, pues hay que lograr un equilibrio entre

lo que debe ser igual para todos, y lo que debe ser distinto para determinados grupos de diagnóstico o personalizado para cada cual” (Maqueira, 2005).

Sin embargo, se han hecho estudios enfocados en programas inclusivos (Ocete, 2016) y de adaptación de pruebas existentes para la medida de la aptitud física de discapacitados intelectuales empleando pruebas y escalas de observación, que valoran problemas de coordinación motriz, para analizar su posible aplicabilidad a escolares con Síndrome de Down, con fiabilidad y validez (Graupera, Rodríguez y Ruiz, 2002). De ahí el planteamiento de este estudio, en el que se pretende valorar la competencia motriz de estos niños, en edad escolar.

MATERIALES Y MÉTODOS

Los niños elegidos para la realización de este estudio son estudiantes de la Institución educativa especializada Ayúdanos a Empezar de la provincia de Los Ríos. Esta escuela atiende aproximadamente a 90 estudiantes con necesidades especiales, y edades comprendidas entre los 5 y los 20 años. Los paralelos están integrados por grupos de 8 a 12 niños/as, según los criterios de edad cronológica y nivel madurativo.

Para el estudio se han seleccionado 28 estudiantes con síndrome de Down (7 niñas y 21 niños) de entre 9 y 14 años. Esta selección se hizo de acuerdo con el criterio de los especialistas, que estimaron un retraso aproximado de 5 años en el desarrollo mental de estos sujetos, respecto a la población general de escolares.

Las pruebas se pasaron en horario lectivo, durante la mañana desde las 9h00 hasta las 12h00. Con el equipo de evaluadores, los encargados de controlar el tiempo, los encargados del material, y los encargados de la observación a los niños para la realización eficientes de las pruebas.

Primero las pruebas de coordinación manual (introducir monedas en la hucha, enhebrar bloques en un cordel y trazado) debido a que ellas exigían que el niño se mantuviera sentado en una silla a su medida y apoyado en una mesa para ser llevadas a cabo. Después se realizaron las tareas de coordinación visomotora (atrape de con dos manos, y salto con pies juntos) en este caso el niño o la niña debía situarse en el mismo punto de referencia para realizarlas, lo cual hacía más fácil y rápida la aplicación de las mismas.

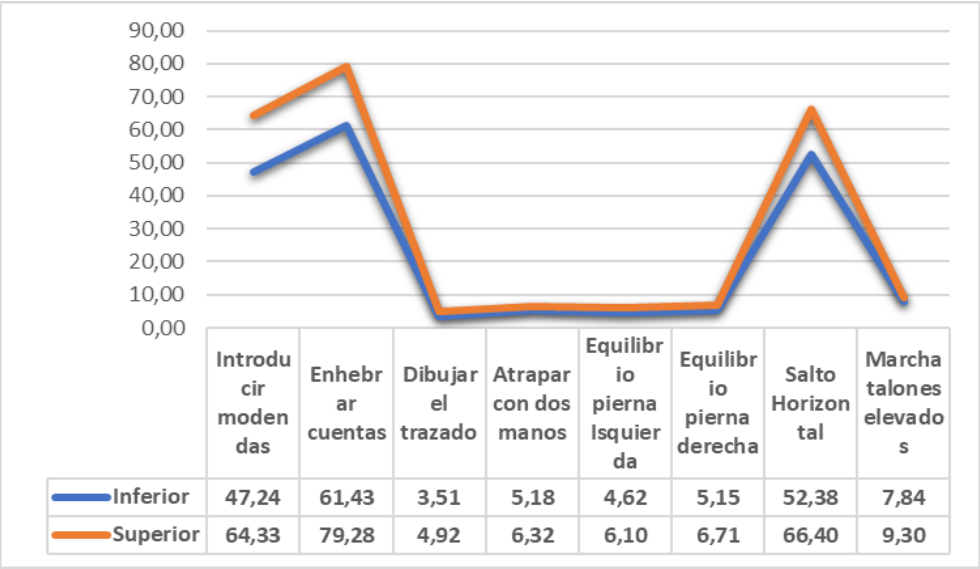
Por último, se realizaron las pruebas de equilibrio (equilibrio estático sobre el pie derecho, izquierdo y marcha sobre una línea con talones elevados).

RESULTADOS

A continuación, se detallan los principales estadísticos descriptivos (máximos, mínimos, medias y desviaciones típicas) que resumen las puntuaciones en cada una de las tareas del MABC obtenidas por los niños y niñas protagonistas de la investigación (Tabla 1). Se presentan también los intervalos de confianza (95%) correspondientes a cada prueba Con el fin de evaluar las habilidades básicas de coordinación motriz en los escolares de la muestra se utilizó el test (escolares de 4 a 12 años) por Ruiz (Rodríguez ,Graupera y Ruiz., 2002).

Prueba de muestra única						
Pruebas	Máximo	Mínimo	Media	Desviación estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
Introducir modendas	122	29	55,79	22,028	47,24	64,33
Enhebrar cuentas	160	43	70,36	23,011	61,43	79,28
Dibujar el trazado	8	1	4,21	1,813	3,51	4,92
Atrapar con dos manos	8	3	5,75	1,481	5,18	6,32
Equilibrio pierna Izquierda	10	3	5,36	1,909	4,62	6,10
Equilibrio pierna derecha	10	2	5,93	2,017	5,15	6,71
Salto Horizontal	90	22	59,39	18,077	52,38	66,40
Marcha talones elevados	15	6	8,57	1,874	7,84	9,30

Tabla 1



Los resultados reflejan que en la primera dimensión la destreza manual que consistió en las pruebas: introducir monedas, el promedio fue de 55,79, con una desviación estándar de 22 segundos, la mayor cantidad de tiempo que demoran en realizar la prueba es de 122 seg. Y el menor tiempo en realizarla fue de 29seg. El intervalo de confianza para un nivel de significación de 0.05 oscila entre el valor inferior de 47,24 seg y superior de 64,33 seg.

La segunda prueba que consistió en enhebrar cuentas el promedio del tiempo que realizan esta es de 70.3s con una desviación típica de 23,01 segundos; el valor máximo es de 160 s y el mínimo es de 43 s, El intervalo de confianza para un nivel de significación de 0.05 oscila entre el valor inferior de 61,4 y superior de 79,2.

La tercera prueba de dibujar el trazado la media fue de 4,21 errores con una desviación típica de 1,8. El valor máximo de errores fue de 8 y el mínimo de 1 error, para un intervalo de confianza con α de 0.05, el valor inferior 3,5 y superior de 4,92.

En cuanto a la segunda dimensión que evaluó la puntería y atrape, los resultados fueron los siguientes: la prueba de atrapar con dos manos presenta una media de 5,9 veces con una desviación típica de 1,4; el valor máximo de atrapes fue de 9 y un mínimo de 3, El intervalo

de confianza para un nivel de significación de 0.05 oscila entre el valor inferior de 5,18 y el superior de 6,3.

En cuanto a la dimensión del equilibrio la prueba con la pierna izquierda la media es de 5,7 s con una desviación típica de 1,9s; en cuanto al valor máximo de tiempo del equilibrio con esta pierna es de 10s y un valor mínimo de 3 s. el intervalo de confianza para un α de 0,05 inferior de 5,8 y superior de 6.3.

La prueba de equilibrio con la pierna derecha la media fue de 5,93 y la desviación típica de 2s. el valor máximo su ubica en 10s y el mínimo en 2s. el intervalo de confianza para un α de 0,05 inferior de 5,1 y el superior de 6,7 s.

La prueba de salto horizontal los resultados arrojan una media de 59.39 cm con una desviación típica de 18 cm. El valor máximo es de 90 cm y el mínimo de 22cm, el intervalo de confianza para un α de 0,05 inferior 52,38 y el superior de 66,40 cm.

Finalmente, la prueba de marcha con talones elevados la media fue de 8,57 pasos con una desviación de 1,8 pasos; el valor máximo de pasos fue de 15 y el mínimo fue de 6 pasos. El intervalo de confianza para un α de 0,05 inferior de 7.84 y el superior de 9,30 pasos.

Estadísticos descriptivos según el género					
Pruebas MABC	Género	N	Media	Desv. Estan	Error estat.
Introducir modendas	NIÑO	21	52,24	22,726	4,959
	NIÑA	7	66,43	16,900	6,388
Enhebrar cuentas	NIÑO	21	73,00	25,034	5,463
	NIÑA	7	62,43	13,998	5,291
Dibujar el trazado	NIÑO	21	3,71	1,488	,325
	NIÑA	7	5,71	1,976	,747
Atrapar con dos manos	NIÑO	21	5,67	1,528	,333
	NIÑA	7	6,00	1,414	,535
Equilibrio pierna Isquierda	NIÑO	21	5,05	1,564	,341
	NIÑA	7	6,29	2,628	,993
Equilibrio pierna derecha	NIÑO	21	5,62	1,830	,399
	NIÑA	7	6,86	2,410	,911
Salto Horizontal	NIÑO	21	65,95	13,677	2,984
	NIÑA	7	39,71	15,639	5,911
Marcha talones elevados	NIÑO	21	8,76	2,047	,447
	NIÑA	7	8,00	1,155	,436

Tabla 3.

En cuanto al género, se muestra la descripción de los resultados en la Tabla 3. La prueba t para muestras relacionada aplicada, para cada una de las tareas de MABC, no muestran diferencias significativas ente los resultados de los niños con relación a los resultados de las niñas.

La fiabilidad del test MABC alcanza un coeficiente de consistencia interna de Alpha=0,73. Por lo que se acepta la fiabilidad del test para evaluar la coordinación motriz de los niños con Síndrome de Down

DISCUSIÓN

Se observa que este test es aplicable, debido a que los sujetos evaluados fueron capaces de realizar todas las tareas. Los valores máximos y mínimos obtenidos son aceptables, y muestran un rango de medición adecuado. Las medias quedan bastante centradas dentro de ese rango y la dispersión en torno a ellas es suficiente para permitir la discriminación de individuos y de grupos (Tabla 1).

Los insuficientes instrumentos específicos para evaluar la coordinación motriz en niños y niñas con síndrome de Down, y el hecho de que el test utilizado, haya manifestado un nivel de dificultad y una aplicabilidad adecuada, abre un camino prometedor para la elaboración y adaptación de nuevos instrumentos de evaluación del desarrollo motor en poblaciones con discapacidad intelectual.

En cuanto a las características métricas del test, se puede decir que muestra una consistencia interna satisfactoria, dado que las diferentes pruebas pretenden medir distintas capacidades básicas de la motricidad (manipulación, equilibrio y control segmentario). Es un test, por tanto, que está construido con la pretensión de atender a la generalidad de los aspectos básicos de la coordinación motriz. El coeficiente Alpha obtenido es suficiente para el empleo de estos instrumentos en nuevas investigaciones.

CONCLUSIONES

El test MABC es aplicable a esta muestra de escolares con síndrome de Down de 9 y 14 años para evaluar las habilidades básicas de coordinación motriz.

No se encuentran diferencias significativas en las habilidades motrices básicas específicamente la coordinación visomotora entre los niños y las niñas con síndrome de Down de 9 y 14 años participantes en esta investigación.

Las características métricas del test MABC (validez y fiabilidad) en la muestra estudiada son aceptables y suficientes para utilizar este instrumento en futuras investigaciones con este tipo de sujetos.

BIBLIOGRAFÍA

Barham, P. (1995). El desarrollo de las habilidades en la adolescencia y en la vida adulta. En Y. B. Gunn, *En El síndrome de Down. Estimulación y actividad motora* (págs. 212-234). Barcelona: Herder.

CONADIS. (22 de 5 de 2014). *Consejo Nacional de la Igualdad de Discapacidades* . Obtenido de - Agenda Nacional para la Igualdad en Discapacidades (2013-2017): http://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/09/Agenda-Nacional-para-Discapacidades.pdf

Graupera, J. L. & Rodriguez, M. L. . (2002). *Evaluación de habilidades motrices en EducaciónFísica Especial.* Madrid: En: Libro de Actas del II Congreso de Ciencias del Deporte. INEF.

Henderson, S. E. & Sugden, D. A. (1992). *The Movement Assessment Battery for Children.* Londres: Psychological Corporation, Ltd. .

Jobling, A. (1995). La Educación Física de la persona con síndrome de Down: ¿Algo más que practicar juegos? *Revista síndrome de Down. 12*, 107-111.

Maqueira, G. (2005). *Estudio del Desarrollo Psicomotor, del Clima Social Familiar y de las Adaptaciones Curriculares en Educación Física de los menores que presentan estrabismo y ambliopía antes de su inclusión en la enseñanza general.* Granada España: Tesis presentada en en opción al grado científico de Doctora en Innovaciones Científicas y Didácticas de la Educación Física Escolar.

Maqueira, Recalde, Bonifaz, Aguilar, Álvarez y Sánchez. (2017). Diversidad, integración e inclusión para perfeccionarpedagógicamente las clases de Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires, Año 21, Nº 225*, 1-1.

Ocete, C. (2016). *DEPORTE INCLUSIVO EN LA ESCUELA": DISEÑO Y ANÁLISIS DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA PROMOVER LA INCLUSIÓN DEL ALUMNADO CON DISCAPACIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA.* Madrid: Tesis Doctoral. Universidad politecnica de Madrid.

Parlebas, P. (1998). *Elementos de sociología del deporte. Málaga: Junta de Andalucía y Universidad Internacional deportiva de Andalucía.* . Andalucía.

Rodríguez ,Graupera y Ruiz. (2002). Aplicabilidad del test MABC en escoares con síndrome de Down. . *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, vol. 2 (7)*, 221-234.

Rodriguez, M. L., Graupera, J. L. & Ruiz, L. M. (2002). Aplicabilidad del test MABC en escolares con síndrome de Down. *revista electrónica: cdeporte.rediris.es/revista/revista7/MABC.html.* , 7.

Sosa, L. (2009). Educación físicay Discapacidad. . *Agora para la EFy el Deporte, No 9*, 7-14.

Vázquez, J. E. (2001). Educación física de base y actividades lúdicas. En J. F. Troncoso, *síndrome de Down y Educación.* Barcelona: Salvat.

Título: Programa de acondicionamiento físico en los bomberos del Centro de Refinación Paraguaná.

Autor: José Ramón Colina Colina, colinajan@pdvsa.com

País: Venezuela

Resumen:

Esta investigación abarca a un grupo de personas pertenecientes a la Unidad de Bomberos del Centro de Refinación Paraguanà Filial de Petróleos de Venezuela S.A. con el objetivo de mejorar sus condiciones físicas para el complemento funcional en el rendimiento de sus labores, la cual aquellos eventos no deseados que pudieran ocurrir en la industria petrolera deben ser asistidos por personas especializadas bajo una series de maniobras individuales y colectivas como respuestas a todas las emergencias, por tal motivo se requiere de un programa de acondicionamiento físico dirigido que beneficie a todo el personal tanto en sus operaciones como también en un estilo de vida saludable. Este proyecto utiliza como instrumento de investigación cualitativa, la entrevista y el DOFA para crear la propuesta del programa y así mejorar la realidad actual de una unidad organizacional. El proyecto fue estructurado en cuatros fases de la siguiente manera: En la fase uno se contempla todo lo relacionado al Escenario, la formulación, la Naturaleza, las necesidades del grupo a estudiar del proyecto; en la fase dos se desarrolló todos los objetivos; la justificación y fundamentaciòn del proyecto partiendo de sus bases legales y el plan de acción describiendo las actividades planteadas y cumplidas. En la fase tres muestra la evaluación y los resultados de todo el programa de acondicionamiento físico en el grupo estudiado. Finalmente en la Fase cuatro se establecen las conclusiones de todo el programa en base a los logros que llevaron al desarrollo de los objetivos y sugerir las recomendaciones.

Título: Tablas de Baremos para medir la Condición Física de la población Infantil Guatemalteca de 7 a 12 años.

Autor: Cristian Josué Maldonado Maldonado, cmaldonado@conader.com.gt, Profesor Titular

Forma de Presentación: Ponencia

País: Guatemala

Resumen:

El presente estudio científico aborda la problemática vinculada con la carencia de información en Guatemala vinculada con un sistema de medición, caracterización motriz y focalización de la potencialidad física de la población infantil (de 7 a 12 años de edad), diferenciándose por zonas geográficas y género. Para minimizar esta problemática se propuso una tabla de baremos y rangos de evaluación, previo a realizar un diagnóstico de la eficiencia física de los niños guatemaltecos de 7 a 12 años inmersos en el Sistema Educativo Nacional Primaria, de las ocho regiones político-administrativas; y establecer las potencialidades por cada capacidad física de este grupo etario a nivel nacional. A través del presente estudio y como uno de los aspectos más importantes es que Guatemala pueda contar con una serie de rangos y tablas propias de medición de la condición física, las cuales fueron establecidas por las más de seis mil mediciones que se hicieron a nivel nacional.

Este aporte establece cómo los profesores, entrenadores y promotores deportivos, que promueven la actividad física y el deporte como una forma de salud, de entrenamiento, de recreación, o como actividad profiláctica y terapéutica, puedan ya establecer a la población con la que actúan, en los niveles (de 1 a 4) en relación a que tanta condición física poseen.

Titulo: Alcances y desafíos institucionales de la Ciudad de México en el fomento de la actividad física con enfoque social

Autora: M.Sc. Regina Moreno, reginamore96@gmail.com

Forma de Presentación: Ponencia

País: México

Resumen:

El objetivo del trabajo es evidenciar la capacidad institucional de la Ciudad de México, entendida como la habilidad que tienen para atender determinado asunto público en el marco de la incorporación de nuevos actores en el ámbito de lo público para fomentar la actividad física con un enfoque social, es decir para todos. Lo anterior cobra importancia ya que cada vez, es más visible que los gobiernos, en todos sus niveles incorporen la cuestión del fomento de la actividad física como asunto público, derivado principalmente del reconocimiento por la comunidad científica en cuanto a los beneficios que genera para la salud.

En efecto es que dicha cuestión está siendo visibilizado a través de su reconocimiento e incorporación en leyes, programas, planes, estrategias, lo cual ha sido implementado a través de las instituciones gubernamentales en el ámbito de su competencia, sin embrago es preciso cuestionarnos sobre los desafíos, barreras e incluso debilidades para cumplir con el objetivo.

Título: Contribución a la educación y formación en valores desde el combinado deportivo.

Autora: Dra. C. Emilia Rebeca Hernández Mezonet. rebeca2015@inder.cu. Metodóloga inspectora.

Institución: Dirección de Ciencia y Técnica INDER Nivel Central

País: Cuba

Resumen

El contexto social en que se realiza la labor educativa en Cuba es complejo, por el impacto de los procesos transnacionalizadores de las sociedades de consumo, ofertados en paquetes culturales, espectáculos deportivos, películas, modas y otras formas de influencia ideológica entre las que están, la afluencia de turistas, visitantes extranjeros, hasta la llegada de un colaborador en fin de misión, familiar o vecino que reside en el exterior; traen aparejado situaciones, tradiciones y vicios del sistema capitalista donde residieron o viven y que en última instancia, contribuyen a acentuar diferencias sociales haciendo más difícil el trabajo educativo en instituciones e comunidades.

Se suma la disparidad del nivel de preparación psicopedagógica de educadores, específicamente del sector deportivo. Esta situación incide en la sistematicidad y organicidad con que se conduce y dirige la práctica de la actividad física y el deporte en la base, desde los Combinados Deportivos. El INDER, como organismo formador, debe superar esas barreras y desplegar acciones de atención integral y multidisciplinaria, a partir de la labor educativa política ideológica, aprovechando las ventajas del trabajo comunitario integrado y la investigación acción participación, para empoderar a los miembros y factores comunitarios en función de identificar y transformar sus problemas, de forma participativa y sistemática.

El combinado deportivo, como unidad básica organizativa del Sistema Deportivo Cubano, es el escenario fundamental para lograr la atención integral y multidisciplinaria a los residentes en las comunidades, realizando actividades

físicas y deportivas con carácter preventivo educativo en función del mejoramiento de la salud y fomentando estilos de vida saludables. Para ello debe trabajar en conjunto con las organizaciones e instituciones del entorno, para desarrollar un trabajo coordinado y coherente con las transformaciones sociales que exige la sociedad, procurando que los factores comunitarios y residentes en las mismas sean los actores principales de su propia auto transformación.
Palabras claves. Labor educativa política ideológica, educación en valores, trabajo comunitario integrado, actividades físicas y deportivas

Summary

The social context in which educational work is carried out in Cuba is complex because of the impact of the transnational processes of consumer societies, offered in cultural packages, sports shows, films, fashions and other forms of ideological influence among which, The influx of tourists, foreign visitors, until the arrival of a collaborator in order to mission, family or neighbor residing abroad; They bring situations, traditions and vices of the capitalist system where they lived or live and which, in the end, contribute to accentuate social differences, making educational work in institutions and communities more difficult.

In addition, there is a disparity in the level of psycho-pedagogical preparation of educators, specifically in the sports sector. This situation affects the systematicity and organicity with which it is conducted and directs the practice of the physical activity and the sport in the base, from the Sport Combinations. INDER, as a formative body, must overcome these barriers and deploy comprehensive and multidisciplinary attention actions, based on ideological political educational work, drawing on the advantages of integrated community work and participatory action research, to empower members and community factors In order to identify and transform their problems, in a participatory and systematic way.

The sports combination, as the basic organizational unit of the Cuban Sports System, is the fundamental scenario to achieve integral and multidisciplinary attention to residents in the communities, performing physical and sports activities

with a preventive educational character in function of the improvement of health and fomenting styles of healthy living. To do this, it must work together with the organizations and institutions in the environment to develop a coordinated and coherent work with the social transformations demanded by society, ensuring that the community factors and residents are the main actors of their own self-transformation.
Keywords. Educational work ideological politics, education in values, integrated community work, physical and sports activities

Título: El estudio del pensamiento de Fidel Castro acerca del deporte desde los procesos formativos en las escuelas del SED

Autora: M.Sc. María Regla Vico Hernández

Institución: Dirección de Docencia, INDER

País: Cuba

Resumen

Ante los nuevos retos y desafíos a los que se enfrenta el sistema deportivo cubano, uno de los presupuestos que hay que salvar es el humanismo de la Revolución cubana que heredo un país donde solamente el 0,25 de la población practicaba la educación física o el deporte. Es Fidel Castro, precisamente heredero de lo más auténtico del pensamiento de José Martí, quien se dio a la tarea de generalizar el deporte, ponerlo al alcance de todos y convertirlo en un derecho del pueblo, no porque le gustara practicar deportes, sino por el evidente humanista en complicidad con su optimismo, lo que va más allá de sus discursos y que debemos hacer llegar a los estudiantes atletas ante la desmemoria y la nueva plataforma neoliberal que se nos pretende imponer.

Esta investigación surge del problema de que el pensamiento de Fidel Castro acerca del deporte estudiar el pensamiento de Fidel Castro se estudia en las escuelas del SED de manera espontánea fundamentalmente desde el proceso de formación general, por lo que en el presente trabajo se propone el diseño de una estrategia metodológica que contribuya al estudio del pensamiento de Fidel Castro en el deporte desde los diferentes procesos formativos

Título: Deporte como fenómeno de comunicación. La experiencia del INDER en Cuba.

Sport as a communication phenomenon. The experience of INDER in Cuba.

Autor: M.Sc. Rudens Tembrás Arcia

País: Cuba

El deporte es un fenómeno de comunicación. Analizarlo desde esa perspectiva permite identificar las matrices comunicacionales presentes en la práctica masiva y de alto rendimiento, en que la construcción de la alteridad es una cualidad central.

El manejo de información y la articulación de procesos de comunicación tienen particularidades en los espacios educativos del deporte, en sus manifestaciones comunitarias y los entornos interculturales.

A gran escala el deporte ha pasado a ser un fenómeno de consumo más que de actividad física. La producción de eventos destinados al consumo masivo es una tarea comunicacional a varios niveles: institucional, mediática, de mercado, etc.

Las organizaciones deportivas son, en la contemporaneidad, centros productores de comunicación, sobre la base de una gestión con salidas diversas y objetivos culturales, ideológicos, políticos, económicos y otros.

Dentro de su patrimonio está la información, que debe manejarse estratégicamente y a partir de las facilidades que otorgan las redes e internet.

En el INDER se comienza a asumir esta perspectiva, con la creación del sistema de comunicación, las alianzas con las oficinas de información e informatización, la creación de redes y el perfeccionamiento de sus medios, así como con la superación de los recursos humanos en esta materia.

Summary

Sport is a phenomenon of communication. Analyzing it from this perspective allows to identify the communicational matrices present in mass and high performance practice, in which the construction of otherness is a central quality.

The management of information and the articulation of communication processes have particularities in the educational spaces of sport, in its community manifestations and intercultural environments.

On a large scale, sport has become a phenomenon of consumption rather than physical activity. The production of events for mass consumption is a communication task at several levels: institutional, media, market, etc.

Sports organizations are, at the present time, producing communication centers, based on a management with diverse outlets and cultural, ideological, political, economic and other objectives.

Within its patrimony is the information, that must be handled strategically and from the facilities that grant the networks and internet.

INDER begins to take this perspective, with the creation of the communication system, alliances with information and computerization offices, networking and the improvement of its resources, as well as the overcoming of human resources in this matter.

Título: El rol de la Universidad Tecnológica del Chocó Diego Luis Córdoba, en el desarrollo deportivo de la sociedad, como proyecto de vida.

Autor: Alexánder Arboleda Córdova, alarco1@hotmail.com

País: Colombia

Resumen:

El programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes de La Universidad Tecnológica del Chocó Diego Luis Córdoba, ha alcanzado una trayectoria académica en el área de la enseñanza de la Educación Física, Recreación y Deportes, estando a tono para responder a la necesidad de formación de docentes cualificados para llevar a cabo la tarea de cumplir con las intenciones de la Ley General de Educación. En este orden de ideas, la preparación de licenciados que se puedan desempeñar como tales, tanto en la educación básica como en la media; hecho que permite expresar que hay comprensión en torno al significado y sentido que tiene la didáctica como disciplina para formar eficazmente a los estudiantes -en el nivel de la educación básica secundaria y media- de los componentes que integran el campo profesional que atañe a la Educación Física, Recreación y Deportes que habla la Ley General de Educación.

El programa tiene como propósito la formación de profesionales idóneos según el modelo formativo de la Universidad Tecnológica del Chocó y los fundamentos del modelo formativo propio de la carrera, para que puedan desempeñarse como docentes en Educación Física, Recreación y Deportes, con un nivel apropiado de competencias pedagógicas, comprometidos con las exigencias de su campo de formación específico, la investigación y con el desarrollo integral sostenible de nuestra región Pacífica colombiana y del país; capaz de crear conciencia acerca de los valores educativos, artísticos, literarios, sociales, culturales, éticos y morales.

El reto que nos queda planteado es lograr una implementación eficaz del programa, logrando que éste impacte de manera positiva su entorno inmediato; esperamos lograrlo a través de la investigación y la innovación permanentes, generando mejoras y provocando cambios visibles y significativos en los procesos de

enseñanza y aprendizaje de la educación física, la recreación y el deporte en el departamento del Chocó.

Título: Inclusión y atención a la diversidad desde la actividad física -deportiva. Retos y prospectivas en Ecuador

Autor: M.Sc. Alfredo Vicente Recalde Ayona, alfredorecalde16@hotmail.com

País: Ecuador

RESUMEN.

La Actividad Física Deportiva y Recreativa es reconocida a nivel mundial como una vía de inclusión e integración social de las personas que presentan necesidades educativas especiales. Ecuador como país ha desarrollado múltiples acciones para lograr la inclusión de este sector poblacional a la actividad física –deportiva, sin embargo aún no se alcanzan los niveles deseados. Datos reportados por la Agenda Nacional informan que sólo un 24 % participa en la práctica de actividades física- deportivas, a esto se une que el ingreso a la Educación Superior no llega tampoco a tener un equilibrio entre lo que se aspira y la realidad. Atendiendo a lo anterior y ante los retos y prospectivas de perfeccionar los procesos de atención a estas personas, el presente trabajo tiene como objetivo reflexionar sobre qué hacer y cómo hacer para que la actividad física-deportiva sea una opción de calidad de vida y de inclusión social. Basado en métodos teóricos y empíricos, se logró elaborar una estrategia de intervención cuya base está en el Modelo Educativo de la Universidad de Guayaquil y en los ajustes curriculares realizados en la carrea de Educación Física Deporte y Recreación, para potenciar la inclusión y atención a la diversidad.

Palabras clave: Inclusión, diversidad, actividad física -deportiva, retos, prospectivas

TITULO: “José Martí: una aproximación ética a la actividad física y el deporte.”

AUTORES: Dr.C. José Luis Santana Lugones, Profesor Titular.
MSc. Orilia Rodríguez Sánchez, Profesora Asistente.
M,Sc. Reinel Peñate Díaz. Profesor Asistente
CUM “Mario Rodríguez Alemán” de Sagua la Grande.
UCLV “Marta Abreu”

RESUMEN.

Los autores hacen una valoración de la postura martiana ante la actividad física y el deporte, como vía para el trabajo político-ideológico de los estudiantes desde una posición contextualizada en la actividad profesional, a través de un enfoque en tres dimensiones: la pasión de Martí por determinados deportes, que sin ser un ferviente practicante, supo aquilatar el valor de estos y hasta criticar a otros. De diferentes artículos, fundamentalmente el denominado como “El Gimnasio en la Casa”, que vio la luz en el Diario de La América, Nueva York, en 1883, extraen las percepciones sobre el valor de la práctica de la actividad física por diferentes segmentos poblacionales y su influencia en el estado de salud de estos ciudadanos. Por último, hacen un análisis crítico de la visión del Apóstol alrededor de la práctica del deporte profesional y el impacto en estos de la comercialización y sobre todo, el factor deshumanizante. Para la realización del trabajo los autores utilizan el método de análisis de documentos, mediante una técnica de análisis semántico, para descubrir, incluso entrelíneas, las intenciones de un cronista como José Martí al someter a un análisis profundo el escrito, incluso en el contexto en que se ha realizado.

Palabras Claves: Actividad física, Deportes, Salud, Deporte Profesional.

SUMMARY.

Authors make an evaluation of Marti’s posture about physical activity and sports, as a professional way of political and ideological process, through a focus in three

dimensions: the passion of Martí for certain sports that without being a fervent practitioner, he could know the value of these and until criticizing others. In different articles, fundamentally the one denominated as "The Gym at Home" that was published in the Newspaper of The America, New York, in 1883, they extract the perceptions about the value of the practice of physical activity by different populational segments and their influence in the state of these citizen's health. Lastly, they make a critical analysis of the Apostle's vision about practice of the professional sport and their marketed means and mainly inhuman. For the realization of the work the authors use the method of analysis of documents, by means of a technique of semantic analysis, to discover the intentions of such a columnist like José Martí when subjecting to a deep analysis the writing, even in the context in that it has been carried out.

Key words: Physical activity, Sports, Health, Professional Sport.

INTRODUCCIÓN.

> *"Cada libro nuevo, es piedra nueva en el altar de nuestra raza".* (José Martí. "Biblioteca americana", *La América*, Nueva York, enero de 1884, t. 8, p. 313)

Durante el proceso investigativo que nos condujo a elaborar todo el marco teórico referencial de lo que dimos en llamar como "Preparación Deportiva Sostenible", pudimos localizar la fundamentación ideológica de la propuesta en los escritos de dos grandes de la historia y el pensamiento latinoamericano: José Martí y Fidel Castro y es precisamente en medio de la redacción del primer libro sobre este tema, que los autores han querido rendir homenaje al Apóstol de Cuba, en el marco de las celebraciones por su 160 natalicio y adelantar algo de lo que será parte importante del contenido de su obra en preparación, que no debe esperar a su terminación dada la importancia de la efeméride que conmemoramos este 28 de enero.

La bibliografía martiana sobre la actividad física y el deporte ha sido poco tratada y menos conocida por la mayoría de los que se han atrevido a analizar críticamente su obra. Es por ello que nos hemos propuesto valorar más de cuarenta escritos en los que Martí aborda esta temática y no solamente hacer una ficha bibliográfica, sino a analizar, incluso entrelíneas, el significado, a veces latente e interpretar o pretender interpretar lo que nos ha querido decir El Maestro. Por otra parte, consideramos que resulta más que oportuno el utilizar estos escritos que él hace sobre la actividad física y el deporte para el trabajo político-ideológico del personal de nuestras esferas de actuación.

A tal fin, hemos tomado en consideración que la actitud de Martí al escribir va más allá de la crónica banal y adopta una postura militante en el ejercicio del criterio, una postura esencialmente humanista. Así nos lo hace saber uno de sus principales biógrafos, el desaparecido maestro Cintio Vitier, que dice en uno de sus escritos sobre el extraordinario cronista que hay en José Martí: *"...el secreto de la obra crítica de Martí hay que buscarla sencillamente en su capacidad y voluntad de participación (...) Martí se sitúa intuitivamente dentro de la obra, en su centro cordial, y desde allí descubre las leyes que la rigen."* (Vitier. s/f, p. 80). O sea, que Martí no se limita a relatar el hecho; sino que desde dentro de la obra y utilizando esa prosa, que se acerca mucho a la lírica, enjuicia las acciones de la sociedad de ese tiempo, sin abandonar el espíritu del tema deportivo; pero interconectándolo con los problemas de la vida de su contemporaneidad. Un ejemplo más que ilustrativo de lo que hemos pretendido expresar, es esta crónica que relata una regata de velas, en la que la descripción se ayuda de imágenes y otras figuras poéticas: "*...Los nobles rivales van parejos: poco casco en el agua, al aire mucha vela y andan de prisa y bien, contra lo que sucede en la tierra, que basta que una mente gallarda y de buena vela ande de prisa, para que los de casco pesado y vela ruin digan que no anda bien, hasta que con el envidiarlo y el decirlo se lo impiden..."* (Martí, 1991d, pp. 295-297). Es importante constatar cómo El Apóstol conecta una crítica a la envidia con la simple relación de los hechos que

acaecen durante una regata marítima. Creemos que este es un buen ejemplo de las cualidades excepcionales de Martí como cronista.

En el presente trabajo, los autores pretenden *Identificar la valoración que hace José Martí sobre la actividad física y el deporte, desde una postura esencialmente humanista, como vía para su utilización en el trabajo político-ideológico con nuestros estudiantes.* El trabajo se hace en tres dimensiones: la pasión por los deportes de José Martí, su percepción de las bondades de la actividad física y su posición en frente de la comercialización y la brutalidad del deporte profesional.

DESARROLLO.

Para el análisis nos auxiliaremos de los siguientes elementos:

- La obra de Martí sobre el deporte radica en su labor periodística en los Estados Unidos entre 1882 a 1893. (38 artículos registrados por Aymara Santiago y Alina Noval, 1997.)
- Se destaca 1882 (8 artículos) y 1883 (6 artículos).
- El periódico para el que mayor cantidad de artículos (14) escribió: “La Nación” de Buenos Aires.
- Sus crónicas abordan temas relacionados con el Ajedrez, Atletismo, Béisbol, Billar, Bolos, Boxeo, Caza, Corridas de Toros, Educación Física, Esgrima, Fútbol, Hipismo, Patines, Regatas y Trineos.

A esto hemos añadido algunos artículos que hemos encontrado a partir de la identificación de los mismos por parte de los autores y que no estuvieron en los insumos iniciales.

Si quisiéramos de alguna manera desmitificar esa visión que existe sobre Martí, que lo presentan como una persona enfermiza y débil, veremos que de los pocos escritos que hemos encontrado que nos relata sus predilecciones deportivas está la carta que escribe a su madre, desde Caimito del Hanábana, pueblo enclavado a cuatro kilómetros al sur de Amarillas, en la actual provincia de Matanzas. A este

lugar él había acudido a acompañar a su padre, Don Mariano Martí, quien había sido nombrado Juez Pedáneo de esa localidad. Esta es la carta más antigua que se conserva y está fechada el 23 de octubre de 1862; Martí tenía a la sazón 9 años y en esta relata a su madre como se divertía montando a caballo: "*Ya todo mi cuidado se pone en cuidar mucho a mi caballo y engordarlo como un puerco cebón, ahora lo estoy enseñando a caminar enfrenado para que marche bonito, todas las tardes lo monto y paseo en él, cada día cría más brío."* (Martí, 1995. p. 16). Un escrito que nos remite a su afición por el Ajedrez es este, firmado por Clemente Vázquez que relata la participación de Martí, de 23 años de edad, en una partida con alguien que fue considerado como un niño prodigio en México, Andrés Ludovico Viesca Gutiérrez, pues con apenas siete años de edad venció no solamente al Apóstol, sino también al cubano Agustín Mendiola. El escrito, fechado el 24 de octubre de 1876, dice así: "*Tenía entonces el niño Viesca siete años de edad y, a nuestra presencia y ante numeroso público, le ganó una bonita partida al señor José Martí, bastante conocido hoy por su actitud política en las cuestiones de Cuba."* (Hernández Serrano, 2007). Esta información que aparece en un Blog llamado "Desde Cuba", es comentada por algunos visitantes del mismo y dan su opinión sobre las pocas habilidades como jugador de Martí o quizás que se dejó ganar por el niño, dada la poca complejidad que tiene el análisis de la partida que solamente se dio en 15 movimientos. Martí solía asistir a veladas en casa de la que fue después su esposa Carmen Zayas Bazán, en México. También hemos encontrado referencias de su asistencia a tertulias ajedrecística en la casa de María García Granados, la que fue más tarde conocida como "La Niña de Guatemala". Los autores, algo suspicaces, vinculan su relación con el Ajedrez y el amor, dada esta coincidencia en las informaciones.

Otra de sus informaciones sobre Ajedrez, ya hechas por el propio Martí, da fe de sus conocimientos sobre ese deporte; relata sobre un torneo en la ciudad de Nueva York e incluso enjuicia a uno de los jugadores, cuando escribe: "*Por los balcones abiertos invita otro pianista ruso, tocando melodías de Chaikovsky, a que suban los transeúntes al torneo de ajedrez, presidido por el retrato de Paul*

Morphy, donde el célebre Chigorin, maestro en el gambito de Evans, derrota con trabajo a McLeod, un muchacho de Quebec, que en un relámpago de genio inventa lo que años de talento no le pueden destruir." (Martí, 1991h, p. 194). ¡Qué bella manera de mezclar la música y el deporte! También hace gala El Apóstol de su imaginación, en otro de sus trabajos, cuando refiere el comportamiento de los diputados de diferentes bandos de Las Cortes españolas y compara los debates que realizaban en ese lugar con una competencia de Esgrima y dando muestras de sus conocimientos sobre ese deporte, así refiere que la *"…esgrima italiana, que es saltarina y juguetona, y salta como cebra, y revolotea como tábano y hiere de costado. Pero es temible la batalla entre dos esgrimidores, porque, como se conocen las artes, se las esquivan y el más astuto da al fin con las hendijas de la armadura del contrario*."(Martí, 1991f, p. 460). También menciona las bondades de este deporte cuando en otro escrito en el que menciona a Lorenzo García, quien acaba de abrir una sala de armas en la Cuarta Avenida y destaca el valor de este deporte marcial: "*La esgrima aumenta y ordena las facultades del hombre*."(Martí, 1991c, p. 417). Pedo no de todos los deportes tiene una buena opinión y en un escrito donde critica el papel de la prensa cuando se dedica a relatar hechos poco importantes, a su entender, nos da su opinión sobre el juego de pelota: *En el Este (…) anda el gentío (…) ya de jugadores de pelota, que es juego desgraciado y monótono que perturba el juicio, y como todos los demás, como las regatas, como los pugilatos, como las carreras, como cuanto estimula la curiosidad, las apuestas, y el amor natural del hombre a lo sobresaliente, aun en la fuerza física y el crimen, privan aquí tanto en verano, que para dar cuenta de quién recorrió el cuadro más veces o tomó más la pelota en el aire, publican los periódicos de nota al oscurecer una edición extraordinaria…"* ."(Martí, 1991b, p. 258). Claro que hay que situarse en las reglas de este deporte en sus inicios, cuando los juegos duraban mucho tiempo y no tenía los elementos que hoy hacen que sea el deporte nacional de los cubanos.

Sobre las bondades de la actividad física es completamente explícito, cuando en su artículo titulado "El Gimnasio en la Casa"; a juicio de estos autores, el mejor

que hemos encontrado sobre este tema en Martí, porque tienen todos los ingredientes que lo sitúa como apologético, cuando de ese tema se trate. En este trabajo que lo dedica a describir un gimnasio casero, el aparato de Giffort, que se exhibe en La Habana, en "La Agencia Americana", de los señores Amat y Laguardia y que parece que a pesar de ser pequeño y caber en cualquier rincón de la casa o el patio, cuenta con todo lo necesario para hacer ejercicios sin tener que salir a la calle. Comienza el escrito destacando la relación existente entre un buen desarrollo muscular y la lucha del habitante de la ciudad contra los efectos de la contaminación ambiental. Sobre ello escribe: *"En estos tiempos de ansiedad de espíritu, urge fortalecer el cuerpo que ha de mantenerlo. En las ciudades, sobre todo, donde el aire es pesado y miasmático; el trabajo, excesivo; el placer violento; y las causas de fatiga grandes, se necesita asegurar a los órganos del cuerpo, que todas esas causas empobrecen y lastiman, habitación holgada en un sistema muscular bien desenvuelto..."* (."(Martí, 1991j, 389-392 p.). Resulta asombroso como Martí nos alerta sobre algo que es una situación problemática de nuestros días, ya desde 1883. En el propio artículo y un poco más adelante nos refiere sobre algo que es meta actual de los entrenamientos de niños, nos referimos a la multilateralidad: *"...nivelar el ejercicio de todas las capacidades para que no ponga en riesgo la vida el ejercicio excesivo de una sola..."* (IBIDEM). Del papel del gimnasio y su relación con la educación de los niños mediante la actividad física, nos escribe: "*A los niños, sobre todo, es preciso robustecer el cuerpo a medida que se les robustece el espíritu..."* (IBIDEM). Ni siquiera las mujeres escapan a las bondades de este pequeño aparato, cuando se lee: *"Para nuestras mujeres pudorosas, a quienes simpáticas razones vedan la asistencia a los gimnasios públicos, y que necesitan, sin embargo, tan grandemente de estos ejercicios (...) aumentarán la fortaleza de sus músculos y la armonía y gracia de sus formas..."* (IBIDEM). Del papel de la belleza y la necesidad que tiene el hombre de esta, nos dice: *"No tiene término la enumeración de sus bondades. Es útil, y es artístico, que es otra manera de ser útil. Hay en el ser humano deseos vehementes de gracia y armonía, y así como se lastima y queda herido de no verlas realizadas, así se alegra y queda fuerte, cada vez que las halla. El color del aparato es esbelto, y a*

la par que sirve, adorna...”. Ni siquiera lo que hoy es conocido como Cultura Física Terapéutica, deja El Apóstol de referir, cuando señala: *“…Si se padece de curvatura de la espina, el gimnasio doméstico tiene una tabla flexible que se ajusta encorvándola hacia afuera, entre el tope y el piso del aparato, y sobre ella se acuesta relajadamente el enfermo, que hace allí sin ningún esfuerzo su saludable ejercicio de poleas…”* . Lo que sigue es a favor de la actividad física y su apoyo en la lucha contra las enfermedades: *“La tisis siega en flor nuestros jardines: ¡cuántas menos flores nos arrebataría la tisis, que viene muchas veces de que el pulmón que busca desarrollo no cabe en el pecho apretado y endeble, si se hiciera un hábito en nuestras niñas y entre nuestros jóvenes, los ejercicios gimnásticos!”*). Las potencialidades enormes que posee la actividad física para la educación en valores están bien claras en Martí, cuando escribe: *“Tengo la higiene por necesidad capital en la educación de los niños (...). Pocos conocen la relación estrechísima que existe entre la debilidad física y la maldad moral (...) cuando dependen de un buen desarrollo muscular cualidades tan preciosas como la abnegación, el dominio de sí propio y la serenidad en las desgracias.”* . Una hermosa comparación nos hace del cuerpo humano y su necesidad de desarrollo paralelo con la mente: “*...la mente ha de ser bien nutrida, pero se ha de ver de dar, con el desarrollo del cuerpo buena casa a la mente. Así como el bambú, más lleno de rumores que de frutos crece en hojas inútiles que dan con él en tierra, así el hombre, en quien no anda aparejado, con sólido pensar, sólido cuerpo. No se ha visto palacio bien seguro sobre cimientos de arena.”* (Martí, 1991a, p. 436). De una manera admirable nos compara el cuerpo humano primero con el bambú y más tarde con un palacio, para que se vea la necesidad de reciprocidad entre las bondades tanto del cuerpo como de la mente.

Su posición ante la mercantilización del deporte profesional y el desarrollo brutal de estas prácticas que veían más las ganancias que la protección de la salud del hombre. En este primer ejemplo que analizaremos se destaca una descripción de una carrera pedestre en la que competían bajo la carpa de un circo 14 hombres para que el premio lo ganara el que quedara, después de haberse agotado todos

sus contendientes. Él nos la describe así: *"...Porque no es esta porfía de los andadores como aquel estadio griego, donde a ligero paso y dando alegres voces justaban en las fiestas por ganar una rama de laurel los bellos jóvenes de Delfos; sino fatigosa contienda de avarientos que dan sus espantables angustias como cebo a un público enfermizo, que a manos llenas vacía a las puertas del circo con los dineros de entrada que han de distribuirse después los gananciosos*."(Martí, 1991g, p. 49-51). En este escrito hay algo que resulta asombroso, debido a la descripción que hace Martí de uno de los vicios del deporte profesional contemporáneo y contra el cual es poca la lucha que hace las federaciones y el Comité Olímpico Internacional: "*Allí están, como los galleros cerca de sus gallos, los que cuidan a los catorce hombres, preparando los menjurjes con que han de dar vigor ficticio, de aquí a unas cuantas horas, a los miembros fatigados de los caminadores;"* (IBIDEM). Al leer la frase de vigor ficticio, no hay dudas de que el Apóstol se refiere al doping, en fecha tan temprana como el 28 de abril de 1884, Periódico La Nación. Resultan tan brutales estos hechos para la sensibilidad de Martí que al describir a los corredores, dice que: *"…No han comido; no han dormido; apenas han bebido. Andan treinta horas; duermen media; les dan a chupar una esponja; les bañan las sienes con aguardiente; pasan cojos y anhelantes (…) Y por encima del espectáculo monótono, en que aquellos catorce míseros dan vueltas sin cesar durante los seis días de la apuesta al inmenso circo, en levantada plataforma, con su ejército de chispeantes cronistas y taquígrafos, están todos los periódicos de la ciudad…"* (IBIDEM) y entonces termina con una crítica a la prensa y el sensacionalismo de la época, cuando escribe: *"No se contó de seguro el camino de la Cruz del Nazareno con más minuciosidad que las caídas, desmayos, ligeros sueños, refrigerios breves y reapariciones en la arena de los caminadores."* (IBIDEM).

CONCLUSIONES.

Consideramos que no quedan dudas de la posición de nuestro Apóstol, que es en tanto apologista de las bondades de la actividad física y que nos hace testigo de su afición por los deportes, a la par que condena la brutalidad de los espectáculos

deportivos de la época y que más que una lid entre contendientes, eran movidos por la codicia y otros vicios que aún en nuestros tiempos contaminan esos espacios. Nos llama con sus escritos a asumir una actitud de custodio de los mejores valores de la ejercitación física, que día a día se prostituyen con la actividad dominante de los mercados.

BIBLIOGRAFÍA.

Hernández Serrano, L. (2007). *Juventud Rebelde*, (La Habana) 21 de enero de 2013: 1

Martí, J. (1991a). "Harvard", *La Nación*, julio 2 de 1883. La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C., t. 9. 436 p.

Martí, J. (1991b). *El Partido Liberal*, México 1887. La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C., t. 11, 258 p.

Martí, J, (1991c). 1893, *Patria*. La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C., t. 5, 417 p.

Martí, J. (1991d). Copa América. La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C., t. 10, 295-297 p.

Martí, J. (1991e) Una pelea de premio, *La Opinión Nacional*, 17 de febrero de 1882. La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C. t.9, 253-259 p.

Martí, J. (1991f). "España", *La Opinión Nacional,* Caracas, 1882, La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C. t. 14, 460 p.

Martí, J. (1991g). Contienda de Caminadores, *La Nación*, La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C., t. 10, 49-51 p.

Martí, J. (1991h). Cartas de Martí. *La Nación,* Buenos Aires, 30 de mayo de 1889, La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C., t. 12, 194 p.

Martí, J. (1991i). Una escena del foot-ball, *La Nación*, 27 de noviembre de 1884. La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C. t. 10, 132-134 p.

Martí, J. (1991j). El Gimnasio en la Casa, *La América*, Nueva York, La Habana, Editorial de Ciencias Sociales. O. C. t. 8, 389-392 p.

Martí, J. (1995). Visión Íntima. Santiago de Cuba, Editorial Oriente. 16 p.

Vitier, C. (s/f). Martí crítico (s/e). p. 80

Título: La formación ciudadana, una visión desde la educación en valores.

Title: Citizen training, a vision from education in values.

Autora. M.Sc. Noris Tamayo Casamayor. UCCFD

País: Cuba

Resumen

El devenir de la historia evidencia que el ser humano en su desarrollo social requiere de la regulación, en el orden socioeconómico el estado se convirtió en una institución que dentro de sus funciones históricamente asume este desempeño en la organización social a través de múltiples formas e incidiendo en diversas esferas en las que actúa el individuo.

Esta función del estado se ha servido de factores e instituciones para desplegar el control del hombre en la sociedad, con sustentos teóricos e ideológicos desde distintos enfoques de las ciencias, lo que ha permitido la orientación de la conducta y el comportamiento humano a tono con los intereses socioclasistas predominantes en cada momento histórico.

La división social del trabajo, la propiedad privada sobre los medios de producción y el surgimiento de la sociedad divida en clases, condicionaron la aparición de las ciudades, determinaron la polarización social que influyó en las manifestaciones conductuales del individuo asociadas a sus necesidades materiales y espirituales.

Estas bases condicionaron la organización y estructura sociopolítica de las formaciones económicas sociales que instituyeron regulaciones a través de leyes, códigos, normas, preceptos que respondían a las clases propietarias de los medios de producción con el objetivo de regular la conducta y el comportamiento ciudadano.

Summary

The evolution of history shows that the human being in its social development requires regulation, in the socio-economic order the state became an institution that within its functions historically assumes this performance in social organization

through multiple forms and influencing in various spheres in which the individual acts.

This function of the state has used factors and institutions to deploy the control of man in society, with theoretical and ideological support from different approaches to science, which has allowed the orientation of behavior and human behavior in tune with predominant socioclastic interests in each historical moment.

The social division of labor, private property over the means of production, and the emergence of class-divided society, conditioned the emergence of cities, determined the social polarization that influenced the individual's behavioral manifestations associated with their material and spiritual needs .

These bases conditioned the organization and socio-political structure of the social economic formations that instituted regulations through laws, codes, norms, precepts that responded to the proprietary classes of the means of production with the objective of regulating the behavior and the citizen behavior.

Título*:* La historia del Museo del Deporte, un aporte a la memoria y a la cultura histórica de Cienfuegos.

Autores: M.Sc. Jiosbel Jesús Lóriga Socorro. jloriga@ucf.edu.cu.

M.Sc. Marianela Utrera Alonso. Asistente. mutrera@ucf.edu.cu

Institución: Universidad de Cienfuegos.

País: Cuba

Resumen

La investigación titulada la Historia del museo del deporte, un aporte a la cultura histórica de la localidad de Cienfuegos muestra gran importancia para el desarrollo de la memoria histórica del deporte. Brinda un valioso aporte a la Historia Local a partir de la valoración de los hechos más significativos que se resumen en las memorias que se resguardan en el Museo de Deporte de la localidad de Cienfuegos donde se recopilan los elementos reveladores la trayectoria deportiva de importantes atletas, representantes de los diferentes deportes que aportaron notables resultados que resguardan nuestra identidad y valores deportivos. Mediante la misma se pretende fortalecer el conocimiento de la historia local y el desarrollo de la labor histórico social de las instituciones del deporte en Cienfuegos donde se destaca la ardua labor de importantes personalidades, para contribuir a la conformación de la memoria y la cultura histórica de las personalidades, instituciones y hechos vinculados a la actividad deportiva en la localidad.

Para la realización de la investigación se utilizaron métodos de nivel empírico y teóricos como: histórico – lógico, analítico – sintético, la entrevista y la revisión de documentos, los cuales permitieron el acercamiento a los acontecimientos ocurridos, el análisis y el procesamiento de la información para redactar el informe de y elaborar conclusiones y recomendaciones.

Título: La violencia física y verbal en el deporte santiaguero

Autora: Dr. C. Alina Bestard Revilla. Profesora Titular, abestard@uo.edu.cu

Institución: Universidad de Oriente. Facultad de Cultura Física. Santiago de Cuba

País: Cuba

Resumen

El presente estudio tiene como objetivo explorar la (des)cortesía en la dinámica social que ofrece el espectáculo deportivo santiaguero desde una perspectiva sociolingüística, al tomarse en cuenta el comportamiento sociocultural del individuo expresado a través del léxico. Esta visión requiere tomar en cuenta el lenguaje como práctica social, lo que significa concentrarse en los actos discursivos, materiales y semióticos con las que los hablantes van edificando, el constructo cognitivo de lo que es cortés y descortés en cada cultura, y tomando decisiones sobre su realización en la práctica. La metodología se sustenta en un enfoque cualitativo sobre la base de la recogida de información aportada por una muestra de 30 informantes, vinculados al espectáculo beisbolero santiaguero desde diferentes puntos de vista, a quienes se les aplicó una encuesta que permitió la conformación del corpus lingüístico comprobado mediante la observación científica y la triangulación de datos con otros núcleos poblacionales santiagueros aficionados a este deporte. La descripción, uso y significado del material lingüístico acopiado son los resultados que se exponen aquí.

Palabras clave: Dinámica deportiva, cortesía, espectáculo deportivo.

Abstract:

The present study takes to explore as a target (give) courteousness in the social dynamics that offers the sports spectacle santiaguero from a perspective sociolinguistics, after there is taken into consideration the sociocultural behavior of the individual expressed across the lexicon. This vision needs to take into consideration the language like social practice, what means to concentrate on the discursive, material acts and semióticos with those that the speakers are building, the cognitive construct of what is polite and discourteous in every culture, and taking

decisions about its achievement in practice. Baseball player sustains the methodology in a qualitative approach on the base of the collection of information contributed by a sample of 30 informants, linked to the spectacle santiaguero from different points of view, to whom santiagueros keen of this sport applied a survey that allowed the shape of the linguistic Corpus Christi verified by means of the scientific observation and the triangulation of information with other population nuclei. The description, use and meaning of the gathered linguistic material are the results that are exhibited here.
Words key: Sports dynamics, courtesy, sport show.

Introducción:

Las investigaciones sobre la cortesía parten por lo general del modelo de Brown y Levinson (1978, 1987) a pesar de que las críticas abundan continúan siendo la referencia principal de estos estudios. En cuanto al problema de la descortesía se han hecho observaciones que llevan a reflexionar sobre: a) el hecho de que las valoraciones sobre lo que es cortés, no cortés o descortés dependen del tipo de evento de habla e interacción y los supuestos situacionales, b) no se ha dado suficiente atención a los problemas que se derivan del estudio de contextos en los que la descortesía, más que la cortesía, parece ser la regla (ver Blas Arroyo, 2001; Bolívar, 2001a), c) está pendiente el concepto mismo de estrategia, que ha llevado a discutir ampliamente nuevos conceptos como la cortesía *formal* y *volicional* o *cortesía social* y *tacto* (Janney y Arndt, 1992) d) aparentemente se coloca un excesivo énfasis en el estudio de actos aislados y la focalización en determinadas estrategias, lo que hace que se pierda de vista el contexto más amplio, aunque en español, esta falla está siendo compensada por estudiosos que examinan las interacciones conversacionales desde una perspectiva socio-cultural, tales como Fant (1989) y Bravo (2003).

En la actualidad cubana la descortesía asociada a diferentes manifestaciones de la violencia pueden comenzar desde muy temprano en la mañana cuando hay la necesidad de trasladarse en diversos medios de transportación urbano hasta centros de estudio, laborales, de salud, o administrativos. Y mucho más

sistemático se ha hecho la aparición de la violencia e insultos verbales en los espacios deportivos, que aún cuando están concebidos para proporcionar recreación, aprovechamiento sano del tiempo libre y apoyar a los equipos deportivos de la preferencia del público, se pueden convertir en verdaderos campos de batalla donde las agresiones físicas y verbales parecen tener el protagonismo.

Se conoce que desde la antigüedad grecolatina hubo inclinación hacia los actos violentos y el insulto en los juegos deportivos, sobre todo en el Imperio Romano cuando se entronizó el circo como modalidad recreativa popular. Más recientemente, se ha observado cómo ha continuado creciendo esta inclinación, sobre todo, en espectáculos futbolísticos y beisboleros en Europa, Estados Unidos y Latinoamérica. En Europa, por ejemplo, se sabe que fue cobrando fuerza a mediados de los 80's con la aparición de los hooligans (vándalos, en español) y los ultras en vísperas del Mundial de México '86. En Latinoamérica, comenzó a denominárseles “barrabrava” al hincha violento y peligroso, en Italia se los denominó "ultra" al "tifoso" (hincha) de las mismas características. A pesar de las medidas de seguridad que se tomaron hace casi 25 años en los estadios europeos y latinoamericanos, estos actos mantuvieron el mismo grado de violencia en los estadios, que no siempre se ven (o la TV no muestra). Estos grupos también se caracterizan por su perfil neonazi, violencia, marginalidad y por generar disturbios dentro y fuera de los estadios en partidos de liga, internacionales y mundiales de fútbol, y se cree que los más peligrosos y numerosos son los de Liverpool FC. Luego de estos hechos violentos generados tanto en el Mundial de México '86, como en el Mundial Sub 20 de Australia, en 1981, el comité organizador del Mundial de Italia '90 decidió redoblar la seguridad, aunque continuaron los ataques con palos, pedradas y botellazos lo que trajo como consecuencia gran cantidad de heridos, detenidos y deportados.

En Cuba, el 17 de febrero de 2014 en el juego de béisbol entre los equipos de Matanzas y Villa Clara, se observó que la violencia llegó hasta la agresión física, lo que pone una vez más en evidencia que la sociedad cubana no es ajena a este

mal que en los escenarios deportivos de muchos países es *"pan nuestro de cada día".*

Aún cuando las autoridades deportivas aplicaron sanciones a varios deportistas, según su implicación en el hecho y los árbitros fueron amonestados, es un hecho que las sanciones no van a dar solución ni a erradicar del espectáculo deportivo este mal. Hay que comenzar a buscar las causas en la sociedad que lo genera, en los comportamientos y patrones socioculturales que se siguen, en la familia, en la pérdida de ciertos valores que se ha entronizado en alguna medida en la vida del cubano de hoy.

El objetivo de este trabajo es precisamente indagar acerca de la descortesía y el insulto en los espacios deportivos santiagueros que, aunque ha sido menos estudiada que otros actos de habla, no por ello carece de interés. Es necesario proponer métodos para analizarla en diferentes contextos; y el espacio deportivo, que es una de las esferas recreativas más populares del cubano, constituye uno de los más significativos. Su estudio debe incluir a todos los participantes en la interacción y, especialmente, las evaluaciones de los actos (des)corteses de estos participantes tomando en cuenta sus motivaciones para evaluar de determinadas maneras su expresión.

En su *Esbozo de una nueva gramática de la lengua española*, la Real Academia de la Lengua Española (1970) destaca que insultar es ofender a uno provocándolo e irritándolo *con palabras* o *acciones*, y que el insulto verbal, tal vez el insulto por excelencia, es un acto de habla como otro cualquiera, en el que se da la condición de trasgresor de "lo correcto" y violador de muchas máximas de la cortesía que la sociedad reconoce como norma.

El insulto es también uno de esos actos que expresan "un estado psicológico del hablante, causado por un cambio en el mundo que le atañe al interlocutor o a él mismo" (Haverkate, 1993), en este caso, de un estado psicológico negativo. Al igual que la disculpa, está causado por un estado de cosas negativo, solo que el afectado es el hablante. La cara opuesta a la cortesía la constituye la descortesía y el insulto es una de sus manifestaciones, tanto ella como la agresividad verbal son formas de comportamiento que tienen un reflejo en la elección de estructuras

lingüísticas. La agresividad o violencia verbal se produce cuando a través del uso de la palabra se ridiculiza, insulta, humilla y amenaza a otra persona, en la intimidad o ante familiares, amigos o desconocidos. Por tanto se considera como una intensificadora de la descortesía lingüística. (Suárez, 2010)

De acuerdo con la abogada cubana Lydia Guevara Ramírez, (*Antropológicas*,2014), *e*l concepto de *violencia* según la Organización Mundial de la Salud es "el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones".

La violencia verbal, por su parte, es aquella en la cual por la elección de palabras, entonación y volumen de voz se trata de dominar a otra persona, logrando provocar en ésta sentimientos de impotencia, rabia, humillación, vergüenza, inutilidad y vejación (Wikipeda *Enciclopedia de Consulta).*

En el contexto cultural cubano, según la citada revista *Antropológicas,* el imaginario social reproduce el estereotipo del cubano como una persona, afectuosa, cordial y alegre; pero que en determinadas situaciones suele transformarse en un sentido contrario, lo cual puede estar presente en casi todos los ámbitos de la sociedad, incluyendo la familia, la escuela y la esfera laboral, y otras actividades de la cotidianeidad (2014). Este rasgo característico del santiaguero ha sido apuntado en investigaciones anteriores por la profesora Dorotea Callejas (1983: 114), quien ha destacado la afectividad que refleja su modo de ser hospitalarios, sencillos y solidarios. Aunque también se les califica, en muchas ocasiones, como violentos, irascibles y propensos al ataque verbal y físico.

Métodos empleados

El marco del período beisbolero (2014-2016), en Santiago de Cuba, fue la fecha seleccionada para el desarrollo de esta investigación. A partir de la observación científica y de la aplicación de encuestas realizadas a 20 aficionados al béisbol, asiduos asistentes a los juegos que se ofrecieron en Santiago de Cuba durante esta etapa, entrevistas a 5 peloteros del equipo de pelota de Santiago de Cuba y a

5 funcionarios del Instituto Nacional de Deportes y Recreación de la ciudad se obtuvo la información que conforma el presente estudio. Se emplearon los métodos cualitativo y cuantitativo para el procesamiento de esta información. Se consideraron además, para la observación de la muestra las siguientes variables:

Variables independientes:

Edad: se analizaron tres grupos etarios que abarcan: 18-25 años (I), 26-50 años (II) y de 51 años en adelante (III).

Sexo: femenino (f) y masculino (m). Por considerar que a estos espectáculos asisten individuos de diferentes sexos y era del interés de la investigadora conocer los diversos papeles que asumen los sujetos de uno y otro sexo en estos espectáculos deportivos.

Nivel de escolaridad: primario (P), secundario (S), medio-superior (M-S) y universitario (U). Estos aportan el llamado nivel sociocultural de los hablantes que influye en la selección del empleo standard[1] de la lengua y el comportamiento sociolingüístico del hablante.

Profesión: fueron consideradas todas las profesiones ya que, como posteriormente, se comprobó, la profesión del hablante no determina su comportamiento en este tipo de espectáculo popular.

Como variable lingüística dependiente fueron analizadas las *formas de tratamiento nominal y frases insultantes.*

La selección de los informantes fue intencional (30 en total), atendiendo a las variables que se precisaba representar y al requisito de gustarle, asistir y conocer el espectáculo deportivo beisbolero.

Las encuestas (de forma escrita) contaron con preguntas que correspondían, primero, a lo que el hablante consideraba debía ser el comportamiento a seguir en los espectáculos deportivos y en segundo lugar, a las situaciones en las que

[1]Se asume como "lengua estándar" el concepto planteado por Alvar (1996, p. 16), que la refiere como el resultado de un consenso basado en los usos literarios, identificándola técnicamente con la *langue* de Ferdinand Saussure, que es la que existe en todas partes y es aceptada por todos los hablantes (no solo por los escribientes) pero que nadie utiliza. Sin embargo, esta lengua cumple la función de mantener launidad del sistema. Es el referente válido en un momento dado en la inmensa superficie en la que el español se habla, aunque la realización de ese sistema abstracto puede tener pluralidad de actualizaciones.

aparecen situaciones de conflicto y las causas que pudieron haberlos provocado. Todo esto se realizó para comprobar si existe coherencia entre la conciencia y la conducta lingüística del informante.

Otra de las técnicas aplicadas fue la entrevista oral con la finalidad de conocer las frases, las formas de trato y expresiones insultantes más utilizadas por los hablantes en el espectáculo deportivo

La información aportada por los informantes permitió conocer diversas causas que provocan la violencia verbal en el espectáculo deportivo santiaguero, compilar algunas de las formas lingüísticas que expresan la trasgresión de "lo correcto" en estos espacios y hacer un llamado al rescate de los valores culturales por parte de la afición santiaguera para que el deporte siga siendo un espacio para la recreación sana y el disfrute del pueblo.

Resultados y discusión

El espacio social deportivo cubano está concebido para promover un ambiente de sano esparcimiento y disfrute del evento deportivo en la población aficionada al deporte. Muchos recursos humanos, culturales, técnicos, materiales y de diversa índole se ponen en función de lograr su realización en todo el país. Al respecto, los especialistas de espectáculos deportivos del INDER (Instituto Nacional Deportes, Educación y Recreación) entrevistados, destacaron que la conformación de este tipo de actos es minuciosamente organizada y analizada, por ejemplo, la ceremonia de inicio con el Himno Nacional y el alza de la bandera, el ajuste al horario de inicio del juego, la garantía de la venta de fiambres, confituras y bebidas no alcohólicas al público asistente, la presentación de los equipos contendientes, la observancia de las reglas y cortesía deportivas por parte de los equipos, entre otras. Hay que señalar, que en ocasiones no se garantizan algunos de estos principios que estimulan la aparición de conductas inadecuadas en la población. Por ejemplo, incumplimiento del horario previsto sin explicar las causas, no garantizar la venta de productos autorizados. Asociadas a estas condiciones se encuentra el surgimiento de otras que pueden dar al traste con el empeño de ofrecer un sano entretenimiento, como son: la ingestión de bebidas alcohólicas y otras sustancias tóxicas, las apuestas ilícitas, la violencia verbal, la

interrupción de la apertura del evento con silbidos antes de concluir el Himno Nacional, la pérdida de valores éticos, la descortesía entre equipos, actuaciones impropias de los deportistas, entrenadores, árbitros y público en general que pueden tornar este espectáculo en un verdadero campo de batalla. Se considera que la violencia en estos espectáculos es una actividad «inventada» y desarrollada por personas con conductas negativas que, de forma deliberada, aprendida o imitada provocan o amenazan con hacer daño o sometimiento grave (físico o psicológico) a un individuo o una colectividad; o los afectan de tal manera que limitan sus potencialidades presentes o las futuras.

Como manifestaciones violentas se registraron: lesiones físicas o corporales que dejan huellas o marcas visibles en los participantes. Incluye golpes, bofetadas, empujones, arrojo de objetos al campo deportivo, entre otras. También se observó la violencia psicológica en el hostigamiento verbal entre los deportistas, el público y los árbitros a través de insultos, críticas permanentes, descréditos, humillaciones, silencios, toques de tambores, música desproporcionada y silbidos. En todas estas formas, queda expresada la capacidad de destrucción ya sea con el gesto, la palabra o el acto físico en sí. Las implicaciones que estas manifestaciones de violencia poseen en los espectáculos deportivos son trascendentes y ejercen un negativo efecto en los deportistas y el pueblo en general.

La descortesía puede alcanzar diversas formas de realización en el comportamiento lingüístico de los hablantes, es decir, en la interacción comunicativa o en el espectáculo deportivo o artístico (el saludo, la despedida, el tema objeto de interacción, la ejecución de una acción). Una de las formas más significativas que puede adoptar la descortesía, si se atiende al descontrol emocional antes referido, es la violencia verbal.

En el caso de las respuestas verbales injuriosas, se observó la creación de pares de miembros análogos en la que cada hablante, por turno, trae a colación a la progenitora del otro, o como cuando se profiere una ofensa nominal o adjetiva y se contesta que “más (sustantivo/adjetivo) será(s) tú/ tu (ser querido)”. En ocasiones, una pareja de agravios puede dar inicio a una cadena de réplicas igualmente

análogas en las que se van añadiendo progresivamente elementos enfáticos. En el espectáculo deportivo santiaguero, es frecuente apreciar este tipo de intercambio de insultos verbales entre los deportistas y el público.

También se recogió como muy productivo el grupo de insultos en forma de "declaración de que el hablante realiza determinadas acciones nefandas" (Milián, 1999) sobre el oyente o algún familiar cercano de este *deja que yo te coja, te vas a acordar de mí, no sabes lo que te espera, no te vas a salvar, no sé dónde te vas a meter, tu mamá te va a llorar, ya tu mujer es viuda, tu hueles a muerto, vas a vivir venda'o, vete pa' tu monte, estás fundí'o, estás colga'o, te estoy midiendo y no es pa' un traje*. Estas expresiones comunes del santiaguero son reveladoras del estado de ánimo de los hablantes. También, es frecuente que en una cultura como la santiaguera no sea casual oír que "Dios" y la madre del interlocutor se cuenten entre los más usuales pacientes sobre los cuales recae la acción del verbo: *la madre que te parió, me cago en…, la puta que te parió, mala fue la comadrona que te trajo al mundo, se rajó el condón donde tu venías, hijoe'puta, mal nacido, mal fin tengas.*

Siempre lo negativo del insulto como acto de habla y la propia transitividad del discurso, darán lugar a una especial creatividad, incluso, superproducción, aunque el sistema de la lengua solo recoja una reducida lista de estas unidades. En la escena deportiva esto se contextualiza en las habilidades deportivas que se demuestran en el juego y que el público evalúa como positivas o negativas. Pueden señalarse las formas:*chapucero,-a, vendío, vieja, jubilada, puretón,-a,pureta, pura, jicotea, jutía, pudingón, nalga e' vieja, mollejón, la baba, negrona, rana platanera, gorda, boterol, ballena, carretilla, mula vieja, pellejú'a, saco'e tarro, saco'epapa, oxida'o, cabaretera, ratón, arratona'o, puta, puta'ebatallón, baboso,-a, gallina, mojón, fanoso, cherna, maricón*. Debe observarse, que aunque estos insultos se dirigen a hombres casi todos utilizan el morfema femenino o hacen referencia a la edad y moralidad del deportista para devaluar su condición físico-deportivo- moral.

Como resultado de las encuestas aplicadas, los informantes señalan que las causas que inducen a las manifestaciones de los violentas en los espectáculos

deportivos son variadas y destacan entre ellas: inconformidad con las decisiones árbitros y jueces, con el desempeño técnico-deportivo de los deportistas, con la pérdida del partido por el equipo de su preferencia, con las condiciones materiales del lugar de desempeño deportivo(horario de inicio, llegada tarde de los deportistas, escasas condiciones higiénico-sanitarias), rivalidad con el equipo contrario, deficiente preparación deportiva de los deportistas, pérdidas de dinero por apuestas ilícitas, para desestabilizar psicológicamente al equipo contrario, para desahogar la irritación con el desarrollo del partido y la ingesta de bebidas alcohólicas y otras sustancias tóxicas

El comportamiento de las variables sociolingüísticas arrojó los siguientes resultados:

En la variable *sexo* fueron los hombres los más innovadores en el uso de las formas de trato descorteses. En la *edad*, el segundo grupo etario, de 26 a 50 años fue el más productivo. En cuanto al *nivel de escolaridad*, el correspondiente a técnico-medio y preuniversitario, reportó los niveles más altos de uso. Finalmente, la variable *profesión* demostró no ser determinante en cuanto al uso de forma de trato descorteses por el hablante porque en la realidad objetiva estudiada esta variable no tiene una estrecha conexión con el estatus socioeconómico del hablante y su comportamiento sociolingüístico, pues de manera indistinta se observó la productividad de estas formas en estos individuos. Esto llevó a concluir que el contexto sociocultural en el que se producen estos espectáculos deportivos modifica de alguna manera el comportamiento de los hablantes.

En resumen, del estudio realizado acerca del insulto en los espacios deportivos santiagueros puede registrarse entre los tipos más productivos las ofensas que asignan calificativos negativos al referente por medio de sustantivos, adjetivos, o lexías, como son.

- Las ofensas relativas a la escasez de inteligencia o de salud mental: *anormal, discapacitado, mongólico, estúpido, incompetente*
- Las que tienen que ver con conductas ético-morales socialmente reprobadas, entre ellas, las que sugieren que el receptor o alguna de sus personas

más allegadas tienen determinadas conductas sexuales censurables: *hijo'eputa, maricón, maricón de playa, Shakira*

- Las que llevan implícita una comparación con animales que han devenido símbolos de comportamientos y características censurables: *cherna, leonas*
- Las alegóricas al origen del pelotero: *palmicidio(Palma Soriano), polvorón(Holguín), cuerúa (Guantánamo) amarillo, azulejo, naranjitas(provincias de origen)*
- Las alegóricas a la edad del pelotero*: vieja, abuela, jubilada, patae´cloche*

Estos insultos provocan actos perlocutivos de varias naturalezas. Los más comunes son las respuestas no verbales (como las bofetadas), arrojar objetos al terreno y a los deportistas, las reprobaciones (como cuando la víctima manifiesta que su interlocutor está obrando con injusticia, está cometiendo un atrevimiento, o lo está ofendiendo), las amenazas con posteriores acciones verbales o no verbales, y la devolución del agravio, es decir, otro insulto.

De acuerdo con estos resultados se elaboró una estrategia educativa dirigida a incidir en la transformación de estas conductas violentas desde el espacio docente de la carrera de Cultura Física de Santiago de Cuba.

La estrategia educativa que se propone posee un enfoque interdiscipliar y está dirigida a estudiantes, profesores, entrenadores, deportistas, funcionarios del INDER y pueblo en general. Se desarrolla básicamente, en el contexto de la carrera de Cultura Física, en aquellas asignaturas que pueden introducir esta temática en tipos de clases que promuevan al debate y el análisis por parte de los estudiantes y ayuden a elevar su formación en valores éticos y morales(Recreación, Sociología, Historia del deporte, Deportes, Español comunicativo, entre otras). La estrategia facilita la formación pedagógica a través de la interdisciplinariedad. Se sustenta en las regularidades del carácter intencional, racional y de sistematización de la formación en valores tan necesaria en los estudiantes.

La estrategia educativa comprende un sistema de acciones que en la práctica didáctica, conducen a la formación del individuo, al comportamiento adecuado en estos espacios recreativos, al respeto de las reglas y la disciplina social y a la

recreación sana. A partir de ella, se pueden derivar procedimientos, secuencias, ayudas que posibilitan elegir, coordinar y aplicar alternativas oportunas para promover un desempeño recreativo en la comunidad que responda a los intereses y principios que sustentan al INDER, como institución responsable de esta tarea en el país. .

Esta estrategia ha tomado en cuenta la integración de las diferentes esferas de actuación del profesional de la Cultura Física en las que esta temática puede incidir.

Requisitos para la aplicación de la estrategia:

En el docente: profesor tutor, asesor

1. Dominio de: conceptualización de la violencia y sus consecuencias en la comunidad, aspectos esenciales de las conductas violentas en el individuo, características psicopedagógicas de los estudiantes de la carrera, disposición para la orientación del análisis de la violencia en la sociedad actual
2. Introducción del tema en el trabajo educativo que se realiza en la universidad y en las escuelas de la Práctica Laboral Investigativa.
3. Capacidad para promover la integración de conocimientos, las habilidades y valores en los modos de actuar de los estudiantes.

En el estudiante:

1. Vínculo del tema en la realización de las tareas docentes de las diferentes asignaturas del currículo.
2. Capacidad para integrar estos conocimientos, habilidades y valores en su desempeño pedagógico
3. Dominio de las diferentes manifestaciones violentas físicas y verbales en la vida deportiva.
4. Capacidad para establecer nexos entre las conductas violentas y los espacios docente, deportivo, recreativo y comunitario. Vincularlo con la Práctica Laboral Investigativa.

- Objetivo de la estrategia:

✓ Promover un conocimiento reflexivo en los estudiantes, docentes de la carrera, entrenadores y funcionarios del INDER acerca de la violencia en los espacios

recreativos deportivos de manera que favorezca un modo de actuar conductual coherente en las actividades deportivas según lo estipula el reglamento del INDER.

El contenido de la estrategia educativa se concreta en su relación y aplicación con las diferentes áreas de actuación del profesional de la cultura física.

La estrategia propone la enseñanza de determinadas acciones que educan la conducta del individuo en las actividades deportivas, establece relaciones de acercamiento, cooperación e integración, entre las instituciones docentes y la deportivas, y contribuye a interpretar estos vínculos y reflexionar sobre las conductas inadecuadas de algunos miembros de la comunidad que no deben se imitadas.

La estrategia didáctica, desde el punto de vista estructural funcional define, las principales etapas por las que atraviesa y sus acciones. Está estructurada por tres etapas fundamentales: la de planificación, la de ejecución y la de evaluación de los resultados.

1-Planificación

Objetivo: planificar las tareas docentes y los espacios reflexivos y autorreflexivos que serán propuestos a los estudiantes para beneficiar la contextualización de esta temática en el desempeño pedagógico interdisciplinario en las actividades académicas, laborales e investigativas que realizan.

2-Ejecución

Objetivo: propiciar que los estudiantes concienticen la necesidad de reflexionar sobre cómo integran estos saberes y pueden ejecutar los procedimientos del método que dan cuenta del desempeño pedagógico interdisciplinario en las actividades académicas, laborales e investigativas que realizan.

3-Evaluación

Objetivo: Valorar el desarrollo autorreflexivo de los estudiantes y la calidad de su aprendizaje en relación con sus logros para proyectar una nueva práctica social-conductual

La Revolución Cubana hizo del deporte un derecho del pueblo enfatizó en el significado que tenía para desarrollar la calidad de vida del individuo, en los

valores que debía formar en los deportistas así como, al pueblo en general, lo que colocó a Cuba en un lugar cimero en el deporte mundial. Hoy esos esfuerzos educativos continúan desplegándose y es un deber de todos los cubanos mantener lo alcanzado.

Conclusiones

La investigación realizada demuestra la importancia de estudios de este tipo para el análisis sociocultural de cualquier comunidad y cómo puede profundizarse en los elementos tipificadores del comportamiento social de los individuos a través de investigaciones en el campo de la lingüística.

El espectáculo deportivo cubano es un escenario ideal para la educación del pueblo en valores, para resaltar la identidad cultural que nos une como nación al tiempo que ofrece un espacio para el entretenimiento, la recreación sana y el aprovechamiento del tiempo libre de la familia cubana.

Como ciudadanos todos tenemos la obligación, la alta responsabilidad de contribuir a la construcción de una sociedad cada día más justa, más culta, más educada en valores éticos y morales *"con todos y para el bien de todos",* sin exclusiones, y con la ética que nos responsabiliza con la nación, de tal manera que la prédica se corresponda con nuestras acciones.

Bibliografía

Blas Arroyo, J. L. (2001), " 'No digas chorradas..'. La descortesía en el debate político cara a cara. Una aproximación variacionista", *Oralia* 4, págs.9-45.

Bolívar, A. (2001a): "El insulto como estrategia en el diálogo político venezolano", *Oralia* 4, págs. 47-73

Bravo, Diana (2003): "Actividades de cortesía, imagen social y contextos socioculturales: una introducción", en *Actas* del Primer Coloquio del Programa Edice*La perspectiva no etnocentrista de la cortesía: identidad sociocultural de las comunidades hispanohablantes*.Edición electrónica Programa EDICE. www.primercoloquio.edice.org.

Brown, R. y Levinson, S.C. (1987 [1978]), *Politeness. Some universals in language use.*Cambridge: Cambridge UniversityPress.

Callejas, Dorothea (1983). "Formas de tratamiento en el marco de la familia

santiaguera", en Revista *Santiago,* 51, septiembre, 97-115, Santiago de Cuba.

Corsi Jorge (2014): "En busca del unicornio perdido (IV): la violencia de cada día o el enemigo que llevamos dentro", en *Antropológicas,* No 107,**http://facebook.com/cubantropológica, consultado el 24/2/2014**

Di Nubila, Mónica (2009): *Violencia verbal, psicológica y física*[en línea] Publicado en la web interpsiquiswww.psiquiatria.com [consulta 15 de abril de 2009].

Eelen, G. (2001).*A critique of politeness theory***.** Manchester: St. Jerome Publishing

Enciclopedia de Consulta Wikipedia

Fant, L. (1989). "Cultural mismatch in conversation: Spanish and Scandinavian Communicative behavior in negotiation settings", *Hermes,* 2, págs. 247-265

Grice, H. P.(1975).*Logic and Conversation*. Cole, P. &J. Morgan (Eds.).

Guevara Ramírez, Lydia(2014). "En busca del unicornio perdido (IV): la violencia de cada día o el enemigo que llevamos dentro", en *Antropológicas,*No 107,**http://facebook.com/cubantropológica, consultado el 24/2/2014**

Haverkate, Henk(1993).*Acerca de los actos de habla expresivos y comisivos en español.* En: Haverkate, Henk et al: *Aproximaciones pragmalingüísticas al español*. Editorial Rodopi, Amsterdan,

Janney, R.W. y Arndt, H. (1992)."Intracultural tact versus intercultural tact", en: Watts, R.J. et al. (eds.),*Politeness in Language. Studies in its history, theory and practice*.Berlín: Mouton de Gruyter, págs. 21-41.

Pi Moreno, Mileidis (2009)."La violencia verbal: un estudio de actos de habla en habitantes de la comunidad santiaguera Los Hoyos"**.** Tesis presentada en opción al grado de máster en desarrollo cultural comunitario. Tutora Dra. C. Mercedes CausseCathcart. Universidad de Oriente

Real Academia Española (1973).*Esbozo de una nueva gramática de la lengua española***.** Madrid. Espasa-Calpe, S.A.

Suárez Armas, Aylen (2010). Estudio de actos de habla caracterizados por la violencia verbal en habitantes de la comunidad matiense "Los pirulises". Tesis presentada para la obtención de la licenciatura en Letras. Tutora Dra. C. Irina Bidot Martínez. Universidad de Oriente

Título: Manejo responsable de la violencia en el deporte

Title: Responsible management of violence in sport

Autor: Dr. C. Luis Gustavo González Carballido.

Paí: Cuba

RESUMEN

En la sociedad competitiva contemporánea, la agresividad suele tener una función adaptativa y constituir un rasgo positivo y muchas veces admirado. Quien no es agresivo de determinada manera, no encuentra disposición para luchar por lo que quiere, sobre todo cuando el objetivo demanda total entrega y altos rendimientos. Se suelen identificar como agresivas a las personas que trabajan duro para llegar a tener éxito, quienes son altamente motivadas y emprendedoras.

Es necesario diferenciar entre agresividad y violencia. Al decir de Corsi (2003), el ser humano es agresivo por naturaleza, pero violento por aprendizaje. Según este autor, determinada agresividad es necesaria para desarrollar la lucha, y las acciones serán o no violentas conforme a los recursos aprendidos por el sujeto para alcanzar sus objetivos y a los valores reguladores de su personalidad.

Los propósitos de la conferencia son: superar la polisemia que existe respecto a los términos agresividad y violencia y “aggro”, contribuyendo con ello a un efectivo abordaje de este complejo asunto; examinar los postulados de la Escuela de Leicester respecto al hecho violento en el deporte, observar sus similitudes con el sistema que en Cuba se aplica para prevenir conductas violentas y proponer sugerencias para manejarlas de un modo responsable.

Summary

In contemporary competitive society, aggressiveness tends to have an adaptive function and to be a positive and often admired trait. Who is not aggressive in a

certain way, does not find willingness to fight for what he wants, especially when the goal demands total delivery and high yields. People who work hard to succeed are often identified as aggressive, who are highly motivated and enterprising.

It is necessary to differentiate between aggression and violence. According to Corsi (2003), the human being is aggressive by nature, but violent by learning. According to this author, certain aggressiveness is necessary to develop the struggle, and actions will or will not be violent according to the resources learned by the subject to achieve their goals and the regulatory values of their personality.

The aims of the conference are: to overcome the polysemy that exists regarding the terms aggressiveness and violence and "aggro", thus contributing to an effective approach to this complex issue; to examine the tenets of the Leicester School regarding the violent event in sport, to observe its similarities with the system applied in Cuba to prevent violent behavior and to propose suggestions for managing them in a responsible way.

Titulo: Opúsculo de la memorial II.

Autora: Dra. C. Bárbara Paz Sánchez Rodríguez, babipaz@inder.cu

Institución: UCCFD "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Resumen

La necesidad de registrar, documentar y conservar el pasado reciente de las prácticas físicas en Cuba, sus imaginarios y la multiplicidad de formas en que se han organizado no ha encontrado entre los historiadores del ámbito disciplinar - ni fuera de él - un espacio de rigor.

El ánimo que acompaña al llamado movimiento de historiadores del deporte ha contado con un espíritu tenaz, orientado a llenar el vacío institucional que por décadas padecen los estudios históricos entre nosotros; sin lograrlo. Sobre la responsabilidad del historiador y el impulso institucional que deben cobrar estos estudios, advierte este trabajo.

Opúsculo de la memoria

¿Quiénes son los historiadores del deporte? ¿Sobre que bases teóricas levantan sus investigaciones?. ¿A que institucionalidad se acogen?. Estas y otras interrogantes me inquietaron al recibir la invitación a participar en el II Taller de historiadores del deporte en esta ciudad y en este mismo sitio, el pasado año. Más por curiosidad que por interés académico, concurrí. Celebramos entonces, el 50 aniversario de la constitución del Instituto Nacional del Deporte, la Educación Física y la Recreación, INDER. Para el homenaje, allí coincidieron protagonistas y actores de varias generaciones. Aquellos días - con muy sutiles excepciones -asistimos a una dimensión intangible y vibrante de la historia contada entre recuerdos, anécdotas y emociones. Admito el privilegio que supone el acercarnos a la gloria vivida, empero, guardé sin responder las preguntas con las que pretendo inquietarlos: ¿quiénes son los historiadores del deporte?, ¿qué manejo de la

historia hacemos?, ¿cuáles son sus investigaciones? Les propongo meditar acerca del oficio del investigador y su responsabilidad con la memoria de la nación.

Los historiadores y la Historia, lo estratégico

A la pregunta recurrente que motiva este trabajo: ¿quiénes son los historiadores? Corresponde un argumento analítico. Son los talleres de historia del deporte un espacio académico, o forman parte de una tradición que viene del periodismo deportivo y concomita con el relato de acontecimientos históricos.

La forma que en nuestro ámbito disciplinar de la cultura física es considerada la historia, así como las políticas institucionales del INDER a su respecto, debería ser la fuente de este encuentro; si como es de suponer existe en el espíritu de la organización deportiva cubana, tal intención. Lo cierto es que aún no se cuenta con una política a su respecto. Lo cierto es que este encuentro responde a una iniciativa de la Dirección de Docencia del INDER en el que se dan cita muchos interesados en la historia y muy contados historiadores.

La práctica acumulada por la historiografía del deporte en Cuba está minada de aficionados a la historia que si bien han animado el comentario entorno a acontecimientos, actores y eventos significativos no han estado dotados de la metodología de esta ciencia para presentarlos. Otro, es el caso regular del funcionario o el directivo que al manejar datos para realizar su trabajo emplea el informe, el balance o el discurso político para mostrarnos una historia, su historia o la no historia. Hacer historia se convierte, lamentablemente, en el repaso de hechos calendariados hasta el delirio y que se repiten tanto en las currículas de formación general, universitaria y hasta en las académicas. Y esto es una crítica.

La tendencia descrita pudiera responder parcialmente la pregunta que motiva este artículo. Y una aproximación a la respuesta, está seguramente en el hecho – presumible - siguiente: no contamos con historiadores en nuestra comunidad

deportiva especializados, formados en las universidades del país. Habrá que decir claramente que en el caso de los claustros de nuestra universidad, ha ganado la ingenua decisión de promover a Licenciados en Cultura Física a profesores de Historia, sin la preparación básica para asumir tal desempeño, bajo el concepto –en mi opinión equivocado- que pueden impartir la historia de las prácticas físicas y deportivas "porque de eso si saben". Se ha desconocido que impartir historia es tarea de un tipo singular de docente que además de estar formado en esta ciencia, deberá contar con las herramientas metodológicas de rigor y un ethos que solo se consigue con el apoyo de esa comunidad. Un hecho habitual, al menos en nuestros centros de enseñanza de la red de Cultura Física y el Deporte - investigación que espera - que los graduados en las universidades pedagógicas con especialidad de Historia, Filosofía y Ciencias políticas integran los departamentos de Ciencias Sociales. Estos profesionales no imparten Historia de la Cultura Física, justo por el prejuicio que saben de esos campos pero de la educación física y el deporte, no.

He descrito hasta aquí una realidad que nos acompaña por más de 30 años. Se comprende que el investigador y el docente pueden partir de una determinada formación y que las exigencias de su puesto de trabajo o su propia orientación dirigida por una alta motivación lo pueden conducir a formarse, luego, en otro campo de saber pero en cualquiera de los casos en que ello se produzca, pasa inevitablemente por el dominio del método científico, por un compromiso ético, por una actitud responsable para alcanzar su meta.

El problema a debate obliga a la institucionalidad de la ciencia en la organización deportiva atender - en el caso de los estudios sociales - a fijar una política, unos objetivos precisos, como corresponde a la organización de la ciencia y la tecnología en nuestro país. El Dr. J. Núñez Jover en *La ciencia y la tecnología*[1] argumenta "El caso cubano adquiere una complejidad adicional si consideramos al decir de M. Lowy que "... en las ciencias de la sociedad (...) donde las opciones ideológicas

---

Núñez Jover, J. *La ciencia y la tecnología como procesos sociales*. Ed. F. Varela. La Habana, 1999.

condicionan no solamente la selección del objeto sino también la argumentación científica misma, la investigación empírica, el grado de objetividad alcanzado y el valor cognitivo del discurso; así, las ideologías y las utopías conforman no solamente los encuadres exteriores de la investigación sino también su estructura interna, su amplitud en tanto que conocimiento objetivo de la realidad".[2]

En 1998 surge el Grupo Reto encargado por la dirección de nuestro organismo, de cara a su aprobación por la Asamblea Nacional, la creación del Sistema de Ciencia e Innovación tecnológica conocido por sus siglas, SCIT. El grupo logró reunir a un efectivo equipo de profesionales del Instituto Superior de Cultura Física (ISCF) hoy Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte ,"M. Fajardo" y directivos , funcionarios y metodólogos del nivel central del INDER. El proceso fue asesorado por especialistas del CITMA y se produjo un movimiento que involucró a toda la universidad por la demanda de investigadores. La pretensión era extraordinaria.

Debemos considerar que el SCIT surge como parte de un proceso orientado por los acuerdos del V Congreso del PCC., que aprobó los lineamientos del país en los que "...la ciencia y la innovación tecnológica tienen un importante papel, unido a la necesidad de acelerar la recuperación del sector científico, también afectado en determinados aspectos durante los primeros años del período especial, plantean la necesidad de actualizar las políticas y estrategias nacionales en este campo..."[3].

Para el año 1994 la creación del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente promovió nuevas formas de organización de la ciencia y la tecnología que se reflejaron en la Proyección Estratégica del organismo:

1. La implantación y consolidación del Sistema de Ciencia en Innovación Tecnológica.

---

[2] Lowy, M. *¿Qué es la sociología del conocimiento?* Fontamarra S.A. México, 1986

[3] Documentos y resoluciones del V Congreso del PCC. Publicaciones del CC. del PCC. La Habana, 1998.

2. Desarrollo sostenible del Deporte, la Educación Física y la Recreación, asociado al incremento de la eficacia y eficiencia de los procesos.
3. Incremento de la práctica de actividades físicas y deportivas, el uso del tiempo libre en la población cubana, así como el mejoramiento de la calidad de los servicios.
4. La formación de valores ciudadanos, éticos, patrióticos, políticos e ideológicos en el proceso de preparación de los deportistas.
5. Preservación de la salud de los atletas.
6. La reserva deportiva.
7. Sustentabilidad de nuestro tipo de actividad en la conservación del medio ambiente y como vía para la educación ambiental.
8. Potenciar la producción de bienes materiales para la práctica de las actividades físicas.

El establecimiento de una política científica en diferentes etapas de este proceso en los últimos 40 años, no ha estimulado el levantamiento de investigaciones de este corte. El propio Sistema de Ciencia e Innovación Tecnológica no contempla entre sus prioridades los estudios sociales e históricos[4]. Una década después el problema sigue en pie.

La política institucional de nuestro organismo no considera la necesidad de estudios sociales: históricos, antropológicos o etnográficos ello no ha impedido el reconocimiento implícito de su necesidad, en muchas de sus acciones. El problema se expresa en la ausencia de objetivos precisos dentro de su política científica tecnológica. Esta ausencia no es responsabilidad única de la organización INDER.

El proceso de investigación para el SCIT implicó a un importante número de doctores, profesores universitarios e investigadores; ellos no repararon –tampoco -

[4] Sánchez, B. P. Cultura Física y Epistemología: una propuesta para el estudio de la experiencia cubana. Tesis doctoral, defendida en el ISCF "M. Fajardo, La Habana, 2004. Pág.107 -108

en la importancia de fijar objetivos claros que movilizaran a la comunidad científica de la organización deportiva al registro de su patrimonio.

El espaldarazo a los estudios sociales de las prácticas físicas y deportivas desde la propia política institucional llama la atención acerca de la visión de este campo del saber, explícitamente incongruente con sus resultados. Reparar esta ausencia, implica en primer lugar asumir la responsabilidad de los historiadores, producir un debate sobre la historia que hacemos; un debate por supuesto académico que oriente, sistematice, aúne, conquiste y nos devuelva el espíritu de la nación a través de sus obras, que han sido muchas y altas. Esta consideración es estratégica para la organización deportiva en Cuba.

Los espacios vacíos

El comportamiento de las investigaciones históricas del campo de las actividades físicas en general y las deportivas en especial, no está documentada suficientemente, ni han sido favorecidas por alguna metodología al uso. Las investigaciones de valor son raras y en su mayoría denotan una comprensión de la Historia francamente divorciada del sistema lógico conceptual con que la comunidad de historiadores ha sido formada en nuestro país.

Desde luego, figuras imprescindibles salvan la honrilla en el ámbito, el profesor J. Fernández Corujedo quién recogió en un conjunto de trabajos memorables mucho y bueno. Hoy no sabemos donde podemos encontrar aquella obra.

Un caso ejemplar es el del historiador Carlos Reig con un impresionante currículo y una pasión solo comparable a su obstinación en la batallas frente a tantos molinos de vientos. Su contribución como suele pasar en estos casos, aún no ha sido colocada en su puesto. Otros docentes en el pasado siglo hicieron su labor básicamente en la enseñanza de una asignatura, sobreviviente en cada programa de estudios de la Licenciatura de Cultura Física, Historia de Cultura Física, vale

mencionar al eminente Profesor Titular Nicolás Cosio y al Ingeniero Miguel Llaneras quién desde la Academia Olímpica fue un promotor del conocimiento de la historia del movimiento olímpico cubano. Otro espacio para la historia que debe ser sometido a un análisis crítico, tiene que ver con el periodismo deportivo que por su función social, merece una atención inmediata que beneficiará el reajuste de su misión en los medios de difusión masiva.

El debate sobre la docencia de la historia en la curricula universitaria, es otro asunto pendiente.

¿Quiénes son los historiadores? Es una inquietante pregunta. Por una parte, admitir que hasta hoy - y eso si con una vocación y un valor respetables - los ponentes de estos encuentros y de los que le antecedieron en los años 90' del siglo XX, lograron estabilizar una reunión anual en el Museo del Deporte, dicho sea de paso, otra pérdida, es hacer justicia. Por otra, el espacio ganado por la Academia Olímpica en la década del 80', sin funcionar en el último lustro.

En mi opinión este interés tiene el mérito del esfuerzo fundacional; pero se necesita mayor alcance. Digamos que fue una etapa superada. Aquellos iniciadores fundaron y muchos desde el relato que construyeron dejaron la intención y el ideal. No se niega el valor de la historia como relato pero ellos no dominaron siquiera la metodología de la investigación bajo las coordenadas del método científico. Hoy contamos con una comunidad científica donde concurren historiadores, sociólogos, axiologos, politólogos, científicos sociales formados por nuestras universidades, responsables de hacer un balance crítico y dar continuidad a los estudios sociales del ámbito desde posiciones consensuadas con el más alto rigor científico.

Los espacios de conquista próximos están a la vista: AFIDE, Universidad, Pedagogía; estos encuentros de historia donde deben acudir investigadores e investigaciones; fuerzas que debe favorecer a la política de la organización,

consolidar los fundamentos ideológicos del modelo deportivo cubano y contribuir con ellas a la salvaguarda del patrimonio deportivo de la nación.

Referencias bibliografías

Documentos y resoluciones del V Congreso del PCC. Publicaciones del CC. del PCC. La Habana, 1998.

Núñez Jover, J. La ciencia y la tecnología como procesos sociales. Ed. F. Varela. La Habana, 1999.

Lowy, M. ¿Qué es la sociología del conocimiento? Fontamarra S.A. México, 1986

Sánchez, B. P. Cultura Física y Epistemología: una propuesta para el estudio de la experiencia cubana. Tesis doctoral, defendida en el ISCF “M. Fajardo, La Habana, 2004. Pág.107 -108

Título: Pensamiento de Fidel en la Gesta Heroica del Cerro Pelado.

Autoras: M.Sc. Maritza Ballestero Fernández.

M.Sc. Miladis Contreras León

Institución: EIDE Héctor Ruiz Pérez. Villa Clara

País: Cuba

Resumen

La ponencia se titula Pensamiento de Fidel Castro en la Gesta Heroica del Cerro Pelado y trata acerca de cómo fue la situación política de Cuba y del área geográfica ,durante la preparación para los X Juegos en Puerto Rico, en 1966, qué estrategia se siguió para la misma, orientada y dirigida por Nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz , así como la respuesta que desde el punto de vista deportivo y político se dio ,a todas las maniobras ejecutadas por el imperialismo norteamericano contra Cuba, contra su delegación y la actitud valiente de nuestros deportistas, que pusieron bien en alto el nombre de nuestra Isla, demostrando su dignidad , valor , patriotismo que hicieron posible que nuestro país se inscribiera en una de las páginas más gloriosas del deporte revolucionario a nivel mundial, demostrando la superioridad del deporte amateur contra el mercantilismo en el deporte y de lo que es capaz de hacer un pueblo en Revolución.

A partir del regreso de la gloriosa delegación, Fidel en el propio recibimiento de la misma, trazó las pautas para el desarrollo posterior del deporte en nuestro país, comenzando por los deportes que no obtuvieron los mejores resultados, preparando las condiciones para que Cuba se convirtiera en el futuro en una potencia deportiva.

Sirve de material de consulta para los alumnos de las Escuelas de Iniciación Deportiva, para profundizar en el estudio del Pensamiento de Fidel Castro Ruz en el deporte y en especial en la Gesta Heroica del Cerro Pelado a través de la asignatura Historia del Deporte que se imparte en los grados 7mo y 10mo.

Introducción:

Al analizar el deporte cubano antes de la Revolución existía el deporte profesional y los deportes más practicados eran el béisbol, y el atletismo y por ende los más destacados y reconocidos nacional e internacional. Muchos deportistas veían estos deportes como una vía de escape para resolver sus precarias condiciones económicas y poder ayudar de esta manera a sus seres queridos, aunque en muchos casos el profesionalismo les jugó una mala pasada y terminaron sus vidas como atletas activos.

Otras modalidades como el baloncesto, el voleibol. El canotaje, el fútbol y la natación se practicaban en los clubes y la mayoría de la población no tenía acceso a ellos, solo a escala universitaria algunos accedían a torneos oficiales. Tampoco existía apoyo oficial y existía poca participación de Cuba en eventos internacionales.

Con el triunfo de la revolución, esta se propuso organizar masivamente el deporte como derecho del pueblo y practicar masivamente el deporte. Desapareció el profesionalismo y dejó de ser el deporte un privilegio exclusivo de las élites minoristas para convertirse en un derecho de todos.

Este trabajo aborda situación política de Cuba durante la preparación para los X Juegos en Puerto Rico, qué estrategia se siguió para la misma, así como dar respuesta desde el punto de vista deportivo y político a todas las maniobras ejecutadas por el imperialismo norteamericano contra Cuba, contra la delegación del Cerro Pelado en los X Juegos Centroamericanos, de Puerto Rico 1966 y la actitud valiente de nuestros deportistas que pusieron bien el alto el nombre de nuestra Isla, por lo que tiene como objetivo esencial :Incrementar el conocimiento de nuestros atletas acerca de la estrategia seguida por Fidel en esos Juegos y mantener vivo su pensamiento imperecedero. Sirve de material de consulta para los alumnos de las Escuelas de Iniciación Deportiva, para profundizar en el estudio del Pensamiento de Fidel Castro Ruz en el deporte y en especial en la Gesta Heroica del Cerro Pelado a través de la asignatura Historia del Deporte que se imparte en los grados 7mo y 10mo.

Desarrollo

Habían transcurrido cinco años, desde que en abril de 1961 el Ejército Rebelde, las milicias Nacionales revolucionarias y el pueblo todo derrotaron en menos de 72 horas la brigada mercenaria reclutada, entrenada, pagada, abastecida y protegida por el gobierno de los Estados Unidos desembarcó por Playa Girón y en octubre de 1962 nos enfrentemos con valentía y dignidad al peligro de una agresión nuclear, que les sirvieron de preparación para enfrentar las que se avecinaban como fue durante los Juegos de de Jamaica en 1962.

Cuba se prepara para los X Juegos Centroamericanos de San Juan Puerto Rico 1966 y esto estuvo precedido por provocaciones en la base naval de Guantánamo y una lancha trataba de infiltrar espías en Cuba para llevar a cabo un atentado terrorista contra el Primer Ministro, en aquel entonces Fidel Castro Ruz y crear condiciones para una agresión a nuestro territorio.

La maniobra estaba encaminada a desinformar a la opinión pública internacional, otorgando visas, pero no dando permiso para que una nave cubana aérea o marítima, tocara tierra en Puerto Rico.

Los juegos se celebrarían en los primeros días de junio, se continúa la lucha por la autorización de las visas y en una reunión del la Asociación de Comités Olímpicos Nacionales una venezolana Flor Izaba pidió la exclusión de Cuba. La trampa estaba preparada. A nueve días de los juegos no se habían recibido las visas para la delegación cubana, la más numerosa entre las que viajarían a Puerto Rico. Los atletas viajaron en avión hasta Camagüey donde harían escala y no se conocía que viajarían en barco.

El barco Cerro Pelado (Durante la Guerra de Liberación, en las estribaciones de la Sierra Maestra, el Ejército Rebelde, libró una exitosa batalla contra las fuerzas de la tiranía, en un lugar conocido como Cerro Pelado, donde perdieron la vida valiosos combatientes. El barco constituyó un permanente recordatorio de esta gloriosa epopeya) fue adaptado convenientemente en Santiago de Cuba y se le propiciaron las condiciones necesarias para el traslado de la delegación a Puerto Rico. El capitán del barco Onelio Pino Izquierdo fue el que condujo el Granma

desde México en 1956. Nuevamente le tocaría una misión inolvidable, llevar a los deportistas a Puerto Rico

Durante la travesía fueron objeto de maniobras por parte de un avión que sobrevolaba el barco (hizo 6 vuelos rasantes) para intimidar a nuestros deportistas, mientras desayunaban y luego entrenaban .Tuvieron además el acecho de lanchas y aviones enviando proclamas. Al llegar cerca de las costas de Puerto Rico se detiene el barco a 5 millas del puerto donde eran aguas internacionales y no podían confiscar el barco. La delegación llegó 3 horas antes del comienzo del desfile inaugural. Cuando ya bajaban los botes para bajar a los atletas, cuando llega un remolcador para recoger a los deportistas, quienes bajaron en condiciones peligrosas. Nuestra delegación navegó hacia el muelle entre los barcos norteamericanos surtos en el puerto.

En todo este heroísmo está la mano y el pensamiento de Fidel Castro Ruz.

Pensamiento de Fidel en la Gesta Heroica del Cerro Pelado.

Fidel expresó en diferentes ocasiones discursos o intervenciones en las que se adelantaba a la situación a la que se iban a enfrentar los deportistas cubanos y el resto de la delegación cubana.

“Estos días serán siempre recordados por ustedes y por nosotros, y los nombres de todos ustedes los conocerá nuestro pueblo: los éxitos de ustedes lo seguirá de cerca el pueblo”. (1)

“Por eso, esa bandera no podrá arrebatarla nadie, esa bandera que representa el heroísmo y la sangre desde el Grito de Yara hasta Girón, no podrá arrebatarla nadie. La dignidad y la bandera de la patria la sabrán defender ustedes, la defenderán ustedes con sus propias vidas, la defenderán ustedes con la vida hasta la última gota de sangre.”(2)

“Muchos regresarán con los laureles que allí alcancen, con los triunfos que obtengan, todos regresarán con el cariño del pueblo, aún aquellos que no traigan los primeros lugares, porque el pueblo apreciará en todos los esfuerzos que realicen y el esfuerzo de conjunto que realicen. El triunfo estará en la suma del esfuerzo de todos, el esfuerzo de todos lo que les dará la victoria, y así por cada punto deben luchar con el máximo de energía, de voluntad y de valor”.(3)

“Provocador que agreda a un atleta cubano! no debe quedar con un hueso sano! Provocador que irrumpa en las filas de los atletas cubanos, ¡no debe quedar con un hueso sano! Provocador que intente arrebatar la bandera cubana!no debe quedar con un hueso sano!(4)

“ Frente a los provocadores , ¿serán serenos?,sí , no se dejarán ustedes provocar fácilmente, firmes, no importa el ambiente que traten de prepararles. !Firmes y erguidos !No recibirán elogios de los periódicos, contra ustedes tratarán de concitar hasta la opinión de las masas engañadas , la prensa, la radio, los órganos del imperialismo tratarán de concitar contra ustedes hasta a las masas engañadas”. (5)

“…Y hay que decir algunas cosas que hablan muy alto de nuestros atletas, de su espíritu deportivo, de su disciplina, de su calidad…” (6)

“Todos están de acuerdo en que nuestra delegación impresionó extraordinariamente en Puerto Rico. Todos están de acuerdo en que impresionaron por su disciplina, impresionaron por su calidad e impresionaron por su dignidad y por su valor.”(7)

“Más harán, tratarán de comprar atletas, tratarán de seducir, tratarán de insinuar la traición a la patria y la deserción. No buscarán a los más fuertes, a los más firmes; tratarán de romper por el eslabón más débil, tratarán de crear todos los obstáculos imaginables, tratarán de arrebatarnos nuestra bandera. Y les digo para que sepan el espíritu con el que tienen que ir allí, no solo como buenos atletas, sino como hombres y mujeres dignos”.(8)

“y para querer demostrar que eso es bueno y que lo que nosotros representamos es lo malo, contra nosotros enfilarán sus armas, sus influencias, su prensa, sus saboteadores, sus grupos contrarrevolucionarios para crearnos dificultades, para tratar de deslucirnos”.(9)

“Y seguiremos, porque después vendrán las olimpiadas mundiales, redoblaremos el esfuerzo, incorporaremos masas de nuevos atletas para ese evento internacional, con más tiempo, con más técnica, con más experiencia. Muchos de ustedes se volverán a reunir cuando se momento llegue; y estos días los recordarán siempre con el mayor cariño, por el espíritu de hermandad que reina

entre ustedes, por el entusiasmo que reina entre ustedes, por el entusiasmo que reina entre ustedes, por el mérito del esfuerzo que van a hacer, por los obstáculos que se van a encontrar y por los éxitos que van a alcanzar."(10)

"Hay que decir algunas cosas que hablan muy alto de nuestros atletas, de su espíritu deportivo, de su disciplina, de su calidad (…) nuestra delegación impresionó extraordinariamente en Puerto Rico". (11)

"Por eso es tan justificada la satisfacción de nuestro país, tan legítimo orgullo de nuestro pueblo, tan justo el recibimiento tributado a los atletas, tan merecido el calificativo de delegación heroica y de victoria histórica, la victoria de nuestra delegación en los Juegos Centroamericanos en 1966":(12)

"Cómo fueron capaces de reaccionar nuestros atletas, con qué dignidad, con qué valor, defendiendo el derecho y defendiendo algo que hay que defender, que es la bandera de la patria". (13)

"Este ha sido un evento histórico, esta ha sido una página brillante para el deporte de nuestro país". (14)

El regreso a la patria fue triunfal, la gran sorpresa se produjo cuando al llegar al puerto de Santiago de Cuba, se acercó una lancha de la Marina de Guerra Revolucionaria, con el compañero Fidel, a bordo, quien fue recibido con gran regocijo por los integrantes de la delegación agrupados en la cubierta del barco, inmediatamente el compañero Fidel abordó la nave, encaminándose al salón de oficiales para iniciar la charla con los atletas. Allí mismo en el examen de los logros conquistados, empezó a trazar planes para el futuro deportivo, haciendo énfasis en los deportes donde se habían alcanzado menos resultados.

La delegación cubana a la Gesta Heroica del Cerro Pelado en Puerto Rico 1966, ganó en 11 deportes de los 21 que llevaba, 190 medallas en total, de ellas 96 de oro. Barrió en polo acuático, en lucha, en boxeo, en voleibol masculino y femenino, en esgrima femenino y masculino y en campo y pistas masculino y femenino. Cuba ganó más deportes que todos los demás países. El 92% de nuestros atletas ganó o quedó dentro de los 6 primeros lugares, el 73% ganó medallas de oro, plata y bronce y el 33% de nuestra delegación trajo en sus pechos las medallas de oro para nuestro pueblo, medallas de oro para nuestra

revolución.; pero su principal mérito fue haber puesto en lo más alto el nombre de la patria, lo alto que pusieron el deporte, lo alto que pusieron el concepto revolucionario del deporte, la emoción que despertaron en el pueblo, el entusiasmo.

Le dieron una lección al enemigo, además de haber logrado una extraordinaria victoria defendido la dignidad del pueblo de Cuba y la bandera cubana. A partir de ahí, se le dio un mayor impulso a los deportes Este hecho constituye una página brillante para el deporte de nuestro país. El único trofeo que alcanzó el imperialismo fueron tres traidores. Pero no pudieron de ninguna manera. Nada les funcionó. Chocaron con el mismo Comandante en Jefe de la Revolución Victoriosa, asumiendo la dirección de la estrategia, siempre pensando y actuando delante del enemigo. Con la dirección de la Delegación cumpliendo sus orientaciones, y nuestros atletas como protagonistas en la línea de combate.

Se materializaron los valores que él transmitió en cada una de sus expresiones tales como el patriotismo, la dignidad, el humanismo, la honestidad, la valentía, la combatividad, la responsabilidad, la honradez y la justicia.

En Cuba, en la retaguardia, todo el pueblo. Fidel orientó lo que se debía hacer y se hizo.

Conclusiones

En este trabajo arribamos a las siguientes conclusiones:

1.- Los resultados de la Gesta Heroica del Cerro Pelado en San Juan, Puerto Rico, 1966 constituyeron una victoria deportiva del deporte revolucionario contra el mercantilismo en el deporte.

2.-Constituyó una victoria moral y política para la revolución que recién se iniciaba.

3.-Fidel Castro Ruz fue el artífice de esta Gesta Heroica de la delegación del Cerro Pelado, en 1966, en él hay una expresión de su más genuino pensamiento humanista y transformador. Él orientó lo que se debía hacer y se hizo.

Recomendaciones

1.- Transmitir a través de la asignatura Historia del deporte, los valores morales y la hazaña alcanzada por nuestros deportistas en la Gesta Heroica de la delegación cubana, en los Juegos Centroamericanos de San Juan, Puerto Rico, en 1966.

2.- Profundizar en el pensamiento de Fidel con relación al deporte y en especial en especial la Gesta Heroica del Cerro Pelado, así como su contribución a la formación de valores en el movimiento deportivo cubano.

Bibliografía

1.- Díaz Rey José Antonio,--2005 -- De Jamaica a Puerto Rico "Mis vivencias",--2005,--p 26 a la 84

2.- Prado Gallardo Maritza Isabel. —2006.-- Fidel y la gesta heroica del Cerro Pelado.

3,- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey.--2006.-- Cerro Pelado Delegación de la Dignidad..--2006—276p; 6, 8, 9, 12, 13, 28, 39, 54, 76,83, 117, 246, 261, 268.

Referencias Bibliográficas

1.-. Prado Gallardo Maritza Isabel. —2006.--: Fidel y la gesta heroica del Cerro Pelado. —pág 2

2.-Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey.—2006.-- Cerro Pelado Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.--p28

3.- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey.—2006.--Cerro Pelado Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.--p39

4.- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey.—2006.--Cerro Pelado Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.--p46

5.- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey.—2006.--Cerro Pelado Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.--p54

6.- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey.—2006.--Cerro Pelado

Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.--p73

7.- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey.—2006.-Cerro Pelado Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.--p73

8.- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey. —2006.--Cerro Pelado Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.-p83

9.- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey. —2006.--Cerro Pelado Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.--p117

10.-Prado Gallardo Isabel.—2006.--: Fidel y la gesta heroica del Cerro Pelado. —pág2

11.- Prado Gallardo Isabel.—2006.--: Fidel y la gesta heroica del Cerro Pelado. —pág3

12.-Prado Gallardo Isabel.—2006.--: Fidel y la gesta heroica del Cerro Pelado. —pág3

13.- Prado Gallardo Isabel.—2006.--: Fidel y la gesta heroica del Cerro Pelado. —pág4

14.- Ruiz Vinageras Fabio y José Antonio Díaz Rey—2006.--Cerro Pelado. Delegación de la Dignidad—Editorial Deportes.--2006—p260

Título: Actividades recreativas en el Municipio de La Paz Robles.

Autor: M.Sc. Carlos Andrés Galeso Morales.

País: Colombia

Resumen

La Construcción de una Paz Estable y Duradera, como parte del acuerdo suscrito entre el Gobierno Nacional y las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia, se seleccionó al Municipio de La Paz Robles/Departamento del Cesar como ubicación temporal de miembros de la precitada organización armada mientras se garantiza el Cese al Fuego y de Hostilidades Bilateral y Definitivo (CFHBD) y la Dejación de Armas (DA), así como la preparación para la reincorporación de las FARC-EP a la vida civil y su tránsito a la legalidad. Con base a lo precitado, la Alcaldía Municipal ha implementado un Programa de Paz Territorial, Derechos Humanos (DDHH) y Derecho Internacional Humanitario (DIH), estableciendo en uno de sus objetivos, la promoción de la participación corresponsable de la sociedad civil en un escenario de postacuerdo y la vinculación institucional bien sea pública y/o privada del orden internacional, nacional, regional y local con ocasión de la ubicación en nuestro territorio de La Zona Veredal Transitoria de Normalización (ZVTN) «San José de Oriente»; la implementación del Acuerdo Final incluye una estrategia para el Deporte y Desarrollo Humano, en correspondencia con los Objetivos de Desarrollo del Milenio de las Naciones Unidas, con la finalidad de implementar un proyecto de actividades deportivas y recreativas, para las unidades de las FARC-EP concentradas en la ZVTN, así como la población civil en aras de contribuir a la formación de hábitos saludables, disminuir los riesgos y prevenir padecimientos crónicos degenerativos, controlar la obesidad y el bienestar físico y psicológico de las comunidades.

Palabras Claves: construcción, paz, derechos humanos, deportes y recreación.

Título: Actividades recreativas para el rescate de los juegos tradicionales en el Consejo Popular "La Barrera".

Autores: M.Sc. Olga Lidia Carballosa Manresa. ocarballosa@ucf.edu.cu, Profesora, Auxiliar.

MSc: Grisel de la Caridad Navarro Soto, gnavarro@ucf.edu.cu, Profesora, Auxiliar.

Lic.: Leyanet Maya Carballosa. carballosa.lmaya@ucf,edu,cu, Profesora, Instructora.

Institución: Universidad Cienfuegos

País: Cuba

Resumen

Los juegos de carácter popular tradicional infantiles están sufriendo un paulatino deterioro, atribuible en gran medida al incremento de aquellas expresiones o maneras de jugar conectadas con el desarrollo tecnológico. El presente trabajo refiere una experiencia desarrollada el consejo popular "La Barrera" tendiente a la conservación y fomento de los juegos populares tradicionales infantiles permitió colectar diversos juegos populares tradicionales entre niños cuyas edades se corresponden con la Enseñanza Primaria. La recurrencia a la obra "Juegos Cubanos", del investigador Rolando Alfaro Torres, ha permitido la clasificación y caracterización de todas estas expresiones lúdicas, de manera tal que se puede exhibir un inventario lúdico por vez primera en el consejo popular por lo que se proponen un conjunto actividades lúdicas para el rescate de los juegos tradicionales.

Palabras Claves: Juegos Tradicionales, Recreación.

Introducción

Los juegos de carácter deportivo y los denominados pasivos o de mesa, parecen estar desplazando otras formas antiguas de jugar en el ámbito escolar, con la consiguiente afectación a los nexos culturales entre las nuevas y anteriores generaciones, más aun por el grado de preferencia extraescolar hacia los juegos electrónicos, sin que exista al menos un balance necesario al ejecutar todos ellos.

Pero existen otros factores que también impactan negativamente en la posibilidad de conservar o fomentar estas expresiones lúdicas y que están referidos al desarrollo impetuoso de la industria turística, portadora de acciones recreativas convencionales o globalizadas, contrapuestas en ocasiones al desarrollo de los valores culturales autóctonos, el proceso de urbanización marcado por el desplazamiento de poblaciones de una región a otra, con una pérdida asociada en la citada ejecutoria y la desatención familiar lúdica, aceptada tácitamente por algunos adultos, con el consiguiente detrimento en la influencia educativa que ello pudiera representar.

Al jugar, los niños alcanzan a la par que un amplio disfrute, una extensa gama de elementos que contribuyen a su desarrollo integral, manifiesto en su evolución física y en el perfeccionamiento de diferentes procesos tales como atención, memoria, pensamiento e imaginación creadora. Los juegos por otra parte propician iniciativa e independencia entre los pequeños y fortalecen sentimientos de solidaridad y colectivismo. Los menores al dejar de realizar estas formas lúdicas rompen nexos importantes con elementos culturales que actúan en su formación integral y en la evolución de carácter físico y psíquico que deben experimentar para llegar a ser mejores hombres en el mañana.

Sin embargo y muy a pesar de tan sensibles atributos la sociedad actual no dispone de mecanismos o estrategias capaces de garantizar que estas formas lúdicas de tipo popular tradicional sean restauradas convenientemente, existiendo solo casos aislados donde se muestre esa voluntad de conservación y fomento. Sobre el particular Ofele (2006) refiere los menguados esfuerzos por salvar tales manifestaciones, señalando que los mismos aparecen de forma intermitente, más sujetos a la moda que a serias aspiraciones humanas, encontrando un lugar más encumbrado en eventos y publicaciones.Los juegos populares tradicionales colectados durante la investigación devienen del aporte brindado por el completamiento de un gran número de diversos formularios de entrevistas y encuestas y sobremanera de los elementos evidenciados en la observación práctica. El estudio de marras posibilitó inventariar los juegos populares tradicionales infantiles actuales de estas áreas, así como caracterizarlos

adecuadamente. Como soporte para la mencionada labor se utilizó el texto "Juegos cubanos", de Rolando Alfaro Torres, autor de quien Santos y Correa (2003), expresaran: "…especialista dedicado al estudio del entorno lúdico del ser humano, en su peregrinar por diversas provincias del país. Colectó un amplio muestrario de juegos y canciones infantiles tradicionales."

La recurrencia sistemática a dicha obra, más que una práctica reiterada, evidencia la confirmación del extraordinario aporte realizado por ese pedagogo e investigador al universo lúdico cubano, sin el que cualquier otro estudio, carecería de autoridad suficiente.

El presente estudio sustentado en un proceso lógico de programación recreativa y que considera sus reconocidas etapas (diagnóstico, objetivos, metas, diseño), aspira precisamente a partir de la experiencia inicial, dotar a la sociedad para la conservación y fomento de los juegos populares tradicionales en las diferentes comunidades, capaz de aportar claridad en el estado deseado que se pretende lograr (la conservación y fomento de las formas lúdicas populares tradicionales) y representado a su vez por propósitos a largo, mediano y corto plazo, así como una planificación y dirección de las diferentes acciones, todo ello con dependencia de una optimización de tiempo y materiales, capaz de implicar diversos recursos humanos que propicien una constante toma de decisiones, de elaboración y relaboración, a la par que obtener un sistema de conocimientos que posibilite determinadas formas de actuar y transformar los objetos y situaciones estudiados.

Tal iniciativa sustentada en estudios anteriores acerca del apasionante tema lúdico no tiene precedente alguno en el ámbito local, pues esta a diferencia de acciones actuales de tipo docente, constituye una excelente estrategia comunitaria capaz de promover la utilización de manera sana e instructiva del tiempo libre de los niños en el entorno provincial y acercarle a sus valores culturales autóctonos o lo que es lo mismo, a parte del patrimonio inmaterial de sus respectivos consejos populares. Situación problémica. Carencia de actividades lúdicas para rescatar los juegos tradicionales populares infantiles en consejo popular ’’ La Barrera”.

Desarrollo

En esas realizaciones fue posible distinguir la ejecutoria de diversas formas lúdicas con la presencia o no de implementos. Entre los primeros se encuentran además de los antes mencionados, el papalote y la chivichana y en segundo lugar una buena parte de los juegos de correr, rondas y cantos y juegos variados.

Teniendo en cuenta el grado de repitencia o reiteración de esas expresiones lúdicas en estos diferentes escenarios, fue posible elaborar un inventario de juegos populares tradicionales, que si bien no abarca todas y cada una de las acciones conocidas, resulta exponente de su mayor representatividad. La solución a la carencia de una estrategia comunitaria extradocente capaz de compulsar el conocimiento en primera instancia de todos estos juegos y con ella la ejecutoria de esas prácticas devino más que en una apreciación conclusiva, en un propósito expeditivo. Todo ello favoreció la implementación de un proyecto destinado a lograr vías efectivas para la conservación y fomento de las citadas formas lúdicas en el ámbito comunitario del consejo popular “La Barrera”, de la provincia de Cienfuegos.

Teniendo en cuenta el grado de reiteración de esas expresiones lúdicas en estos diferentes escenarios, fue posible elaborar un grupo de actividades de juegos populares tradicionales, que si bien no abarca todas y cada una de las acciones conocidas, resulta exponente de su mayor representatividad.

Juegos de bolas

"Dicha actividad lúdica aparece aquí representada en tres de sus variantes: "El perseguido", "El quimbe y cuarta" y "El guao", todas ellas identificadas por Alfaro Torres.

"El perseguido" consiste en un juego entre dos niños, los que se alternan para tratar de golpear la bola contraria, previamente plantada con el propósito de apropiarse de ella. "El quimbe y cuarta" resulta muy similar al anterior, solo que al quimbar el perdedor pagará con dos bolas y con una, si su contrario lograra colocarse a menos de una cuarta de su posición.

El denominado "Guao" consiste en un agujero situado a escasos tres metros de una raya, desde la cual todos tirarán sus bolas. El que primero logre engollar en el orificio, tendrá derecho a realizar tres tiradas a las bolas que hayan quedado fuera.

La primera es la prima, tirada que se hace adelantando una cuarta hacia la bola contraria. Si golpea la bola, procede a un segundo tiro denominado pata, en el que el jugador adelanta la suya una distancia medida con el pie.

La tercera posibilidad se llama sola y se efectúa lanzando bien lejos la bola del contrario. De lograr el tercer impacto, trata después de engollar nuevamente la bola en el llamado guao, quedando el otro eliminado. No obstante de fallar, cederá su turno al siguiente jugador. Aquí los competidores eliminados deberán entregar el número de bolas previamente acordado.

Juegos de trompos

Los juegos en los niños utilizando trompos y que no aparecen descritos en el libro "Juegos cubanos", es práctica bastante común entre los pequeños de estos barrios.

En su ejecución utilizan diferentes maneras de accionar pues mientras los unos le hacen bailar sobre el suelo, los otros muestran toda su destreza realizando malabares ya bien al deslizarle sobre la cuerda que le sirve de propulsor o en la palma de sus manos.

Generalmente el juego consiste en una competencia de habilidades donde se trata de demostrar a todas luces, la maestría alcanzada por cada jugador.

La quimbumbia

La modalidad de quimbumbia practicada por los niños objeto de este estudio, es bastante similar a la descrita por Alfaro, relacionada en gran medida con el desarrollo de un partido de béisbol. Generalmente se juega con dos o tres bases y un palito cilíndrico de extremos afinados, el que se trata de golpear con otro más largo.

Mientras unos accionan a la ofensiva tratando de conectar sobre el peculiar implemento, los demás jugadores intentan capturarlo de fly o de roling.

Los papalotes

Durante los días en que la brisa sopla con más fuerza, sobre todo en la época marcada de la efímera etapa invernal, niños de ambos sexos, en compañía o no de adultos, se dan a la agradable ocupación de empinar papalotes en parques u otras áreas descubiertas de estas urbes.

Existen algunos pocos más modestos que sus congéneres, carentes de una estructura tan armoniosa y sólida, así como de tan eficientes materiales para su confección, los que los niños suelen denominar simplemente como chiringas. El deleite de volar tales objetos no aparece en el texto "Juegos Cubanos", pero sin dudas es parte de la actividad lúdica tradicional de estas regiones.

Chivichanas

Aunque de manera bastante dispersa, apremiados para su construcción de ruedas provenientes de patines deshechables, aparece en las ciudades estudiadas la presencia de un medio bastante rústico de locomoción, consistente en una tabla adosada a dos largos brazos, en los cuales se insertan los citados elementos rodantes. Esta modalidad no recogida por Alfaro Torres, la disfrutan los niños preferiblemente en parejas, pues uno de ellos suele impulsar al otro, aunque les sea posible desplazarse también en solitario.

La denominación de chivichanas a tales objetos, da nombre a la expresión lúdica. Aunque reiterada su práctica entre los varones, es posible encontrar niños de ambos sexos dedicados a ella.

Juegos de yaquis

Con una mayor participación que los representantes del sexo opuesto, las niñas se dedican a un juego muy antiguo, practicado por los griegos bajo el nombre de pentalita.

Aunque en la obra de Alfaro Torres se muestra una amplia gama de formas al ejecutarlos, en estos barrios se apreció fundamentalmente la variante denominada "Tiquitear", consistente en lanzar una pequeña pelota al aire e ir cogiendo primero cada uno de los yaquis, luego de dos en dos, de tres en tres, hasta de seis en seis. Al finalizar es común alguna que otra expresión en los pequeños, que distinga su triunfo. Ello sobre todo se ejecuta acá "a lo fino", es decir, sin mover ningún yaquis al tratar de coger el otro. De ocurrir un movimiento de ese tipo, el jugador terminará por entregar su turno al siguiente compañero.

Peregrina o tejo

Esta actividad lúdica es bastante compartida entre niños de ambos sexos, no sin cierto predomino de las niñas.

En los barrios objeto de estudio fue apreciable en su variante más común, es decir, a partir de un diagrama dibujado en el piso, hacia el que los niños lanzan una lata escachada, tratando de alcanzar los recuadros que le componen de forma progresiva.

De lograr ese propósito deberán avanzar en un solo pie a los cuadros siguientes y regresar en ese orden hasta el principio y salir. De caer la lata sobre la raya o fuera del recuadro pretendido, cederán los jugadores su turno al próximo competidor. La similitud del gráfico con un avión le da nombre al juego. Otras variantes como "El nueve" y "El caracol", aparecidas en "Juegos Cubanos", no fueron apreciadas durante la investigación.

En el caso descrito ganará el que habiendo lanzado la lata al recuadro doce, vaya hasta aquel y tras sacarla, logre descender al primero.

Juegos con la suiza

Puede afirmarse que esta forma de jugar resultó ser la más generalizada entre las niñas, aun cuando también sea practicada por varones.

Su ejecutoria suele ocurrir de diferentes formas, aunque generalmente acaece en solitario, tratando de saltar reiteradamente la cuerda sujeta a sus extremos por cada mano. Otra variante es aquella donde los competidores al saltar, asumen diferentes posiciones con brazos y piernas.

Muchas de las formas de bailar suizas, descritas por Alfaro Torres, no fueron apreciadas en la investigación.

Juegos de correr

De los denominados "juegos de correr", compartidos con igual satisfacción por representantes de ambos sexos, se pudieron reconocer algunos de los descritos por Alfaro Torres y otros no aparecidos en el libro "Juegos Cubanos". Destacaron por su nivel de coincidencia en los citados lugares "Los escondidos", "Chucho escondido", "El pañuelo o pañoleta", "Burrito 21", "La gallinita ciega" y los clásicos "Carreras en sacos" y "Carreras en zancos".

"Los escondidos", forma muy antigua de jugar sigue estando presente en muchos niños actuales.

Consiste en dejar en una madrina (árbol, poste u otro objeto) a un niño previamente seleccionado, mientras el resto intenta ocultarse en los alrededores. Aquel que se queda, hará un conteo de números consecutivos y al concluir este, lanza una frase casi siempre concluida en: ¡El que no se escondió se revienta! A seguidas intenta descubrir a sus compañeros y de hallar alguno, gritará su nombre e intentará alcanzar corriendo la madrina. El niño descubierto que logre alcanzar antes dicho objeto, logrará salir o ganar, de lo contrario será el próximo quedado.
Para el juego denominado "Chucho escondido", los niños acá utilizan una rama delgada de corta longitud, la que intentarán ocultar del resto de los competidores, agrupados en torno a una valla o madrina. Una vez que haya ocultado la rama o chucho, el encargado de esa misión lo hará saber a los demás gritando: ¡Ya!, mientras los otros intentarán encontrarlo. El que oculta el chucho utilizará los términos: ¡frío!, ¡tibio! Y ¡caliente! o ¡se quema!, para anunciar la cercanía de alguno de los niños al objeto escondido. Al grito de ¡se quemó!, todos corren hacia la valla, mientras el poseedor del chucho intenta pegar al resto por las piernas.
"El pañuelo o pañoleta" consiste en dividir en dos bandos o equipos a un grupo de niños, los que serán situados convenientemente a ambos lados de una línea trazada en el piso, sobre la que se coloca un pañuelo.
Los competidores recibirán números consecutivos, de manera que tengan un similar entre sus oponentes. El que dirige el juego cantará un número y los aludidos se aproximarán al pañuelo, tratando de apoderarse de este, pero evitando tras esa acción ser tocados por su rival. De evadir el roce, tratarán así de arribar a su formación, mientras son perseguidos. Los que arriben sin ser tocados, sumarán unidades a sus respectivos equipos y ganará el colectivo de mayor puntuación.
Para la realización del juego "Burrito 21" se divide un grupo de niños en dos equipos, con igual número de miembros. Cada integrante de uno de los bandos, pasa los brazos por delante de la cintura del próximo compañero. El primero hace un apoyo en una pared o un árbol, de manera que toda la fila quede sostenida. Cada uno de los del segundo equipo desde una distancia prudencial, corre y salta sobre la espalda del último de la fila e intenta caer sobre el primero que no tiene

otro encima. Los de arriba tratan de mantenerse y los de abajo se esfuerzan por sacudírselos. El que se cae sale del juego. Gana el equipo que logra librarse de sus oponentes.

"La gallina ciega". Consiste esta expresión lúdica en escoger a un niño de un grupo, al que se le vendan los ojos, mientras los demás forman un círculo a su alrededor. El pequeño vendado, al que se le denomina "gallina ciega" es obligado a dar vueltas en el lugar, con el ánimo de desorientarlo. Se sostiene un diálogo y la gallinita intenta coger a algunos de los del círculo, pero estos huyen aprovechando que aquel está vendado. Al atrapar a uno, ese pasa a ser la gallinita.

"Las carreras en sacos" y "Las carreras en zancos", son competencias lúdicas muy del agrado de los niños. Las primeras como su nombre lo indica, consisten en intentar desde el interior de un saco y tomándolo por sus extremos, correr a campo traviesa para alcanzar una meta antes que uno o varios rivales. "Las carreras en zancos". La utilización de tales implementos resulta indispensable para la ejecutoria de dichos juegos. Ambas expresiones no aparecen registradas en el texto "Juegos cubanos".

Otros juegos aunque en menor escala. Entre ellos podemos citar: "Perrito goloso", "Bandidos y policías", "Ardilla sin casa", etc.

Juegos variados

Entre esas variantes lúdicas descollaron por su repitencia y sistematicidad los juegos "Pasito inglés", “Cuatro esquinas" y "rabo del burro", aun cuando los dos últimos no se registraron en la ciudad de Cárdenas durante el curso de la investigación.

La primera de ellas no aparece en la clasificación de Alfaro. Se juega con dos madrinas, una para contar y la otra donde se encuentran los demás niños, que tratarán de llegar al que cuenta, sin ser vistos.

"Cuatro esquinas" es una variante lúdica que no fue registrada en el texto "Juegos cubanos" y consiste en cuatro jugadores que se sujetan por una sola soga atada en sus extremos a la que le dan forma cuadrilátera y separada ellos aproximadamente un metro por detrás de un objeto colocado sobre el piso. El

primero que logre capturar dicha prenda es el ganador.
Por su parte "El rabo del burro" es uno de esos juegos que viene de antaño, practicado por niños de muchos países. Consiste en colocar el rabo a un burro de cartón o cartulina, con los ojos vendados.

En menor cuantía y de manera aislada fueron vistos juegos como "Las frutas", "Pelea de enanos", etc. Se evidencia también en estos juegos la existencia de algunos no descritos antes en el referido libro cubano.

Juegos con rondas y cantos

Entre los principales juegos donde aparecen en su ejecución rondas y cantos, se apreciaron algunos muy conocidos por diversas generaciones de cubanos. "Rueda rueda", "Alánimo", "La señorita", y "El patio de mí casa". Los mismos se caracterizan por el movimiento circular de los pequeños, mientras entonan cantos alegóricos a esos nombres.

Muy esporádicas fueron las posibilidades de apreciar variantes lúdicas de juegos de prendas, así como los bien reconocidos piteos y lo que se lograra acá de manera bien exigua, se corresponde sobre todo con el quehacer de algunos niños en la ciudad de Cárdenas. Lo limitado de esas expresiones y de muchas otras que fueran disfrutadas antes por padres y abuelos, son pruebas fehacientes del deterioro que experimentan tales formas en la actualidad.

Conclusiones

Con el resultado de estudio se logro enriquecer el conocimiento de los niños sobre los juegos tradicionales en el consejo popular “La Barrera”, sustentado en el fomento y rescate de sus costumbres lúdicas, evidentemente deterioradas muy a pesar de sus considerables riquezas autóctonas.

El acercamiento al acontecer actual de los niños y niñas estudiados, al criterio de sus familiares y maestros, aporta la posibilidad de sentar las bases para una profundización de tales investigaciones dirigidas al rescate y consolidación de la tradición de los juegos infantiles.

Bibliografía

ALFARO TORRES. Rolando. 2002. *Juegos cubanos*. Casa Editorial Abril. Ciudad de La Habana. 2002. 182p.

BARBÓN FORBES, Raymer. 2007. *Sistema de juegos tradicionales del barrio Versalles de la ciudad de Cárdenas*. Tesis para optar por el título de Licenciado en Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Matanzas. 61p.

DIEGUEZ HERNÁNDEZ, Dayamis. 2007. *"Sistema de juegos tradicionales infantiles en el barrio Pueblo Nuevo en la ciudad de Matanzas"*. Tesis para optar por el título de Licenciado en Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Matanzas. 58p.

ECHEVARRÍA TORRIENTES, Yusmila Francisca. 2007. *"Sistema de juegos tradicionales infantiles del Consejo Popular Matanzas Este de la ciudad de Matanzas"*. Tesis para optar por el título de Licenciado en Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Matanzas. 61p.

HERNANDEZ DESCHAPELLES Israel. 2007. *"Sistema de juegos tradicionales infantiles para la comunidad Boca de Camarioca Santa Marta del municipio Varadero"*. Tesis para optar por el título de Licenciado en Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Matanzas. 57p.

PÉREZ, Aldo. 1997. *Recreación y fundamentos teóricos metodológicos*. México DF.

SAR MANES Ana Iris. 2007. *"Propuesta de Sistema de juegos tradicionales para la ciudad Varadero"*. Tesis para optar por el título de Licenciado en Cultura Física. Facultad de Cultura Física.

Anexos.

Juegos de bolasLa quimbumbia

Niños jugando bolas

La Quimbumbia guarda similitud con un partido de béisbol

Juegos con rondas y cantosChivichanas

La mayoría de los niños juegan con rondas y cantos

Las Chivichanas constituyen una grata manera de jugar

Juegos de yaquisPeregrina o tejo

Las niñas generalmente prefieren realizar juegos de Yaquis

La Peregrina o Tejo es otra atracción para estas niñas

Juegos con la suiza

En el baile de la suiza se llegan a alcanzar excelentes habilidades

Ellos tratan de ser más rápidos al tomar el pañuelo o pañoleta

"Los escondidos"

Estos niños juegan a los Escondidos de la misma forma que lo hicieran sus padres y abuelos

El pañuelo

Ellos tratan de ser más rápidos al tomar el pañuelo o pañoleta

Título: Curso de superación para profesores de Recreación, una alternativa para la calidad de los procesos físico-recreativos de Villa Clara.

Autores: M.Sc. Urbano Rodríguez Martínez.
M.Sc. Amelia Domínguez Ventura.
Dr. C. Desiderio Sosa Loy.
País: Cuba

RESUMEN

El trabajo aborda la problemática de cómo contribuir a mejorar la calidad de los procesos físico-recreativos en la provincia de Villa clara, debido a las debilidades existentes en el personal que labora en estas funciones; para el logro de tales empeños se diseñó un curso de superación y se aplicó con representación de ocho de los municipios de la provincia y se logró el incremento en la calidad a partir de la aplicación de los contenidos del mismos, teniendo como base la aplicación de la ciencia para la concepción y desarrollo de estos procesos. Utilizándose para el logro y constatación de los resultados que aquí se exponen métodos científicos entre los que destacan, la revisión documental, la observación, la entrevista y la encuesta acompañado de técnicas estadístico-matemáticas. Entre los logros más significativos se destacan la utilización racional de los recursos (financieros, naturales y humanos), el incremento de la participación en los procesos físico-recreativos basados en la atención a los motivos físico-recreativos y la diversificación de los mismos. Contando estos resultados con el reconocimiento de directivos provincial y municipal así como la aceptación de las comunidades.

INTRODUCCIÓN

El trabajo que se describe a continuación aborda la vinculación de dos aspectos importantes como son la superación de los recursos humanos y los procesos físico-recreativos, estrechamente ligados estos últimos a la Recreación.

La formación de profesionales competentes, que puedan participar activamente

en la vida social del país, demostrando una sólida preparación
científica, política y cultural; que asuman posiciones patrióticas, ideológicas, profesionales y éticas acordes con losprincipios y valores revolucionarios que rigen nuestra sociedad, capaces de conducir un proceso comprometido con su tiempo y sus ideas, formadores de sentidos y concepciones filosóficas adecuadas, son objetivosfundamentales, dentro del sistema social cubano. Lo que será posible solamente en una educacióncolaborativa, reflexiva, participativa, tolerante profundamente humanista, y democrática; sobre la base de enfoquesintegradores, que sitúen al hombre como centro de atención y conceda oportunidades para todos, atiendandiferencialmente la diversidad de los seres humanos, en pos del desarrollo óptimo de sus potencialidades de forma plena yjusta; respetando su identidad como persona.

Esta es la idea rectora que lleva a la vinculación de estos procesos de manera tal que se manifiesten los resultados a que se aspira en función de la mejora del bienestar social de la población cubana.

En correspondencia con el nivel científico alcanzado, “la sociedad plantea a cada profesión un conjunto deproblemasde la profesión que contienen una parte de la realidad objetiva y está determinado por los problemas que en él se manifiestan y alos cuales se debe dar solución” (Álvarez, 1999: p. 11).

Durante toda la historia de la humanidad el hombre ha sentido la necesidad de recrearse, aunque no haya sido directamente su objetivo o el nombre propiamente de Recreación, lo cierto es que durante la realización de estas actividades se satisfacían necesidades físicas, psicológicas y espirituales.

Los procesos físico-recreativos constituyen un complejo fenómeno de carácter multifactorial, donde se relacionan la estructura y contenido del tiempo libre, los valores manifiestos por la población, el tipo de modelo recreativo, la educación y autoeducación para el empleo del tiempo libre y el desarrollo de estos.

En las actuales condiciones de perfeccionamiento del modo de vida socialista en el proyecto social cubano el problema de la Recreación y sus procesos físico-recreativos adquiere mayor relevancia, sobre todo dirigido al enriquecimiento del bienestar de la sociedad.

Satisfacer las necesidad es de ocupación del tiempo libre de los jóvenes en una comunidad no es tarea fácil, si para él no lo comprometemos a los diferentes factores, (FMC, CDR, UJC, Pioneros, Cultura, Deporte, Salud y estructuras de gobierno).

El ejercicio es una necesidad corporal básica, si se renuncia a este el organismo funciona por debajo de sus posibilidades físicas, por tanto, se deteriora la vida.

Existe consenso entre los estudiosos de la Recreación cuando plantean que la sociedad post-moderna se encuentra en una profunda crisis, producto de esta tendencia general hacia la existencia de modelos recreativos pasivos, con menores actividades motrices, en que poco o nada intervienen los motivos físico-recreativos.

Tal situación daña el bienestar de la sociedad, pues también se reconoce en teoría lo imprescindible que resulta para el hombre buscar un equilibrio entre lo físico y lo espiritual. Las causas de tales tendencias se encuentran en la súper civilización, en el consumo de bebidas alcohólicas, cigarros y otras sustancias nocivas que dañan la salud, en el predominio de los medios técnicos como el video-juego, en fin numerosos adelantos tecnológicos que han ido condicionando que cada vez más la Recreación se conciba en espacios cerrados y climatizados con tendencia a la falta de movimiento.

Aunque Cuba no es un país altamente desarrollado, tampoco escapa a la regularidad apuntada, hoy nadie duda de la importancia de la actividad física de la Recreación y por tanto se acepta la incorporación de motivos físico-recreativos al discurso teórico de la Recreación.

La necesidad recreativa forma parte de la gran necesidad social de reproducción que tiene el hombre y se caracteriza porque se expresa individualmente, condicionada socialmente a través de intereses individuales y su especificación radica en las actividades u objetos que satisfacen la necesidad, es el consumo de bienes culturales, recreativos, realizadas en determinadas condiciones socio económicas y disponibilidad de tiempo, que asegura una opción y por lo tanto la expresión de la individualidad.

La práctica de la Recreación en general discurre cada vez más hacia estilos

pasivos, lo cual es confirmado por diversos investigadores como R. Zamora, Aldo Pérez y Desiderio Sosa.

La Recreación Física constituye una línea de trabajo importante dado su en cargo social por lo que debe estar encaminada a satisfacer las necesidades de inversión de tiempo libre de la población en actividades partiendo de sus gustos y preferencias.

Desde esta concepción se aprecia que en muchos modelos recreativos actúan estructuras y contenidos de tiempo libre de carácter estereotipado, se enseñan juegos y técnicas expresivas, se ejecutan campamentos y se despliegan diversas actividades con un sentido solo de placer, que olvida un sentido más esencial de formación de las personas para el empleo de su tiempo libre. Por las deficiencias detectadas a nivel comunitario, otras de carácter investigativo y la creciente necesidad de focalizar la investigación nos percatamos que existe la necesidad de actividades deportivas con carácter recreativo que cobran en la actualidad una gran importancia, sobre todo porque la sociedad actual ha impuesto un estilo de vida en el que poco o nada intervienen las acciones motrices, por tanto este debe ser enfocado desde una óptica de educación permanente.

Analizandolarealidad concretaes que planteamoscomo situaciónproblémica; insuficiencias en la calidad de los procesos físico-recreativos en la provincia Villa Clara, la que nos conduce a definir el problemacientífico de nuestra investigación de la siguiente manera: ¿Cómo contribuir a incrementar la calidad de los procesos físico-recreativos en la provincia de Villa Clara?

Para darle solución al problema planteado los objetivos de este trabajo fueron:

Diseñar un curso de superación para los profesores de Recreación que permita incrementar la calidad de los procesos físico-recreativos de Villa Clara.

Valorar la calidad de los procesos físico-recreativos de Villa Clara a partir de la implementación del curso de superación para los profesores de Recreación.

Utilizándose métodos y técnicas de los diferentes niveles entre los que se encuentran, del nivel teórico Analítico-Sintético y el Inductivo-Deductivo, del nivel empírico la Revisión Documental, la Observación, la Encuesta y la Entrevista,

también del nivel estadístico matemático la Distribución Empírica de Frecuencias y la Media Aritmética.

DESARROLLO

Para el desarrollo de este trabajo se tuvo en cuenta la aplicación y el análisis de los diferentes métodos y técnicas anteriormente mencionadas a partir de una muestra de los diferentes grupos etarios y comunidades de los 13 municipios de la provincia Villa Clara, mediante un muestreo intencionado sobre los criterios de selección de las demarcaciones atendidos por los cursistas. Además podemos explicitar que en la revisión documental se tuvo en cuenta, los documentos oficiales que norman el quehacer del profesor de recreación y los no oficiales que nos llevan a sus planificaciones personales, en las observaciones se observaron los procesos antes y después de la aplicación del curso, las entrevistas fueron aplicadas a directivos del INDER, Poder Popular, CDR, FMC y Personal de Salud, las encuestas se le aplicaron todos los usuarios (teniendo en cuenta las diferentes edades y comunidades), finalmente se utilizaron las técnicas estadístico-matemáticas y la triangulación por fuente y contenido para la obtención de los resultados descritos.

Teniendo en cuenta, los cambios existidos en la realización y evaluación de los procesos físico-recreativos, así como el detrimento de la práctica sistemática de estas actividades. Además de la incorporación de nuevos profesores a atender esta actividad. Por interés de la Dirección Provincial de Recreación Física se determinó crear, un sistema de superación el cual profundice los conocimientos en dicha actividad y que permitan a los profesores mayor dominio de las actividades a realizar, para de esta forma poder dar respuesta a las necesidades existentes en la sociedad contemporánea.

Se profundizará en los contenidos sobre, las indicaciones para el trabajo de la Recreación en sentido general, la Recreación Física en la comunidad y en la naturaleza con sus técnicas básicas, la Animación Recreativa y Socio-cultural, y el Excursionismo Deportivo.

Se trabajará por demostrar el manejo del Estudio del Presupuesto-tiempo, el sistema de encuestas y otros métodos de recogida de la información y procesamiento de datos para los diagnósticos, planificación, ejecución y evaluación que se aplican en la introducción de los procesos físico-recreativos en las instituciones escolares y la comunidad en sentido general. Fortaleciendo, la motivación y la participación Físico-recreativa para poder lograr un estado de satisfacción de los motivos físico-recreativos en la población.

Buscando la integración de la dimensión ambiental al proceso de la Recreación Física como elemento imprescindible para el manejo de la sostenibilidad de sus actividades.

Desarrollar diferentes programas de la Recreación Física en la comunidad e instituciones, durante el tiempo libre, adecuándolos a las características típicas de cada período, tanto de la edad cronológica, como la biológica. Evaluando el nivel de calidad de los procesos físico-recreativos desarrollados.

Si analizamos el mundo de hoy más confuso y convulso, donde la vida se presenta más agitada, existe un alto nivel de contaminación en la atmósfera, se lucha a diario contra la obesidad y el sedentarismo, se hace necesario el incremento de la práctica del ejercicio físico, del correcto uso del tiempo libre, los medios y bondades que nos brinda la naturaleza, para vivir una vida sana y confortable.

Todo lo antes planteado nos compulsa a imprimirle un rápido incremento a la formación y superación de nuestros profesionales para dar respuesta a las necesidades siempre crecientes de nuestrasociedad.

La Recreación Física constituye la 6ta necesidad de los seres humanos, después de la Nutrición, la Salud, la Educación, la Vivienda, el Trabajo y la Seguridad Social, según la Organización de Naciones Unidas (ONU). En Cuba, se forman Licenciados en Cultura Física y Deporte con un alto nivel de preparación de manera integral; pero no cuentan con una preparación acabada en el perfil de la Recreación Física.

En las condiciones de perfeccionamiento del proyecto social cubano, el problema del Tiempo Libre y la Recreación Física adquiere mayor relevancia, sobre todo

cuando se trata de hábitos incorrectos del hombre en cuanto a su forma de alimentación, tendencias nocivas a partir del uso del tabaco, el alcohol, drogas, la distribución inadecuada de su presupuesto del tiempo social, el intenso stress, la aparición de obesidad con mayor frecuencia, el sedentarismo o hipoquinesia, lo que traen como consecuencias la aparición e incremento de enfermedades crónicas no transmisibles, calificadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) durante el siglo XX, entre los principales factores que atentan contra la Calidad de Vida de los diferentes estratos sociales.

Entre los resultados más significativos de toda esta labor podemos destacar:

- Incremento en la participación de la población en los procesos físico-recreativos de la provincia Villa Clara.
- Incremento en la satisfacción de los procesos físico-recreativosde la poblaciónde la provincia Villa Clara.
- Uso racional de los recursos (naturales, financieros y humanos) en función de las necesidades físico-recreativas de las comunidades de la provincia de Villa Clara.
- Aplicación de métodos científicos que permiten la eficiencia y eficacia de losprocesos físico-recreativos de la población de la provincia Villa Clara.

CONCLUSIONES

1- Ha quedado diseñado un curso para la superación de los profesores de Recreación sobre la base de las necesidades de los profesionales que sostienen los procesos físico-recreativos y en función de la satisfacción de los motivos físico-recreativos de la población de la provincia de Villa Clara.

2- A partir de los resultados manifiestos y declarados por los usuarios se reconoce como positivo para la calidad en el desarrollo de los procesos físico-recreativos de la provincia de Villa Clara, la aplicación del curso para profesores de Recreación.

BIBLIOGRAFÍA

1. Guerrero, S y Cuevas, H. (1981). Recreación Turística. Editorial Pueblo y Educación, La Habana.
2. Sánchez, Aldo y colaboradores. (1998) Recreación: Fundamentos Teóricos–Metodológicos. Impreso en el Instituto Politécnico Nacional, México, D.F.
3. Rodríguez, Alejandro E. (2005) Facultad de Cultura Física de la Habana y Centro de Estudios de Desarrollo Agrario y Rural. La Habana.
4. CD Recreación Física Comunitaria en la Universalización.
5. Camerino, O y Castañer, M. (1991) 1001. Ejercicios y Juegos de Recreación. Editorial Paidotribo, Barcelona,
6. Comisión nacional de deporte, Barcelona, (1993). Programa recreativo Vacacional: El tiempo libre es un espacio para aprender jugando.
7. Manuel Vigo. (1984). Campamentos Organizados Ed. Stadium.
8. Organización de Pioneros “José Martí”, (1986) Manual del Pionero Explorador. La Habana,
9. Waichman, Pablo. (1995).Tiempo Libre y recreación: un desafío pedagógico. De. PW, Buenos Aires.
10. http//www.funlibre.org/documentación.html

Título: El juego como herramienta en la construcción social para el posconflicto.

Autor: M.Sc. John Alexander Pabon Tangarife john.pabon@docentes.umb.edu.co.
Profesor Titular
País: Colombia

Resumen

La sociedad, en específico, la sociedad colombiana, vive un paradigma en temas de guerra y paz. Existen leyes, normas y referendos a favor de estos, pero no se ven previstas estrategias para lo que sucede con una sociedad después del conflicto. Es entonces, cuando el juego, acompañado de los procesos de desarrollo del deporte social comunitario, fomentan la integración de lo deportivo, lo cultural y lo social con el rescate de lo tradicional y lo autóctono que nos define como cultura.

Si miramos, el contexto propio del juego lo definimos como una Actividad libre, espontanea y placentera. Según Huizinga(1938), “el juego es una acción o una actividad voluntaria, realizada en ciertos límites fijos espacio-temporales, según una regla libremente consentida pero absolutamente imperiosa, provista de un fin en sí, acompañada de una sensación de tensión y de júbilo, y de la conciencia de ser otro modo que en la vida real”. También postula Roger Callois que “la función propia del juego es el juego mismo. Es una característica propia del juego el no crear ninguna riqueza, ninguna obra”.

La utilización del juego no prepara al individuo para ninguna tarea, sino que se convierte en una herramienta que genera una capacidad mayor de superar obstáculos o de enfrentarse a los problemas.

El juego tiene su fin en sin mismo, así que cuando se le da la finalidad de fomentar la socialización, la integración, la colaboración y la recuperación social, se vuelve en un medio de desarrollo social.

En Colombia, pasamos por una etapa de transición entre la guerra y la paz. Sin embargo las estrategias de reconstrucción social posconflicto, tienen como enfoque la restitución de tierras, el regreso de las comunidades a su primer hogar,

la reinserción de los miembros de grupos armados a la vida civil, entre otros. Pero los procesos de reconstrucción, de adaptación y de consolidación de estas comunidades se ven aislados a satisfacer las necesidades y las condiciones de las sociedades de las regiones.

Este ejercicio pretende demostrar la importancia que tiene el juego como herramienta que genera una condición favorable para las comunidades en postconflicto.

Título: El Snorkeling como una opción recreativa en el Paisaje Natural Protegido Rincón de Guanabo.

Autores: Junior Costa Freijo. Estudiante

Año académico: 2do Año (Plan D)

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

RESUMEN

La necesidad de confeccionar actividades recreativas en la naturaleza en el Paisaje Natural Protegido Rincón de Guanabo, con vistas a promover la educación ambiental en los visitantes y pobladores del lugar, ha traído consigo el desarrollo de este trabajo investigativo. Se pretende a través de una recreación sana, educar a la población a contribuir con el cuidado y protección del medio natural del que tanto disfruta en el período vacacional, comenzando con el trabajo en la comunidad que convive directamente con este medio y que de una forma u otra siente mayor apego por la conservación del mismo.

Caracterizar el área a través de la información recopilada y brindada por el museo, la identificación de los ecosistemas y las especies existentes en el área marina, fue el primer paso para poder calificarla como adecuada para desarrollar la práctica del snorkeling. De esta forma se pudo conocer que las bajas profundidades del pastizal favorecían la práctica con niños y adolescentes.

Entre los intereses recreativos de ambos grupos se encuentra el snorkeling y más entre aquellos que nacen en comunidades costeras. Desarrollar actividades donde puedan aprender la importancia que tiene la interrelación que existe entre los ecosistemas de manglar, pastizal y arrecifes coralinos, y el daño que le provocan la acumulación de desperdicios que usualmente se puede apreciar en las playas en periodos vacacionales, contribuiría a educarlos y convertirlos en portavoz para erradicar este problema y llamar a la conciencia de todos a tener una educación ambiental.

INTRODUCCIÓN

Los espacios litorales representan un potencial para la práctica de los deportes de naturaleza pero a su vez es uno de los espacios más vulnerables al cambio climático y todos los problemas ambientales asociados a este, que la mayoría de las veces los afectan de forma irreversible. Cuba siendo un archipiélago, tiene gran parte de su territorio como zona costera, siendo estas de gran importancia económica, ecológica y social para el país, por lo que la explotación y manejo de las mismas requiere de un ordenamiento territorial adecuado para preservar el equilibrio ecológico.

El Paisaje Protegido Rincón de Guanabo se encuentra ubicada en la Ensenada de Sibarimar, en la costa Norte del Archipiélago a 27 Km de La Habana, en el poblado Rincón de Guanabo, tiene una extensión total de 582 ha, de ellas 75 ha terrestres y 507 ha marinas. Allí se pueden apreciar una variedad significativa de ecosistemas terrestres y marinos, por lo que se le otorgó la categoría de Paisaje Natural Protegido (PNP). En el lugar se encuentra el Museo Rincón de Guanabo cuya Dirección subordina al Museo Municipal de la Habana del Este y este último es dirigido por la Dirección Municipal de Cultura.

La dirección del centro llevó a cabo un convenio de trabajo con el Departamento de Recreación de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD), donde el Circulo Científico Estudiantil (CCE) de Recreación de la Universidad juega un papel fundamental en las actividades a planificar y desarrollar.

Producto de la falta de personal calificado para realizar estas labores y el gran potencial ecológico que tiene el área existe la problemática de que a pesar de que el área marina es la más significativa, donde se pueden observar ecosistemas de pastizales marinos y de arrecifes coralinos, los cuales albergan una gran diversidad biológica, siendo estos ecosistemas los que más necesitan protección, no existe ningún programa, ni plan de actividades recreativas, con fines de incentivar a los visitantes del lugar a contribuir con su cuidado.

Con vista de solucionar ese problema se plantea como **objetivo general**: proponer un recorrido de Snorkling para observar los ecosistemas marinos y conocer la importancia de estos.

Para el desarrollo de esta propuesta se trazaron los siguientes **objetivos específicos:**

1- Caracterizar el Área Protegida Rincón de Guanabo
2- Diagnosticar los ecosistemas marinos que signifiquen un atractivo para la práctica del Snorkeling
3- Determinar el recorrido a seguir según los atractivos de la flora y fauna.

DESARROLLO

Características del Área Protegida Rincón de Guanabo

El Rincón de Guanabo tiene la peculiaridad de ser un área donde convergen los ecosistemas de mangles, pasto marino y arrecifes coralinos. Se puede apreciar un sistema de terrazas escalonadas, paralelas a la línea de costa, además, presenta una extensa meseta de arrecife con alta diversidad y gran desarrollo de especies coralinas la cual ha sido tradicionalmente uno de los arrecifes más apreciados del litoral. Presenta gran diversidad de biotopos (arenas, roca, pastos marinos y arrecifes) y fondos de gran belleza y contraste.

Sus manglares cumplen la función protectora de la barra de arena de la playa "Rincón" y retienen sedimentos actuando como verdaderos filtros, además de brindar alimento y refugio a numerosos animales juveniles de los arrecifes, influyendo positivamente en el equilibrio del ecosistema marino. También es considerado como una estación importante de aves migratorias, ya sea de aves estacionarias, que visitan el lugar un período de días para alimentarse y continuar su migración, También llegan ahí aves típicas de ese ecosistema que permanecen más tiempos donde se reproducen.

En el área de la playa existe una profundidad promedio de 2 metros donde se desarrolla el seibadal con un buen estado de salud, tiene gran importancia por la relación que guarda con la cresta coralina siendo el ecosistema que le antecede, y participa en la protección y alimentación de especies jóvenes del arrecife.

Su principal valor natural es la cresta coralina acompañada de cabezos que se encuentra a 850 metros, de la playa El Rincón. En ella se puede apreciar gran diversidad de especies de corales y peces con alta salud ambiental excepto por la pesca ilegal, que es un factor que perjudica mucho la conservación de la fauna marina, en el área marítima del PNP Rincón de Guanabo, representando un atractivo para el buceo.

Ecosistemas marinos que significan un atractivo para la práctica del Snorkeling

Seibadal, Pastizal o Pasto marino:

Estos son los términos que se le han dado al ecosistema que tiene gran similitud al pasto terrestre. Son verdes por lo general, tienen hojas largas y forman "praderas" con fuertes raíces que con los años logran sedimentarse en el fondo del mar y pueden llegar a lograr la formación arrecifes de coral. El pasto son plantas florales, pero que se han adaptado por completo al lecho marino, tanto en fondos arenosos como de barro, también realizan la fotosíntesis por lo que precisan de luz solar, de ahí es que se desarrollan con mayor fuerza en aguas poco profundas.

Lo interesante de estas praderas marinas, es que son el albergue de muchas especies marinas, como innumerables peces, caracoles, jaibas, camarones, ostiones, etc. También es notable que se trate de uno de los sistemas naturales más productivos del mundo.

En PNP Rincón de Guanabo podemos encontrar el pasto marino distribuido en forma de parches llegando a formarse una pradera en el fondo, los cuales varían su frondosidad por la profundidad de la playa. Entre las especies de caracoles que podemos observar se encuentra el caracol Rosa (Cobo) esta especie es un caracol marino comestible muy grande. Los aborígenes explotaban esta especie para su alimentación y fabricación de cuchillos con los bordes de la concha, hoy en la actualidad la carne del cobo es muy popular, se come cruda o hervida y el caracol es vendido a los turistas. Es por lo que ha provocado una sobrepesca excesiva y han puesto en peligro esta especie.

Otra de las especies que se pueden observar en el pastizal, es la Estrella de Mar, una especie vulnerable a todas las formas de contaminación del agua, ya que tienen poca capacidad para filtrar las toxinas, derrames de petróleo y eventos similares suelen afectar las poblaciones y tienen consecuencias de largo alcance para el ecosistema

También se observa la Langosta de Florida pero en pocas ocasiones, producto de la sobreexplotación de la especie por los pescadores de la zona, es por lo que la población de langosta del área protegida se encuentra amenazada. Es importante destacar que la sobrepesca ha afectado la longevidad de la especie y el avistamiento de la misma, se ha afectado considerablemente.

Otras de las especies que se pueden observar con facilidad son el Erizo Blanco, el Pepino de Mar, el Cangrejito Boxeador, una considerable variedad de moluscos, y peces como: Barracuda, Agujón, Cardúmenes de Sardinas, Ronco Jeníguano, Carajuelo, además de una extensa lista de peces en dependencia de la época del año.

Arrecifes de Coral:

Los arrecifes coralinos son estructuras geológicas sólidas, masivas, de origen biológico, y con formas variadas, que cubren la matriz rocosa de algunos fondos marinos tropicales y subtropicales. Éstos crecen hacia la superficie y son creados por organismos fijos al fondo que forman esqueletos pétreos de carbonato de calcio (principalmente corales pétreos). Los organismos sésiles lo conforman principalmente los corales pétreos, las esponjas, los gorgonáceos, las ascidias y las algas, y los móviles, una rica fauna de peces e invertebrados.

Los arrecifes cubanos aparecen en forma de crestas, promontorios, barras alternadas con canales de arena (fondos de camellones, o de macizos y canales), y tapizan cantos y terrazas rocosas, entre otras variadas estructuras.

Más del 98% de los aproximadamente 3200 km del borde de la plataforma marina de Cuba está formado por arrecifes de borde de plataforma. En muchos lugares estos arrecifes poseen crestas arrecifales en la parte más somera. En los anchos sectores del noroeste (Golfo de Guanahacabibes), sudoeste (Golfo de Batabanó) y sudeste (Golfo de Ana María-Golfo de Guacanayabo) de la plataforma marina, se

encuentran áreas dispersas de Arrecifes de parche. En el Golfo de Guacanayabo existen arrecifes peculiares, ya que los fondos de esta zona costera y el sistema lagunar son de tipo fangoso.

Entre las especies que se pueden encontrar en los arrecifes cubanos son notables la Langosta (Panulirus argus), el Camarón blanco (Penaeus schmitti), el Camarón rosado (Penaeus notialis) y algunos Peces óseos: el Pargo criollo (Lutjanus analis), la Rabirrubia (Ocyueus chysurus), los roncos (Haemulon sps.) y otros. Coincide que son también estas las especies de mayor utilidad desde el punto de vista comercial. El área de Batabanó, al sur de La Habana, es la zona de mayor producción de Crustáceo en Cuba. También se pueden encontrar Ostras perleras, los Mejillones, los Ostiones y las Siguas.

También son importantes los moluscos, dentro de los que se destaca el cobo (Strombus gigas), que exhibe la mayor de las conchas en Cuba y está en serio peligro de extinción. Estos animales tienen un papel fundamental en la cadena alimentaria de los ecosistemas costero-marinos y, cuando mueren sus conchas contribuyen a la formación de la arena.

La fauna sésil de estas costas, además de su función ecológica en el ecosistema, es la responsable de la ornamentación de los arrecifes coralinos. Las esponjas ocupan uno de los primeros lugares en cuanto a la Biomasa, son diversas en formas y colores, y además son importantes indicadores del grado de estabilidad ambiental.

La Playa Santa Lucía, ubicada en la costa norte de la provincia de Camagüey, cuenta con el mayor arrecife de coral en Cuba y es el segundo más grande del mundo con 36 kilómetros (22 millas) de largo. Este arrecife en Cuba es el más largo de su tipo en el hemisferio occidental, en él se encuentran los tiburones toro.

Buceo Contemplativo:

Es la actividad subacuática que se realiza de forma recreativa, ya que tiene como atracción principal la oportunidad de observar la vida acuática en su hábitat natural. Esto incluye los ecosistemas anteriormente expuestos y sus residentes, como los peces, cefalópodos, estrellas de mar, erizos de mar, y moluscos, en áreas arenosas puede permitir la vista de mantas y de varios peces planos u otros

organismos como algas marinas, camarones y tortugas, así como casi cualquier otro especial que se podría encontrar en el océano dependiendo en la hora y ubicación, algo que puede hacer la experiencia muy emocionante y permite la interpretación ambiental de los ecosistemas, lo que permite desarrollar la educación ambiental de los participantes hacia los mismos. Se divide en dos modalidades: **Buceo Autónomo** y **Buceo Libre**

El autónomo es una modalidad mencionada, que alcanza mayor autonomía bajo el mar, de allí su nombre, producto del equipamiento especializado que conlleva este tipo de inmersión. Es una actividad muy compleja que requiere aprendizaje previo para realizarla, para su práctica, se necesita como mínimo una máscara o visor, tubo respirador o snorkel, traje de buceo, Aletas (patas de ranas), chaleco hidrostático, regulador y botella de oxígeno.

La modalidad libre se le denomina snorkeling y es la práctica de nadar en la superficie del agua con una máscara subacuática, un snorkel y aletas, es una modalidad más sencilla la cual se puede desarrollar con menor equipamiento, prescindiéndose de solamente una máscara, un snorkel y unas aletas, siendo un factor positivo la poca profundidad del pastizal, es de considerar esta modalidad con carácter idóneo para la actividad.

Snorkling para niños:

Esta actividad tendrá lugar en el pastizal de la playa El Rincón, con el objetivo de aumentar la cultura ambientalista de los niños de esa comunidad que tengan entre 10 y 12 años de edad y además brindarles una oferta recreativa.

Se pretende trabajar con un grupo de hasta 10 niños, a los que se les brindará una interpretación ambiental precisa y asequible a la edad planificada, sobre la base de toda la información recopilada en la zona, la actividad contará con un equipo de trabajo conformado por: un especialista en medio ambiente, un instructor de buceo certificado y 10 ayudantes, uno por cada niño que serán los encargados de velar por su seguridad en el agua.

Es preciso realizar la actividad con un clima favorable, sobre todo que no haya oleaje.

Programa de las actividades a realizar:

Hora	Lugar	Actividad	Responsable
8:30am - 9:00am	Portal	Bienvenida	Directora del centro
9:00am - 9:30am	Museo	Charla medioambiental	Especialista M.A. Instructor de Buceo
9:30am - 10:00am	Portal	Instrucciones básicas para Snorkling	Instructor de Buceo
10:00am - 12:00m	Playa	Snorkling y recogida de desechos ligeros	Instructor de Buceo
12:00m - 1:00pm	Portal	Almuerzo	----------
1:00pm - 1:30pm	Aula Ecológica	Taller de Flora y Fauna Marina	Especialista M.A
4:00pm - Adelante	Playa	Baño en la playa	Padres

CONCLUSIONES

Fue posible la caracterización del área a través de las bibliografías brindadas por el Museo y Centros de Investigación, y de los diferentes trabajos de campo realizados, de esta manera se logró recopilar información necesaria para poder brindar una interpretación ambiental previa a la actividad.

Se logró demostrar el potencial ecológico de la pradera marina de la playa EL Rincón, como un ecosistema ideal para la práctica del Buceo Libre. Además se confeccionó un recorrido con fines de contemplar el pasto marino, en su tramo con mayor atractivo para realizar la práctica del Snorkling, como una actividad recreativa con fines de aumentar la conciencia de las personal a la protección del ecosistema.

BIBLIOGRAFÍA:

Alcolado, P. y Herrera, A. 1989. Estructura de las comunidades de esponjas del arrecife de Rincón de Guanabo, Cuba. La Habana, Instituto de Oceanología, *Reporte de Investigación* (38), 65 pp.

Alcolado, P. M., García, E. E. y Espinosa, N. 1999. Protección de la biodiversidad y desarrollo sostenible en el Ecosistema Sabana-Camagüey. Proyecto GEF/PNUD Sabana-Camagüey CUB/92/G31, CESYTA S. L., Madrid.

Claro, R. 2006. *La Biodiversidad Marina de Cuba*. Archivo Científico del Instituto de Oceanología, La Habana, Cuba. CD-ROM.

Chevalier, P., Cárdenas, A. 2005. Estudio diagnóstico del arrecife coralino del Rincón de Guanabo, Ciudad de la Habana, Cuba. II. *Rev. Invest. Mar* 26(3): 207-217.

González, M. 2000. Plan de Manejo de los Paisajes Naturales Protegidos Rincón de Guanabo y Laguna Cobre-Itabo. Museo Municipal Habana del Este. Ciudad de La Habana, Cuba.102 p.

Pérez, A. 2010. Fundamentos Teóricos Metodológicos de la recreación. Ciudad de la Habana, Cuba 199 p.

Título: Enfoque y criterios para el diseño y ejecución de procesos de planeación y gestión para el campo de la Recreación.

Nombre: Carlos Alberto Rico Álvarez

INSTITUCIÓN: Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación – Funlibre

Modalidad: Ponencia/Taller

País: Colombia

Resumen:

El objetivo es compartir enfoques y criterios para la planeación, diseño, ejecución y gestión de procesos para el campo de la recreación, tomando como referentes experiencias en América Latina y particularmente el caso colombiano que a la fecha ha podido sostener 3 planes nacionales de recreación. En este sentido se plantea un enfoque que articula diversas miradas disciplinares que incluyen tanto la administración pública, como las ciencias políticas y otros referentes empíricos y teóricos que nos han permitido a través de los años ir construyendo un modelo orientado al posicionamiento del campo de la recreación en las políticas públicas del país, argumentado sus capacidades relacionales, técnicas, políticas, sociales y educativas para generar procesos de transformación en espacios municipales y locales y de incidencia directa en las personas desde los beneficios que se pueden garantizar en la población. Así en una primera parte se abordan enfoques de planeación y gestión, en un segundo momento se habla específicamente del diseño de planes, programas y proyectos, estrategias e indicadores.

Requerimientos: Video beam

Título: Estrategia para el desarrollo de una recreación sostenible en la comunidad La Belén.

Autora: Dra. C Martha Leonor Armenteros Pimentel. Email martha.armenteros@redu.edu.cu. Miembro del centro de estudio CEAFIDE de la Facultad de cultura Física Manuel Fajardo. Líder del proyecto La gestión deportiva **sostenible,** con estrategias particulares en el desarrollo local del sistema organizativo de actividad física y deporte.

Coautores.

Lic. Félix Martínez Martínez. Profesor de Recreación de la EPEF e investigador en la comunidad La Belén del proyecto por el Consejo Popular San Juan de Dios en Camagüey.

Lic. Lorenzo Iraola Primelles. Metodólogo provincial de Recreación Física. Coordinador principal del proyecto por el Sectorial Provincial del INDER en Camagüey.

País: Cuba

Resumen

Las estrategias particulares son un medio para lograr los objetivos a corto y mediano paso de las estrategias generales de la organización con ese propósito se desarrolla en la comunidad compleja la Belén un grupo de acciones de trabajo que a la sombra del proyecto gestión deportiva sostenible sea alcanzado un mejor desarrollo de la recreación en esta localidad que en su haber es una zona compleja producto a la carencia de accesos dentro de la comarca, pocas instalaciones deportivas y un entorno social oscilante .

Palabras claves. Estrategia, entorno, comunidad y recreación

Introducción.

El sistema organizativo de actividad física y deporte se manifiesta en los niveles político administrativos en que se organizan en la comunidad esta forma estamos hablando de los componentes estructurales y funcionales que garantizan las prácticas físicas y deportivas en el ámbito local a partir de una planificación

colegiada en tiempo determinado y con objetivos parciales que contribuyan a un adecuado desempeño de la gestión al cual denominaremos estrategia particular , la misma es concebida para un tema en específico y puede ser también a corto ,mediano y largo plazo , con la justificación que sí se establece en los niveles tácticos y operativos a partir de ajustarse a los objetivos generales de la organización, en su misión, visión objetivos estratégicos o algún área de resultado clave . Armenteros M (2016).

Desarrollo.

Para la elaboración de la estrategia en la Belén partimos de la selección delos activistas y determinación con el usuario principal delos lugares se revizaron las orientaciones metodológicas desarrolladas a partir de los cursos de postgrado de gestión del proyecto gestión deportiva sostenible en los mismos se establece un algoritmo de trabajo el cual se inicia en analizar cuál es la misión del combinado deportivo, su visión, la caracterización de la comunidad, el diagnóstico para poder establecer el objetivo general y los objetivos específicos y asegurar un grupo de acciones concretas relacionadas con el cumplimiento de estos de manera operativa. El método fundamental es la revisión documental y la investigación acción toda vez que los líderes son los gestores protagonistas de la planeación y su coordinación con los ejecutores y actores de la comunidad.

Ajustes de la Misión, Visión para el áreas de resultado clave recreación física la cual queda como sigue “MISIÓN Desarrollar actividades físicas recreativas y deportivas comunitarias en la circunscripción compleja 143,144 . en el Consejo Popular la Belén integrando los intereses individuales y colectivos de sus diversas manifestaciones de acuerdo a los grupos etarios en aras de lograr una mayor efectividad en la satisfacción de sus aspiraciones gustos y preferencias de la población. Lin145.154 l6l.l62 Obj. 49.50.51.53.54.

“VISIÓN”. Ampliar los niveles de satisfacción de los servicios del deporte la recreación y la actividad física comunitaria enla circunscripción compleja 143,144 del Consejo Popular la Belén, perfeccionando los procesos de programación, organización, aseguramiento, control y evaluación sistemática,

que aseguren niveles superiores de incorporación masiva de los practicantes a los diferentes espacios de actividades físicasrecreativas apoyados en laintegración de los factores Comunitarios, la creación de un ambiente político favorable, la búsqueda de nuevos espacios para la ocupación del tiempo libre de la población en actividades físicas, deportivas comprometidos con las identidad y tradiciones del pueblo y la sustentabilidad de los resultados competitivos en las disciplinas deportivas de niños y niñas en edades ideales para la práctica del deporte.

Diagnóstico.

Caracterización de la comunidad

Este consejo está enclavado en el distrito Cándido González Morales limitando al norte con el río Hatiboníco, al sur con el río Tínima al oeste con carretera la carretera Central y al oeste con el río Hatiboníco carretera Vertientes cuenta aproximadamente con 2800 habitantes; este consejo cuenta con 19 zonas de los CDR compuesta por 174 CDR, 16 bloques de la FMC, con 113 delegaciones, 8 asociaciones de combatientes y 6 núcleos Zonales.

Se cuenta con 4 escuelas primarias una secundaria y un pre – universitario. De estas escuelas primarias contamos con un total de 1442 alumnos que responden a los intereses del deporte y la recreación en el C/P La Belén.

Principales problemáticas del C/P:

- Alto índice de alcoholismo y desvinculados al trabajo.
- No existen instalaciones recreativas y culturales.
- Gran deterioro del sistema constructivo de las viviendas y viales.

En cuanto a los servicios médicos se cuenta con 13 consultorios de Médico de Familia que cuentan con sus médico y enfermeras respectivamente.

Sobre comercio y gastronomía existen 3 unidades gastronómicas llamadas:

- Bar Panamá.
- El roble.
- Autoservicio.

En cuanto al INDER podemos decir que las 7 circunscripciones existentes en el C/P están cubierta por profesores de recreación incluyendo las 2 circunscripciones

complejas (143 - 144). Así como 4 de ellas cubiertas por profesores de actividad Física Comunitaria (41, 130, 143 y 128).

Matriz DAFO.

Debilidades

-La aplicación práctica de las técnicas de dirección como herramientas fundamentales de ese proceso.

-No existe instalaciones deportivas para la práctica del deporte y la recreación.

-Cuidado de medios e implementos y los que existen están deteriorados con muy mala calidad.

- Vacíos en la superación y desarrollo en la preparación profesional integral de la fuerza técnico docente metodológica y no docente.

-No se explota de forma sistemática los medios de divulgación para las actividades recreativas y deportivas.

Amenazas:

-Envejecimiento Poblacional.

- Insuficiente participación de los organismos de la comunidad.

-Desarrollo de las infocomunicaciones y de los juegos electrónicos los cuales compiten ante nuestras ofertas.

-Impacto negativo de la situación económica nacional e internacional.

-Altos grados de alcoholismo y juegos ilícitos.

-Transporte urbano insuficiente dentro del reparto.

Fortalezas:

-El trabajo político- ideológico y de formación de valores como principal herramienta en nuestro sistema de dirección.

-Buena participación de todos los grupos etarios a las actividades recreativas, deportivas y actividad física comunitaria.

-Buena práctica de los juegos tradicionales cubanos tales como: Bola cubana, suiza, trompo, pelota mano o cuatro esquinas y la pañoleta.

-El trabajo metodológico y de superación en función de las dificultades de los docentes.

-El desarrollo de los recursos humanos resultadodelas colaboraciones internacionalistas.

-Contar con un grupo de Glorias deportivas con disposición para apoyar el desarrollo de las actividades recreativas.

Oportunidades

-La aplicación de la ciencia y la técnica, así como la introducción de la investigación y la generalización. ECURED.

-Los vínculos de trabajo con el MINED y el MINSAP y otros organismos.

-Los vínculos de trabajo con los factores de las Comunidades atendidas.

- Contar con un gran universo juvenil.

- Las actividades que desarrolla Cultura con el proyecto Golpe a Golpe por la A.H.S.

OBJETIVO GENERAL

Compulsar las actividades deportivas recreativas en el Consejo popular la Belén para mejorar la calidad de vida y el uso del tiempo libre.

Objetivo Específico 1·

1-Incrementar las opciones y espacios diversos que propicien una creciente incorporación de los diferentes sectores poblacionales a la práctica sistemática de las actividades del deporte para todos, la educación física y la recreación, en las instituciones escolares, centros de trabajo y comunidad del Consejo Popular La Belén. Contribuyendo a elevar la salud y calidad de vida.

1.2- Caracterizaren conjunto con salud el escenario demográfico en la comunidad la Belén y su incorporación a la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas.

1.3-Desarrollarintercambios con las glorias deportivas que permita potenciar y perfeccionar la formación deportiva y patriota de nuestros estudiantes atletas y técnicos;

1.4-Rescatar instalaciones y creación de nuevas áreas deportivas..;

1.5-Priorizar el trabajo político ideológico y de educación en valores a través de la actividad física comunitaria en fechas conmemorativas.

1.6-Consolidar los resultados competitivos alcanzados de manera sustentable de las ligas de barrio en el consejo popular la Belén del Combinado Deportivo San Juan Dios.

Objetivo Específico 2·

2 Incrementar la participación en los Programas de la Actividad Física Comunitaria; el deporte y la Recreación Física en todos los sectores poblacionales y comunidad del Consejo Popular La Belén.

2.1-Desarrollar competencias de programas a jugar para las comunidades de la circunscripciones complejas (143,144).

2.2-Coordinar con los factores de la comunidad para mejorar la calidad del espectáculo deportivo en las ligas interbarrios.

2.3 Actividades recreativas lúdicas con el adulto mayor.

2.4 Aprovechamiento de los de espacios públicos que respondan a sus intereses del consejo popular .tales como el parque y la pista la panaderíaparaorganizar actividades en fechas conmemorativas a los diferentes niveles, priorizando el trabajo político ideológico y de educación en Valores del Consejo Popular La Belén.

Tabla de actividades

Nº	Actividad	fecha		Hora	Responsable	Participantes	Recursos Verificable
		inicio	fin	lugar			
0	Objetivo general Compulsar las actividades deportivas recreativas en el Consejo popular la Belén para mejorar la calidad de vida y el uso del tiempo libre.	30/6/16	30/12/16	c/p La Belén	Félix		Informe Videos Avales
1	**OBJETIVO 1**- Incrementar las opciones y espacios diversos que propicien el desarrollo del verano 2016.	2/7/16	28/8/16				

2	2- caracterizaren conjunto con salud el escenario demográfico en la comunidad la Belén	15/6/16	31/6/16				Informe de gustos y preferencias.
3	Festival deportivo recreativo inicio del verano Actividad de coordinación	2/7/16 20/16	2/7/16 30/16	Principal Final 9-12m Factores de la comunicad	Félix y activistas	comunidad	Foto aval de satisfacción acta de coordinación.
4	**A jugar Coordinación**	3/7/16 30/16	30/16	Los caballeros 9-12m	Félix Félix	comunidad	Acta de coordinación. delegado
5	**A jugar**	5/7/16	5/7/16	Los caballeros 9-12m	Félix y activistas	comunidad	
6	**Reunión de coordinación con los factores**	20/06/2016	20/06/2016	Constitución 8:00Pm a 10:00PM	Delegado	Delegado y el que sea …..	Acta de coordinación compromiso vale
7	**Plan de la Calle**	7/07/2016	7/07/2016	Los caballeros 4-6 pm	Félix y activistas	comunidad	
8	**compet de habilidad**	8/07/2016	8/07/2016	Los caballeros 4-6 pm	Félix y activistas	comunidad	
9	**A Jugar**	10/07/2016	10/07/2016	Los caballeros 9-12m	Félix y activistas	comunidad	
10	**A Jugar**	12/07/2016	12/07/2016	Los caballeros 9-11 Am	Félix y activistas	comunidad	
11	**A Jugar**	12/07/2016	12/07/2016	Los caballeros 4-6PM	Félix y activistas		
12	**Plan de la Calle**	14/07/2016	14/07/2016	Los caballeros	Félix y activistas	comunidad	

				4-6pm			
14	**A Jugar**	17/07/2016	17/07/2016	Los caballeros 9-12am	Félix y activistas	comunidad	
15	**A Jugar**	18/07/2016	18/07/2016	Los Tanques 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
16	**Deporte Recreativo**	19/7/2016	19/7/2016	Los Tanques 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
17	**A Jugar**	20/7/216	20/7/216	Los caballeros 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
18	**A Jugar**	22/7/216	22/7/216	Los Tanques 9-12am	Félix y activistas	comunidad	
19	**Plan de la Calle**	22/7/216	22/7/216	Los Tanques 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
20	**Deporte Recreativo**	23/7/216	23/7/216	Los Caballeros 9-12am	Félix y activistas	comunidad	
21	**compet de habilidad**	23/7/216	23/7/216	Los Caballeros 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
22	**Deporte Recreativo**	23/7/216	23/7/216	Los Caballeros 9-12m	Félix y activistas	comunidad	
23	**competencia de habilidad**	23/7/216	23/7/216	Calle Inglesito / 7 y 8 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
24	**ludoteca publica**	24/7/216	24/7/216	Los Caballeros 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
25	**A Jugar**	25/7/216	25/7/216	Los Tanques 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
26	Deporte Recreativo en saludo al 26 de julio.	26/7/216	26/7/216	Los Tanques 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	

27	**A Jugar**	27/7/216	27/7/216	Los caballeros 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
28	**A Jugar**	29/7/216	29/7/216	Los tanques 9-12am	Félix y activistas	comunidad	
29	**Plan de la Calle**	30/7/216	30/7/216	Los tanques 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	
30	**Deporte Recreativo**	30/7/216	30/7/216	Los Caballeros 9-12am	Félix y activistas	comunidad	
31	**ludoteca publica**	31/07/2016	31/07/2016	Los Caballeros 4-7pm	Félix y activistas	comunidad	

Resultados

De las 31 actividades planificadas se desarrollaron las 31 y se incrementaron 2 con otras acciones en relación con eventos del municipio y cultura ellas fueron la simultánea gigante de ajedrez y el intercambio cultural con la HS en el barrio a través de las actividades de los sabatinos .El nivel de satisfacción de la comunidad es alto y consta en el resultado de los avales de satisfacción. Considerando entre las principales sugerencias, combinar los horarios para los que en esos meses no vacacionan, desarrollar un festival de medios con remuneración entre cuenta propias y las empresas del Consejo para mejorar los medios en el verano 2017,divulgar el papel de la empresa Geo Cubaen el desarrollo de las actividades y la calidad de sus intervenciones en la comunidad .

Conclusiones.

La estrategia para elverano en la comunidad la Belén es un instrumento puntual que favoreció la gestión sostenible en las comunidades complejaselegidas la recreación física deportiva durante el en el logro de alianzas para el desarrollo y satisfacción local de sus pobladores.

Recomendaciones.

Tomar como referencia para el próximo verano la estrategia desarrollada y las sugerencias de la población en función de sostener los resultados alcanzados y superarlos en calidad.

Bibliografía.

1. Armenteros Pimentel Martha L. (2011)La planificación estratégica y la dirección por objetivos en el sistema organizativo deportivo de base. Material de apoyo a la docencia en reservorio FTP.
2. Armenteros Pimentel Martha L. (209) Modelo de integración estratégica para la dimensión ambiental en el sistema organizativo y deportivo de base.
3. Ronda Pupo, Guillermo A (2000) Diferencias de la Dirección Estratégica en empresas lucrativas con la dirección estratégica en empresas no lucrativas. http://www.gestiopolis.com/canales/gerencial/articulos/17/direstdifsal.htm, Colombia.
4. ---------- (2001) La adaptación de las organizaciones al entorno. La proactividad. Ponencia en el III Taller Internacional de Gestión Empresarial, Holguín, Cuba.
5. ---------- (2001) La implementación de la estrategia en su empresa, el liderazgo y los aspectos a evaluar para lograr la efectividad de la ejecución. http://www.gestiopolis.com/canales/gerencial/articulos/17/direstdifsal.htm. Colombia.
6. ---------- (2002). La efectividad de la ejecución de la dirección estratégica. http://www.geocities.com/rdsoto/management.html Argentina

Título: Etapas para la gestión de información del diagnóstico en la actividad recreativa comunitaria.

Autores: Est. Alba Margarita Rosabal Palacios
M.Sc. Liuben Ray Castro.
MSc. Maikel Ramírez Álvarez
Institución: Universidad de Guantánamo. Facultad de Cultura Física.
País: Cuba.

RESUMEN

En la presente investigación se establecen los referentes teóricos y conceptuales del proceso recreativo comunitario con énfasis en la gestión de información para la etapa de diagnóstico, estructurado de forma que se corresponda con los gustos, preferencias y necesidades de la población. El estudio se desarrolló con la intención de proponer etapas para la gestión de información del diagnóstico en la actividad recreativa comunitaria, tomándose como muestra 26 personas de una población de 34 pertenecientes al Combinado Deportivo Centro. Las indagaciones conducen a identificar que los problemas se centran en la gestión de información acerca de los gustos y preferencia de los comunitarios pues no se profundizan en los aspectos que determinan la aplicación del diagnóstico y en las indicaciones establecidas para el desarrollo del mismo, comprobado a partir de observaciones, encuestas a especialistas de Recreación, y al análisis de las literaturas acerca del tema. Teniendo en cuenta las limitaciones proponemos etapas que contribuyan al perfeccionamiento del diagnóstico comunitario para garantizar la utilización del tiempo libre .Los resultados indican la conveniencia de las etapas propuestas, evidenciado en los criterios de los especialistas así como en lo citado por los profesores y especialistas de recreación en los diferentes espacios.

SUMMARY

The present research establishes the theoretical and conceptual referents of the community recreation process with an emphasis on information management for the diagnosis stage, structured in a way that corresponds to the tastes, preferences and needs of the population. The study was developed with the

intention of proposing stages for the management of diagnostic information in community recreational activity, taking as sample 26 people from a population of 34 belonging to the Combined Sports Center. The investigations lead to identify that the problems are centered in the management of information about the tastes and preference of the community members, since they do not deepen in the aspects that determine the application of the diagnosis and in the indications established for the development of the same, From observations, surveys to Recreation specialists, and the analysis of literature on the subject. Taking into account the limitations we propose stages that contribute to the improvement of the community diagnosis to guarantee the use of free time. The results indicate the suitability of the proposed stages, evidenced in the criteria of the specialists as well as in the one mentioned by the professors and specialists of Recreation in different spaces.

INTRODUCCIÓN

El desarrollo de los procesos de actividades físicas recreativas en la comunidad es un tema de singular importancia para aquellos entornos que carecen de procesos de actividad física propios y sistematizados a partir de sus necesidades y de los recursos de todo tipo con que cuente cada comunidad. Es entonces cuando las investigaciones de la realidad de las necesidades de las personas de todas las edades en las diversas expresiones de las actividades físicas, la promoción de la actividad física de tiempo libre o el deporte para todos como necesidad natural del hombre, como base de su bienestar físico, mental y espiritual y como factor de desarrollo integral en todos los niveles de la sociedad sintetizado en un amplio proceso que denominamos “Recreación” es falseado y minimizado en el desarrollo humano.

El término “actividades recreativas” es empleado con mucha frecuencia por investigadores del tema y la sociedad en general; sin embargo no se encuentran muchas definiciones de este, por aparecer generalmente asociado al concepto de recreación.

Se ha comprobado que con las actividades recreativas, el aprendizaje se hace más rápido en aquellas personas que participan en ella, se cultiva el respeto, la

necesidad de asumir las reglas colectivas, gusto y el esfuerzo compartido, permitiendo el intercambio entre personas de diferentes categorías sociales, pero las ofertas que hoy se les brindan a los comunitarios a través de las actividades recreativas en la comunidad no se corresponden con sus gustos preferencias y necesidades por lo que el objetivo propuesto evidentemente no es el más acertado.

En este sentido son varios los autores que han contribuido al desarrollo de esta temática como es el caso de Zamora (1988), Ureña (1992), Hernández y Gallardo (1994), Torres (1997), Lezama (2000), Pérez (2003), Mateo (2014).

Los autores antes referidos establecen disimiles clasificaciones y categorías de la recreación, no obstante estas actividades no podrían desarrollarse eficientemente si antes no se cuenta con la información necesaria acerca de los gustos y preferencias de los que se recrean. De ahí que una de las etapas más importante del proceso recreativo lo constituye el diagnóstico.

El Diagnóstico de los procesos de las actividades físicas recreativas en la comunidad posibilitan conocer para actuar es uno de los principios fundamentales del diagnóstico que no debe terminar en el conocer por conocer, saber qué pasa con un grupo o una comunidad para que finalmente no se termine priorizando lo que se debe priorizar. La utilidad del diagnóstico en la recreación, como en cualquier otro sector, cobra sentido en la medida en que sirve para conocer la realidad, contextualizarla, planear y programar de acuerdo con ella. De ahí que el diagnóstico sirva de guía para dar una orientación que será útil para cualificar este proceso; a partir de la apropiación de herramientas de la investigación que permitan actualizarse, articularse con otros sectores, de modo que se identifiquen situaciones problemáticas, recursos, situaciones, que como unidad sean un referente para la planeación y la programación en recreación.

Al respecto autores como Pérez (2010), Ramos y Orellana (2010), Fernández (2012), y Ramírez (2016) aportan elementos indispensables para el desarrollo del diagnóstico recreativo, no obstante solo en los casos de Fernández (2012) y Ramírez (2016) abordan algunas etapas para el desarrollo del mismo y en ninguno de los casos se ofrecen instrumentos para desarrollarlos.

Las limitaciones teóricas reveladas a partir de las indagaciones realizadas acerca del desarrollo del diagnóstico comunitario, nos conducen a identificar que los problemas fundamentales se centran en el desarrollo práctico del proceso de gestión de información acerca de los gustos y preferencia en la recreación comunitaria. Esto quedó comprobado en el diagnóstico desarrollado por el autor de esta obra, a partir de la aplicación de entrevistas y encuestas a especialistas de recreación y el metodólogo municipal de recreación, los talleres de opinión crítica y construcción colectiva con profesores y directivos de recreación, el análisis del comportamiento de las ofertas recreativas que se les brinda a los comunitarios y del análisis de los programas y literaturas acerca del tema. Revelándose las siguientes insuficiencias:

Insuficiencias:

- ✓ No se profundiza en los principales aspectos que determinan la aplicación del diagnóstico, lo que no permite una correspondencia entre las ofertas y demandas recreativas
- ✓ Las indicaciones establecidas para el desarrollo del diagnóstico en el proceso recreativo comunitario no permiten identificar con claridad los gustos y preferencias de los comunitarios, lo que provoca escasa participación y disfrute pleno de estos en las actividades

Las valoraciones asumidas a partir del análisis de la situación problemática de esta investigación, sus principales manifestaciones, así como es estudio de los principales referentes teóricos nos permitió declarar el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir al perfeccionamiento del diagnóstico en el proceso de recreación comunitaria de manera que se garantice el uso racional del tiempo libre?

El **objeto de investigación**: el proceso recreativo comunitario. Por lo que se declara como**objetivo:** Proponer etapas para la gestión de información que contribuyan al perfeccionamiento del diagnóstico en la actividad recreativa comunitaria de manera que se garantice la utilización racional del tiempo libre.

El campo de acción está relacionado con: el proceso de gestión de información para el diagnóstico en la actividad recreativa en la comunidad.

Para dar cumplimiento al desarrollo de la investigación fueron elaboradas las siguientes **tareas de investigación**:

1. Determinación de los antecedentes históricos del proceso recreativo comunitario.
2. Sistematización de los referentes teóricos y metodológicos que sustentan las etapas para la gestión de información en el diagnóstico de la actividad recreativa comunitaria.
3. Determinación del estado actual de la gestión de información para el diagnóstico de la actividad recreativa comunitaria.
4. Determinación de las etapas para la gestión de información en el diagnóstico de la actividad recreativa comunitaria.
5. Validación de la factibilidad de las etapas para la gestión de información.

Población y Muestra: Para dar cumplimiento a esta investigación se trabajó con una población de 34 personas de las cuales se tomó una muestra de 26 lo cual constituye el 76,5 % de la población. Todos ellos pertenecen a la demarcación atendida por el combinado deportivo centro .Para el desarrollo del estudio fueron utilizados **métodos y técnicas de investigación** entre los cuales se encuentran:

Del nivel teórico:

Histórico lógico: para la determinación de las principales tendencias y características de los sustentos teóricos-metodológicos relacionados con el diagnóstico recreativo comunitario.

Analítico-sintético: para procesar informaciones, determinar características y analizar las principales limitaciones presentadas en el proceso recreativo comunitario relacionado con la etapa de diagnóstico así como elaborar conclusiones parciales y finales acerca de los presupuestos teóricos abordados y las contribuciones aportadas.

Sistémico estructural funcional: para la organización sistémica del diseño de investigación, estableciendo la recursividad y jerarquía, la entropía y homeostasia de los elementos estructurales de la investigación de manera que permita identificar los componentes de las etapas propuestas para el desarrollo del diagnóstico recreativo.

Del nivel empírico:

Análisis de documentos: en el estudio de los contenidos de los documentos relacionados con la resolución 54/2012, así como el análisis de la correspondencia entre las actividades concebidas en los documentos programados y las necesidades, gustos y preferencias demandadas por la comunidad.

Criterio de especialistas: con el propósito de someter las etapas propuestas a un análisis y valoración por un grupo de personas competentes en el tema, en función de su retroalimentación y perfeccionamiento estructural y funcional.

Observación: para el registro de las actividades recreativas desarrolladas en las comunidades.

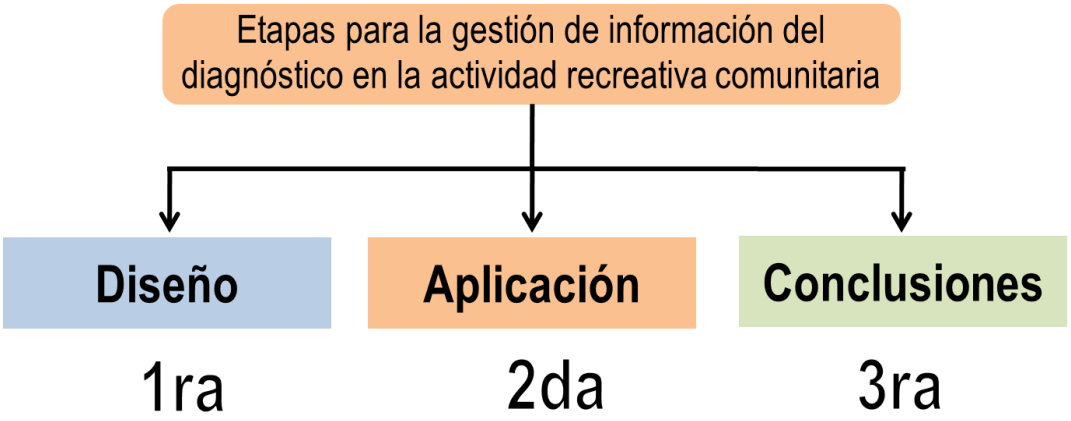
Encuesta: fueron utilizados dos modelos de encuesta el primero para conocer las concepciones teóricas y metodológicas que tienen en cuenta los profesores de Recreación, los promotores culturales y los profesores de Educación Física para el desarrollo del diagnóstico comunitario y el segundo estuvo dirigido a los delegados de circunscripción con el objetivo de indagar si poseían conocimientos acerca del desarrollo de actividades recreativas y la aplicación de diagnósticos por parte de organismos e instituciones encargados de la recreación en la comunidad.

Del nivel estadístico-matemático:

De la estadística descriptiva: para el análisis de los datos obtenidos en las encuestas y observaciones, se emplearon las frecuencias absolutas y relativas.

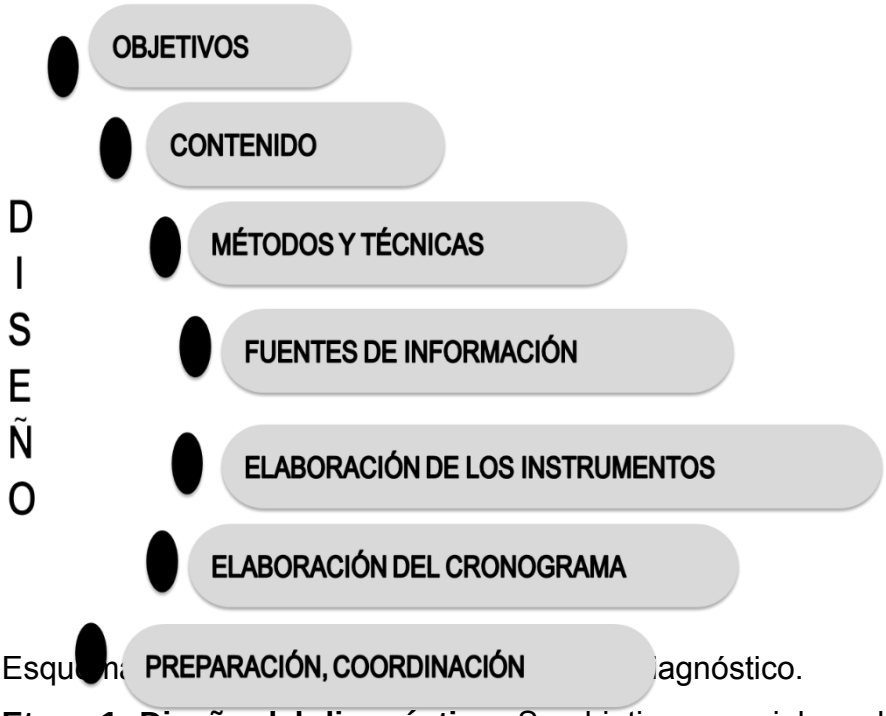
Etapas para la gestión de información del diagnóstico en la actividad recreativa comunitaria

Para el proceso de diagnóstico de las necesidades recreativas el cuales conducido por los profesores, se proponen tres etapas: **diseño**, **aplicación** y **conclusiones del diagnóstico.**



Esquema 1. Representación gráfica de las etapas

Estas etapas se corresponden con las operaciones de la habilidad de diagnosticar del recreador.



Esquema 1. Representación gráfica de las etapas del diagnóstico.

Etapa 1. Diseño del diagnóstico: Su objetivo esencial es el de planificar y organizar el diagnóstico, y se lleva a cabo a través de la actuación colegiada de los gestores de la recreación.

Operaciones:

a)- Definición de los objetivos del diagnóstico: Los objetivos se dirigen a obtener información válida y confiable sobre los aspectos que son necesarios para la determinación de las actividades que deben conformar el sistema.

b)- Determinación del contenido del diagnóstico: Se refiere a aquellos aspectos o elementos sobre los cuales debe obtenerse información para caracterizar la realidad de la recreación y se expresará en variables, dimensiones e indicadores, en correspondencia con las necesidades, gustos, preferencias, materiales, características

socio demográficas, infraestructura (profesores, medios, líderes, Instituciones) y el tiempo libre (magnitud, estructura y contenido).

c)- Determinación de los métodos y técnicas a emplear para la obtención de la información. Se proponen los métodos y técnicas empíricas de la investigación social: la observación, la encuesta, la entrevista (individual y grupal), el análisis de documentos, presupuesto de tiempo, la investigación acción-participación entre otros. Definitivamente éstos no son los únicos métodos y técnicas utilizados durante la fase de diagnóstico, están en dependencia de la selección de los mismos por parte del grupo gestor y desde luego del reclamo de la propia investigación.

d)- Delimitación de las fuentes de información. Se refiere a la identificación de los sujetos y documentos que pueden aportar información sobre la recreación. Entre las personales se encuentran: estudiantes, comunitarios, profesores y metodólogos de recreación. Entre los documentos: Las planeación de las actividades recreativas, los programas de las asignaturas de la disciplina de recreación y los programas de recreación del INDER.

e)- Elaboración de los instrumentos para la recopilación de la información.

Constituye la acción de diseñar los instrumentos que van a facilitar la recogida de los datos que se necesitan para obtener la información que permita determinar las necesidades recreativas.

f) - Elaboración del cronograma para la ejecución del diagnóstico.

Constituye un documento de planeación donde se registra: el tipo de instrumento a aplicar, a quién o a quiénes aplicarlo, el lugar y la fecha.

g)- Preparación, coordinación y aseguramiento para garantizar el cumplimiento de lo planeado.

- Coordinar con las diferentes instituciones que tienen que ver con el proceso recreativo.

-Garantizar los recursos materiales necesarios para la realización de toda la etapa de diagnóstico.

- Preparar a los sujetos que van a conducir el proceso de aplicación de los instrumentos y establecer sus responsabilidades.

El resultado de esta etapa está en estrecha relación con el rigor científico de su preparación, la del personal que laborará en ella y la garantía de los recursos materiales.

A
P
L

La aplicación de los métodos y técnicas

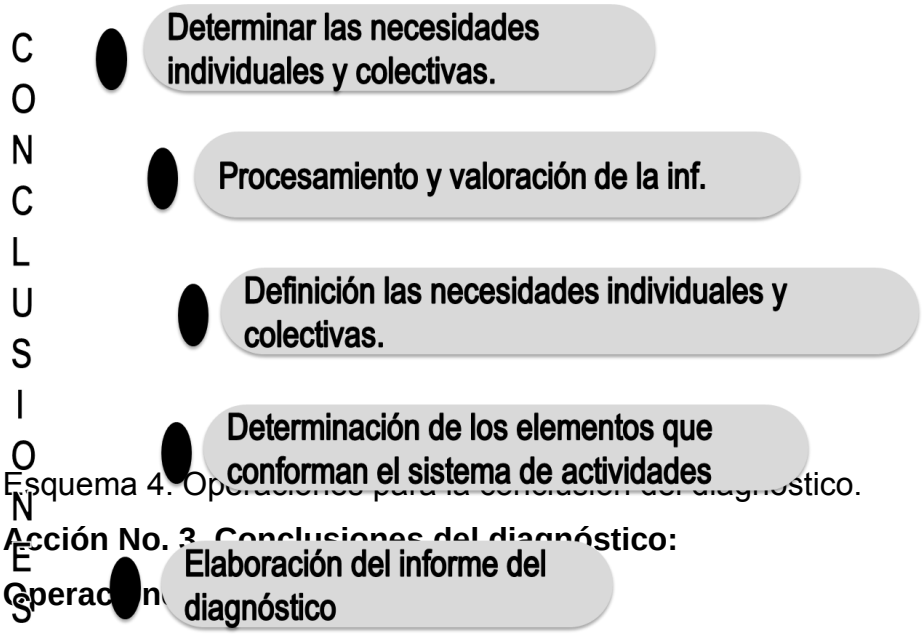
Esquema 3. Operaciones para la aplicación del diagnóstico.

Etapa 2. Aplicación del diagnóstico.

Operaciones:

a)-La aplicación de los métodos y técnicas de investigación científica que fueron seleccionados para obtener la información, en las diferentes fuentes, por los especialistas designados.

b)-El desarrollo de acciones de regulación y control por los encargados de la dirección del diagnóstico.



Esquema 4. Operaciones para la conclusión del diagnóstico.

Acción No. 3. Conclusiones del diagnóstico:

Operaciones:

a)-Determinar las necesidades recreativas individuales y colectivas, con la incorporación al sistema de actividades todos los elementos que de manera efectiva contribuyan a la formación de actitudes.

b)-Procesamiento y valoración cualitativa de la información recogida mediante métodos y técnicas matemático-estadísticos y el análisis y la síntesis.

c)-Definición de las necesidades recreativas individuales y colectivas que se expresarán en los comunitarios a través de las carencias de opcionales recreativas, falta de conocimiento, habilidades, valores, actitudes e inadecuada utilización del tiempo libre para enfrentar el proceso de la recreación.

d)-Determinación de los elementos que conforman el sistema de actividades

e)-Elaboración del informe del diagnóstico: que contiene el diseño del diagnóstico realizado y de las principales consideraciones, conclusiones y recomendaciones derivadas de su análisis.

Los procedimientos elaborados para el diagnóstico aportan novedad y coherencia al proceso de formación de estudiantes de Cultura Física y profesores de recreación a partir de una la concreta dinámica del sistema, a partir de identificar y distinguir los disímiles problemas presentes en cada una de las dimensiones previstas. Sin este elemento, la metodología carece de objetividad; pero a su vez crea las condiciones para una adecuada elaboración del sistema de actividades, dando respuesta a la demanda de las organizaciones que rigen estos espacios.

Principales recomendaciones y/o señalamientos realizados:

- ✓ En la concepción de la propuesta considerar la posibilidad de sustituir el término operaciones por acciones.
- ✓ La representación gráfica de las etapas deben reflejarse los aspectos o subcomponentes que han de contextualizar o hacer diferente el proceso diagnóstico en la Recreación Comunitaria de manera que desde su presentación quede claro que es para el diagnóstico de la Recreación Comunitaria.

CONCLUSIONES

1. El estudio de los referentes teóricos permitió el análisis del comportamiento del proceso recreativo comunitario, así como la importancia de la gestión de información para el diagnóstico en dicho proceso.
2. El diagnóstico del estado actual permitió identificar las carencias teóricas y metodológicas presentes en el proceso de recreación comunitaria dirigidas a la aplicación del diagnóstico.

3. Se logró establecer una propuesta de etapas para la gestión de información en el diagnóstico de la actividad recreativa comunitaria, contentivo de operaciones y pasos metodológicos para su utilización.
4. Los criterios emanados de los espacios de socialización y las consultas con los especialistas demostraron un alto nivel de factibilidad de las etapas propuestas.

Título: Impactos del proyecto Cuba GSA. Logros alcanzados después de la realización de la Convención Internacional AFIDE 2015

Autores: M.Sc. Fernando Emilio Valladares Fuente,
fernando.valladares@upr.edu.cu
MSc. Lourdes González Núñez
Institución: UPR Hermanos Saiz Montes de Oca Facultad de Cultura Física ¨Nancy Uranga Romagoza¨
País: Cuba

Resumen

En este trabajo se muestran los principales resultados del proyecto Cuba GSA como seguimiento de la estrategia de educación ambiental que fue establecida desde el año 2006. Esta estrategia se ha consolidado desde los referentes teóricos que se adoptan de la Agenda 21 del Comité Olímpico Internacional, La Estrategia Nacional de Medio ambiente, la ley 81, La Estrategia de Medio ambiente del Instituto Nacional de Educación Física y Recreación (INDER), la Estrategia Provincial de Medio ambiente (Pinar del Río) y la Estrategia de Medio ambiente de la Facultad de Cultura Física (FCF) de Pinar del Río. También se tienen en cuenta los fundamentos teóricos prácticos de la formación ético social desde le Educación Ambiental Popular, participativa, incluyente y transformadora. Dentro de los logros alcanzados en esta etapa del proyecto posterior a la realización de la Convención Internacional de Actividad Física y Deportes (AFIDE, 2015) se encuentran la realización de cursos-talleres sobre educación ambiental en la Dirección Municipal del INDER en Pinar del Río, la asesoría y preparación de los estudiantes en años terminales de la carrera en función de realizar trabajos de diploma sobre temas ambientales en la Cultura Física, la preparación del claustro de la FCF con vistas a desarrollar una educación ambiental ético social en las disciplinas de la carrera como contribución a la estrategia curricular de Medio ambiente, el fortalecimiento de la cátedra de Medio ambiente y Deportes donde todos sus miembros trazan planes y acciones para resolver problemas ambientales relacionados con el sector. Estas y otras acciones a nivel local,

nacional e internacional caracterizan la labor de los miembros del proyecto Cuba GSA hasta la fecha.

Palabras Claves:

Cuba GSA - Educación ambiental - Cultura Física

Abstract:

This work is about the main achievements of the Cuba GSA Project (Global Sports Alliance) as a continuation of the strategy of environmental education settled in 2006.

Thsi strategy has strengthen taking into consideration the theoretical backgrounds included in the Agenda 21 of the International Olympic Committee, the National Strategy of Environment in Cuba (Law 81), The strategy of Environment of the National Institute of Physical Education and Sports (INDER), The Provincial Strategy of Enviroenment in Pinar del Río and the Strategy of Environment at the Faculty of Physical Culture in Pinar del Río. It is also taken into account the theoretical-practical backgrounds of the Popular Environmental Education which is also , participative, involving, and changing.

Among the achievements in this stage are found the realization of course-workshops about Environmental Education in the Municipal Direction of INDER, the tutoring work of students for the Diploma work on environmental topics, the preparation of the school staff regarding enviroenmental actions in the disciplines, meeting the goals of the Curricular strategy in the Model of the professional. These ones and other actions locally and nationwide characterize the labor of the Cuba GSA members upto the present days.

Key words:

Cuba GSA-Environmental education-Physical Culture

Introducción

Orígenes e Impactos del proyecto Cuba GSA

El proyecto Cuba GSA consiste en el establecimiento de una estrategia para realizar la educación ambiental mediante una labor permanente sistemática y participativa. El proyecto se estableció en Pinar del Río el 20 de mayo del 2006, formando parte del proyecto Internacional GSA (Global Sports Alliance) cuya sede central radica en Tokio, Japón. Este proyecto internacional cuenta en la actualidad con más de 181 equipos en 56 países, su objetivo fundamental es convocar a un billón de entusiastas del deporte en función de proteger el medio ambiente.

El equipo Cuba GSA ha sido uno de los más destacados a nivel internacional y por esa razón le fue otorgado en noviembre del 2009 el premio por la labor desempeñada en esta área axiológica del deporte.

Dentro de la acciones realizadas se encuentran: la realización de charlas educativas en escuelas, áreas deportivas e instituciones y centros donde los promotores deportivos realizan su práctica laboral, también se han realizado actividades de saneamiento, reforestación, reciclaje y reutilización de equipamientos deportivos entre otras.

Como una de las actividades importantes se incluyen las publicaciones de los promotores deportivos en las páginas web del proyecto cuales han servido de guía y ejemplo a los seguidores del deporte en esta rama del conocimiento y de implicación social.

Mediante este proyecto y su vinculación con otros equipos e instituciones deportivas del mundo, se pudo recibir dos donaciones de implementos deportivos que sirvieron de soporte material para el desarrollo de juegos de softball en la categoría infantil en el año 2007 y en 2011 y una recepción de bates que han sido utilizados por el departamento de Juegos deportivos de la Facultad de Cultura Física de Pinar del Río.

Alrededor del proyecto se realizan talleres de educación ambiental, también se han confeccionado medios como software, implementos rústicos y de carácter

ecológico que contribuyen al desarrollo de un deporte sostenible en la provincia y en el país.

Con la labor del capitán del equipo Cuba GSA unido al equipo de proyecto y sus colaboradores se han capacitado varios directivos de la Facultad y de le red de Cultura Física de la provincia, en cursos de educación ambiental ya que sus impactos favorecen el desempeño del sector deportivo en general.

En los talleres Nacionales de Medio ambiente y Deportes (DMA) realizados en la Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD) "Manuel Fajardo" se han dado pasos importantes para la expansión del equipo Cuba GSA hacía todo el país. La Red de Ambientalistas del Deporte liderada por el Dr. C Santiago León ha tenido mucho que ver con la socialización de estos resultados.

Los talleres de medio ambiente, deporte y sociedad dentro de la Convención Internacional de Actividad Física y Deportes (AFIDE) se ha convertido en un espacio común en el cual diversos profesionales del deporte a nivel global, interesados en esta arista ambiental han mostrado sus trabajos y han llegado a consensos sobre la actividad física hacía el desarrollo sostenible.

En el recién AFIDE celebrado en Noviembre del 2015, el equipo Cuba GSA tuvo el honor de contar con la participación del Sr. Katsuya Otsu, Director de proyectos de la GSA, miembro del Comité Olímpico Japonés y profesor de la Universidad de Tokai en Japón. El profesor llevó al taller un resumen sobre la labor del proyecto GSA a nivel internacional, así como información exclusiva sobre las próximas olimpiadas del 20012 donde Tokio, será la sede de estos juegos.

Desde esta Convención el equipo Cuba GSA se ha mantenido realizando acciones según lo establecido en la estrategia y a continuación mostrarán datos sobre sus logros:

1. Participación en el concurso provincial de Medio ambiente, el 5 de junio de 2014. Premio en la modalidad de proyectos, Delegación Territorial del CITMA (Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio ambiente)
2. Establecimiento de un nuevo equipo GSA en Cuba (Ciego de Ávila), en la Facultad de Cultura Física de la provincia ¨ Máximo Gómez Báez¨.

Cuyos integrantes son los siguientes: Ramón Israel Negrín Pérez, Sady Rodríguez Pérez y Luís Renier Mena Morales.

3. Contribución a las relaciones sociales y hacia el medio ambiente natural en el equipo de Baloncesto de la Facultad de Cultura Física de Pinar del Río en el contexto de los Juegos Cimarrones

4. Realización del taller Provincial EcoPinar 2013 donde se reunieron diversos ambientalistas destacados en la rama del deporte de Pinar del Río, participaron además miembros de la Red Nacional de Medioambiente y Deportes, el Sr. Katsuya Otsu y la Sra. Laura María Frutero, destacada promotora del deporte sostenible en Argentina en la especialidad de Carrera de Orientación.

5. Coordinación para el taller internacional de EcoDeporte a realizarse desde el 9 al 13 de Octubre de este año 2017

6. Participación en el Taller por el cambio Climático del CITMA en el cual se socializa la experiencia de la FCF y se enfatiza en la importancia de extender y profundizar la educación ambiental ético social en todos sectores del país.

7. Realización de cursos-talleres sobre educación ambiental en la Dirección Municipal del INDER en Pinar del Río.

8. Asesoría y preparación de los estudiantes en años terminales de la carrera en función de realizar trabajos de diploma sobre temas ambientales en la Cultura Física.

9. Preparación del claustro de la FCF con vistas a desarrollar una educación ambiental ético social en las disciplinas de la carrera como contribución a la estrategia curricular de Medio ambiente.

10. Fortalecimiento de la cátedra de Medio ambiente y Deportes donde todos sus miembros trazan planes y acciones para resolver problemas ambientales relacionados con el sector.

11. Promoción de implementos deportivos con una concepción ecológica, estableciendo nexos de trabajo con el departamento de Didáctica del deporte de la FCF Pinar del Río

12. Establecimiento y Desarrollo del Circulo de Interés Medio ambiente, Deportes e Idiomas: Mediante este movimiento científico estudiantil los

estudiantes realizan muestreo de la calidad del agua del Río Guamá como reserva natural, próxima a la instalación deportiva, realizan debates sobre los temas ambientales que más les afectan, protegen la zona verde que rodea la Facultad, realizan actividades cognoscitivas sobre los árboles que rodean el centro y las medidas que deben seguir para su conservación, se realizan además actividades para fortalecen los lazos interpersonales del grupo y sus vínculos con el medio social y construido.

13. Establecimiento de una red de intercambio de conocimientos y experiencias con el Sr. Hiroyuki Ito, Director Permanente de la Red de Fútbol de Playa Japonesa y miembro del equipo Central GSA del Japón. Con esta colaboración se pretende conseguir un patrocinio para el Equipo de fútbol de Playa de la provincia y trabajar en el tema ambiental con los atletas de este equipo.

14. Fortalecimiento de la Sociedad Científica “Los Campeones Ecológicos” mediante el trabajo con la comprensión de textos sobre medioambiente y deporte a partir de la donación de un grupo de Libros de la organización norteamericana "Blue Marble Institute "hacia la FCF "Nancy Uranga Romagoza". Este libro se titula: "Champions for A change" y permite a los estudiantes de Cultura física conocer algunas anécdotas ambientalistas de campeones del deporte a nivel mundial, llegar a reflexiones sobre estos temas y realizar trabajos extractases mediante el método de proyecto.

Contribución del proyecto Cuba GSA al desarrollo del deporte en la FCF de Pinar del Río

En la situación actual, donde en el mundo existe un deterioro creciente de la naturaleza, incluida la humana, el deporte puede aportar niveles de salud, de bienestar y físico y psíquico y contribuir de esta forma a la calidad de vida y al índice de desarrollo humano considerado por las Naciones Unidas

El medio ambiente engloba todo lo que rodea a un organismo u organismos, y se refiere tanto a los elementos naturales como los construidos por el hombre.

La práctica del deporte incluye actividades a diferentes niveles: desde personas que realizan actividades deportivas y de educación física de forma ocasional hasta

atletas de élite, desde clubes pequeños hasta Federaciones Internacionales, desde competiciones locales hasta campeonatos y eventos a gran escala como los Juegos Olímpicos.

A continuación, hemos identificado algunos factores medioambientales que deben tenerse en cuenta en la práctica de los deportes y en la organización de eventos deportivos:

• Conservación de la biodiversidad
• Protección del ecosistema
• Uso de los terrenos y paisajes
• Contaminación
• Gestión de recursos y residuos
• Salud y seguridad
• Molestias
• Preservación del patrimonio cultural

Esta información es extraída del Manual de medio ambiente y Deportes elaborado por el COI en marzo del 2005.

Este tema ambiental específicamente en la Facultad de Cultura Física de Pinar del Río, Institución encargada de la formación del profesional de la Cultura Física y el deporte tiene entre sus objetivos la formación de un egresado de perfil amplio en cuyas bases se sostiene el desarrollo de competencias profesionales y como eje axiológico en todas las disciplinas de la carrera se deben cumplir acciones que obedecen a la Estrategia Curricular de Medioambiente.

Para lograr cumplimiento a esta estrategia deben incidir en ella las actividades docentes, extensionistas e investigativas.

El proyecto Cuba GSA, como organización creada en la Facultad, ha dedicado durante varios años todos sus esfuerzos e iniciativas para crear metodologías, medios, estrategias, productos científicos en general para contribuir a esta estrategia curricular de medio ambiente e incidir de forma integral en el profesional en formación y postgraduado, crear modelos para elevar su motivación hacia la carrera y fomentar la formación de valores y el trabajo político ideológico.

Sin embargo, en el tema ambiental, sólo algunos investigadores han presentado propuestas específicas o integradas, algunos han propuesto estrategias que por lo general se han quedado engavetadas o con pocas posibilidades de continuidad. El proyecto Cuba GSA en estos últimos años ha logrado unir estos investigadores en los espacios creados. La cátedra de Medio ambiente y Deportes, los talleres y eventos a favor de una filosofía común han estado dirigidos a garantizar un desarrollo sostenible en la práctica deportiva

Nuestros problemas ambientales más preocupantes quizás no se vean con claridad dentro de los factores que propone el COI pues no realizamos frecuentemente grandes eventos con grandes cantidades de recursos energéticos y de consumo. Tampoco contamos con grandes fábricas que pueden contaminar las ciudades y nuestro sistema de salud, de educación y de Ciencia y técnica se convierten en una fortaleza que reduce los impactos nocivos al medio ambiente y al hombre como parte de este mismo sistema.

No obstante existen otros problemas en las que nuestras investigaciones si pueden incidir, por ejemplo el deficiente conocimiento de la educación ambiental en nuestro estudiantes, el carácter sostenible en nuestras investigaciones, las condiciones ambientales que deben requerir nuestras prácticas deportivas, el mantenimiento y ambientalización de las instalaciones deportivas, la confección de implementos deportivos con impacto ambiental entre otros aspectos.

Las actividades que realizan los miembros y colaboradores del proyecto Cuba GSA no son una simple sumatoria de actividades planificadas en conmemoración a fechas ambientales. Más bien son producto de una sistematización en el quehacer ambiental de estudiantes y profesores que entre sus trabajos de investigación ha primado la calidad de vida del ser humano y su coexistencia con las especies del planeta y las condiciones ambientales que rodean su práctica deportiva.

Con el establecimiento de esta red internacional se han adquirido implementos deportivos que derivados de un programa de intercambio de productos reutilizables se ha logrado obtener uniformes deportivos para la categoría de softbol infantil, así como bates para el departamento de Didáctica del Deporte. No

obstante con el establecimiento de la red de intercambio a partir del proyecto Cuba GSA con la Red de Fútbol de Playa Japonesa ya están en camino una donación de balones de este deporte para el Equipo de Fútbol de Playa que recién se forma en la provincia pinareña.

Este intercambio no sólo se limita a la parte técnica y competitiva del deporte. En Japón la practica del Fútbol de Playa está muy ligado a la conservación del medio donde se juega, por lo tanto esta interacción y aprendizaje enriquecerá la formación ambiental de ambos equipos así como la contribución de la educación ambiental ético social que se promueve en nuestro equipo Cuba GSA, pues de nada vale un medio ambiente natural sano, si las relaciones entre los atletas, atleta-entrenador, entre ellos y la comunidad no son armónicas y sostenibles.

Conclusiones

El proyecto Cuba GSA ha demostrado ser una estrategia de educación ambiental eficiente y acorde a las exigencias del deporte sostenible que se aspira en este siglo XXI. Su carácter de constante permanencia en el sector deportivo así como en sus vínculos con los diferentes sectores sociales: Educación, Salud, Educación Superior, Turismo y otros han demostrado un desarrollo positivo en los conocimientos, habilidades y actitudes en sus miembros y colaboradores entorno al tema ambiental.

Este proyecto ha logrado fortalecer el quehacer ambiental de los investigadores ambientales en la FCF de Pinar del Río y mediante sus lazos de trabajo con el Proyecto Central del Japón ha logrado adquirir medios e implementos deportivos con carácter ecológicos que han sido utilizados por nuestros equipo deportivos.

Este proyecto además de ser parte de un proyecto internacional toma en consideración las Estrategias ambientales del país y del sector deportivo para desarrollar una educación ambiental que no solo se limita a los factores naturales del ambiente sino a su dimensión ético social.

Después de la realización de la Convención Internacional AFIDE se ha fortalecido el proyecto y se han consolidado las relaciones entre el equipo Cuba GSA, el Equipo Central de Tokio, GSA y la Red de ambientalistas del Deporte.

Bibliografía

1. Artículos del autor disponibles en el sitio web: http://www.gsa-world.org/english/index.shtml

2. Artículos del autor disponibles en el sitio web: http://www.ecoflag.com

3. Valladares F. (2013) Multimedia instructivo divulgativa para fortalecer la labor del equipo de Alianza Global del Deporte de Cuba (GSA) Revista Acción UCCFD ¨Manuel P. Fajardo¨

4. Valladares F. (2013) Impactos del proyecto Cuba GSA en el año 2010. CD de Memorias de la Convención Internacional AFIDE 2011. Taller Medio ambiente, Deporte y Sociedad

5. Valladares F. (2011) Sailing and Canoeing Athletes in Cuba protect their water with WWMD Program. Revista digital . http: //. www.wwmd.org

6. Valladares F. (2011). Reflexiones sobre el enfoque socio histórico de la relación medio ambiente-deportes en Cuba. Revista digital http: //.www. podium. cu (# 11)

7. Valladares F (2015) Por una enseñanza del Inglés más comunicativa y ambientalista. Revista digital http: //.www. podium. cu

8. _____. (2012) Estrategia de educación ambiental para un deporte sostenible en la Universidad del Deporte de Pinar del Río, Cuba. Revista EfDeportes. Argentina. http://www.Efdeportes.com

9. _____ (2011) Consideraciones acerca de la relación medio ambiente-deportes a partir de las experiencias del proyecto Cuba GSA. Revista EfDeportes. Argentina. http://www.Efdeportes.com

Título: Juego multipropósito para el desarrollo de las actividades Recreativas.

Autor: Máykel Monteagudo Bernal.

País: Cuba

Resumen

Este trabajo está basado en la confección de un medio a partir de materiales poco costosos que ayuden al incremento de nuevos juegos para aumentar las opciones recreativas en las actividades con niños, jóvenes, adultos y discapacitados, el cual tiene como objetivo lo antes expuesto.

Su modo de aplicación es muy fácil. Si este medio lo utilizamos en el juego quien engolla mas bolas, cada jugador agarrara una bola y después que se discuta la salida tendrá que lanzarla con su mano hacia una línea cuya distancia tendrá variación según la edad de los participantes .cuando esté definido el orden de salida uno a uno pondrá su bola encima de la línea y con ayuda del bastón la empujara para lograr engollar o caer lo más cerca posible del hoyo, si logra engollar obtiene 10 puntos y vuelve a salir de la raya en busca de otros 10puntos . Si le da a otro compañero obtiene 5 puntos y tiene derecho a seguir tirando, se puede utilizar en un programa a jugar con conducción entre obstáculos, derribe de bolos y tiro a portería

Introducción:

El juego tiene un valor de uso útil para la formación de la personalidad. Tiene por lo tanto gran importancia pedagógica. Existen muchos juegos que relevan viejas costumbres que expresan acciones de la vida y circunstancias sociales. La ejecución práctica del juego está relacionada con un medio de enlace que aunque pequeño pero si existente interviene en la educación ética y espiritual y también en la historia cultural.

En nuestro país desde que comenzó el período especial nos dimos a la tarea de crear juegos tanto para nuestra educación como recreación, por la necesidad económica por la que atravesamos no contamos con todos los medios necesarios para el desarrollo de las actividades.

En el afán de mejorar la participación de niños, jóvenes, adultos y discapacitados en las actividades de la recreación, nos dimos a la tarea de crear un juego para incrementar las opciones recreativas en las actividades.

Desarrollo:

Materiales utilizados:

Los materiales que se utilizaron en su confección son: dos pies de madera para hacer 5 bolas pequeñas, un bastón de aroma, pintura y cinco bolas de desodorantes.

Confección del medio:

Se corta un palo de aroma q tenga en su punta los requisitos con los que se pueda hacer un bastón, luego se pintan la cinco bolas de desodorante con colores diferentes, si las bolas las queremos hacer de madera solo hay q tornearlas para dejarlas lo más redondas posibles y luego las pintamos con colores diferentes y ya está listo el medio

Formas de aplicación del medio:

Su modo de aplicación es muy fácil,

Si este medio lo utilizamos en el juego quien engolla mas bolas, cada jugador agarrara una bola y después que se discuta la salida tendrá que lanzarla con su mano hacia una línea cuya distancia tendrá variación según la edad de los participantes .cuando esté definido el orden de salida uno a uno pondrá su bola encima de la línea y con ayuda del bastón la empujara para lograr engollar o caer lo más cerca posible del hoyo, si logra engollar obtiene 10 puntos y vuelve a salir de la raya en busca de otros 10puntos . Si le da a otro compañero obtiene 5 puntos y tiene derecho a seguir tirando, se puede utilizar en un programa a jugar con conducción entre obstáculos, derribe de bolos y tiro a portería

Valoración económica y aporte social:

Este medio es un aporte a la sociedad porque los gastos que se emplean en su confección son pequeños ya que la mayoría de los materiales utilizados en su construcción son de desechos y de fácil adquisición.

En el campo de la eficiencia brinda un gran aporte porque con un solo medio se pueden brindar actividades a niños, jóvenes, adultos y especialmente a los

discapacitados, todas estas personas lo han tomado con mucha aceptación. Él mismo no se encuentra en mercados nacionales ni internacionales pues sobrevive de la imagen creadora de los técnicos de recreación que con pocos recursos se empeñan en crear y crear para incrementar las opciones recreativas y así poder llevar a todos los rincones una recreación con calidad.

Análisis técnico económico:

No	Materiales	U/M	Precio	Utilizado	Importe
1	Pintura	Lit	$10:00	½	$5.00
2	Madera	Pies	$8:00	2	$16:00
3	Pelotas de desodorante	-	-	5	-
Total					**21,00**

Costo de materiales: $21.00
Costo de salario: Horas libres
Costo de producción: $21.00
Importe total: $21.00
Como pueden apreciar el costo de producción es ínfimo por lo que consideramos que la fabricación de este medio recreativo representa un ahorro considerable para la economía de nuestro país.

Conclusiones:

1. Es un medio recreativo de fácil fabricación.
2. Se puede utilizar en actividades con niños, jóvenes, adultos y discapacitados.
3. Se utilizan materiales de desecho y otros de poco costo.
4. Requiere para su fabricación una inversión poco costosa.
5. Se puede utilizar en cualquier sexo y edad.

Recomendaciones:

1- Que este medio recreativo sea objeto de producción y aplicación en los combinados deportivos del municipio y la provincia para el desarrollo de las actividades recreativas con niños, jóvenes, adultos y discapacitados y así poder darle mayores opciones a estas personas que tanto se lo merecen.

La agresividad en el momento del receso escolar

V Taller Internacional "Ocio, Tiempo Libre y Actividades Recreativas"

Autora: López Vargas Deisy Nayibe.

deisylopezv@gmail.com

Institución: Ministerio del Poder Popular para la Educación. Venezuela.

RESUMEN

La ponencia se deriva del trabajo de investigación que evaluó el rol del docente frente a la conducta del niño agresivo en el momento del receso en los estudiantes de la primaria, es importante resaltar que el docente debe cumplir con requisitos que no solo el Sistema Educativo exige, sino, que también la vocación y la ética entra a formar parte de ello, entre estos se puede mencionar; la orientación, planificación, investigación, evaluación, además expresando cualidades como; flexibilidad, integridad, equilibrio emocional, alegría, espíritu creativo y recreativo, entre otras, se evidencia las debilidades en lo que se refiere al rol del docente en el momento del receso, se pretende generar un aporte a nivel educativo y social, porque se concluye que los docentes requieren orientación para actuar con mayor eficacia ante situaciones de agresividad y se ofrece como alternativas la recreación y el uso adecuado del tiempo libre.

Palabras claves: Papel del docente, la agresividad, receso escolar.

The paper stems from research that evaluates the role of teachers against the behavior of aggressive child at recess in elementary students, it is important to note that teachers must meet requirements that not only the education system requires , but also the vocation and ethics becomes part of it, among these can be mentioned; guidance, planning, research, evaluation, as well as expressing qualities; flexibility, integrity, emotional balance, joy, creative and recreational spirit, among others, weaknesses as regards the role of the teacher at the time the break is evident, is to generate a contribution to educational and social level, because it is concluded that teachers require guidance to act more effectively in situations of aggression and offered as alternatives recreation and proper use of leisure time.

Keywords: teacher role, aggressiveness, school break.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad el patio de juego de los centros educativos es un espacio común para todos los estudiantes, durante el período en que dura el receso escolar las interacciones que el niño y la niña viven en este momento pueden proporcionarle experiencias agradables como desagradables que van a formar parte de su desarrollo biopsicosocial y por tanto influyen en el desarrollo de su personalidad. De allí, la importancia que posee el realizar está investigación, que da a conocer la actitud del docente de primaria frente a las conductas agresivas que se presentan en los estudiantes durante el receso.

Dentro del esquema educativo, el docente juega un papel importante, al ser el agente transformador hacia una sociedad más justa, humana, creativa, por lo que, se requiere sea un guía, orientador, facilitador, investigador, motivador, participativo y creador de oportunidades que contribuyan al proceso de enseñanza y aprendizaje, siendo estas premisas las dimensiones reflejadas en la investigación. La agresividad por otra parte, viene presentándose cada día con mayor frecuencia por lo tanto, es importante que los docentes, padres, representantes y todos los actores de la gestión escolar generen acciones en función de buscar soluciones ante estas situaciones.

En virtud de lo expuesto, la investigación se nutre en su mayoría por un enfoque humanista-psicosocial, que resalta las relaciones interpersonales como necesidades sociales en cuanto a las relaciones entre individuos que conforman un grupo, entendiéndose que en las escuelas del Estado Barinas en Venezuela, se desarrollan ámbitos sociales cada una es una entidad social, resulta obvio que presente diferentes tipos de conductas entre todos los entes que la integran y que de una u otra manera, negativa o positivamente influyen en el proceso de aprendizaje.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo General

Evaluar el rol del docente frente a la agresividad que presentan los estudiantes de primaria, durante el receso, en las Unidades Educativas de “Alto Barinas Sur” ubicadas en el Municipio Barinas del estado Barinas Venezuela.

Objetivos Específicos

- Analizar las teorías que fundamentan el rol del docente frente a la agresividad de los estudiantes.
- Diagnosticar la situación actual de los docentes en el momento del receso escolar en las Unidades Educativas de Alto Barinas Sur.
- Describir el rol del docente ante situaciones de agresividad existentes entre los estudiantes en las Unidades Educativas de Alto Barinas Sur.
- Explicar la influencia del rol docente y la recreación en las manifestaciones de agresividad durante el receso escolar en sus estudiantes en las Unidades Educativas de Alto Barinas Sur.

Terrazas de Alto Barinas Calle 11 casa 2-22 Barinas Estado Barinas Venezuela
Especialista en Educación Básica Deisy Nayibe López Vargas. Tlf. 0058 04245604838
deisylopezv@gmail.com

CONTEXTO TEÓRICO

El Estudiante Agresivo

El termino agresividad hace referencia a un conjunto de patrones de actividad que pueden manifestarse con intensidad variable, incluyendo desde la pelea física hasta los gestos o expresiones verbales que aparecen en el curso de cualquier negociación. Se presenta como una mezcla secuenciada de movimientos con diferentes patrones, orientados a conseguir distintos propósitos. Por consiguiente, se puede presentar en el nivel físico, como lucha con manifestaciones corporales explícitas. En el nivel emocional puede presentarse como rabia o cólera, manifestándose a través de la expresión facial y los gestos o el cambio de tono y volumen en el lenguaje. Desde un nivel cognitivo puede estar presente como fantasías destructivas, elaboración de planes agresivos o ideas de persecución propia o ajena. El nivel social es el marco en el cual de una u otra, toma forma concreta la agresividad.
Por ello, la agresividad nace como un proceso de socialización natural e inevitable. El niño debe aprender a convivir con cierto grado de agresividad; sin embargo cuando ellos manifiestan un comportamiento constante y enfatizado de conductas agresivas es allí donde se debe actuar; para ello hay que tener claro que la agresión como lo menciona el Taller dado por el Consejo Municipal de los Derechos de Niños Niñas y Adolescentes (CMDNNA) en Febrero del 2014 plantean los exponentes que la agresividad "Es una reacción de lucha y sus componentes son: Falta de satisfacción, la rabia, la protesta, cierta violencia y esfuerzos por cambiar las cosas" estas conductas pueden ser controladas a través de actividades dirigidas para tal fin.
Por lo tanto recomiendan: detectar las causas de la conducta agresiva, programar y realizar tratamiento eficaz para los padres, para disminuir en ellos comportamientos negativos generadores de agresividad, ofrecer al niño un hogar en el que se sienta querido y aceptado, la mejor forma es la práctica de deportes en equipo, así el niño aprende a respetar ciertas normas como a supeditar su agresividad a los intereses del grupo, participar en actividades grupales que vayan en función de una meta en común, terapias grupales permitan al niño descubrir el valor de la amistad y disminuye su agresividad, la pintura y el modelaje son otras alternativas. Este aporte por parte de los integrantes de dicho Organismo, es muy importante ya que permite vislumbrar que la conducta agresiva en los estudiantes puede ser disminuida en cierto grado mediante estrategias específicas, para la solución del problema presente se plantea como alternativa las actividades recreativas que de una u otra forma parte de las sugerencias dadas por el departamento.

Rol del Docente

Uno de los desafíos del docente es promover un ambiente estratégico que le permita al estudiante aprender bien, en este sentido el docente debe conciliar mantener un intercambio emocional con los padres y el niño, debe también favorecer mediante técnicas como; juegos, dinámicas entre otras, el equilibrio afectivo, así mismo permanecer en una constante investigación en búsqueda de resolver los problemas que se le presentan en su actividad educativa, como en busca de nuevas estrategias para implementar un aprendizaje

efectivo, a esto el Currículum Bolivariano (2007) agrega entre algunos de los objetivos que se deben lograr el docente en la primaria:
Promover la construcción de conocimientos integrales que lleven a los niños y las niñas a convertirse en ciudadanos y ciudadanas socialmente responsables, solidarios. Desarrollar habilidades para el trabajo cooperativo, liberador, la autoestima y la solución de problemas sociales. (p.16)
Por esta razón, el docente cada día debe estar más claro de su papel, complementando sus roles de orientador, investigador, planificador, evaluador, promotor social, en busca del crecimiento de ese niño que se está formando en sus manos, y ampliarlo en sus dimensiones del ser, hacer, conocer y convivir en función de una mejor sociedad, hacer ver a los niños y niñas que el conflicto es una situación que se puede solventar positivamente, que nos permite un cambio y la creación de situaciones nuevas, y puede ser el resultado normal de interacciones con otras personal, por lo cual debemos reaccionar positivamente.

Teoría Psicosocial

Plantea Erikson, citado por Sarmiento (2013), "se inicia el periodo de la edad escolar (de 6 años a la pubertad), el cual se va a caracterizar porque el niño y niña deben aprender destrezas de la cultura social donde se desarrolla y enfrentar sentimientos de inferioridad" (p. 228), el niño o niña entra en un grupo social desprovisto del repertorio de respuestas que le permitan integrarse a un intercambio social, con dudas y temores, debe aprender en gran parte por ensayo y error y con la ayuda de personas con experiencia, si este periodo de aprendizaje está enmarcado por muchos fracasos, y algunos éxitos fortuitos, puede ocasionar una pérdida de interés por parte del niño o niña en iniciar contactos sociales, acompañado por un aumento de sumisión o contrariamente usar la fuerza para lograr el éxito.
A tal efecto, Vigotsky en el libro Implicaciones de la teoría psicosocial, Chaves (2001) manifiesta que el niño y la niña se van apropiando de las manifestaciones culturales que tienen un significado en la actividad colectiva es así como; "los procesos psicológicos se desarrollan en los niños a través de la enculturación de las prácticas sociales…a través de la educación en todas sus formas" (p. 60). Es importante resaltar la función social como influye en la forma de la solución de los conflictos que vive el niño o la niña y el significado que adquiere para su futura vida social.
Entre los aportes de Lev Vigotsky (Ob. Cit) se puede acotar: "se concibe al educando como un ser activo, protagonista, el lenguaje es la herramienta mediadora del desarrollo, el profesor es un facilitador un guía del aprendizaje" (p.64). Son propuestas pedagógicas para el repensar, la educación y la práctica docente, sus postulados van en función de formar personas críticas y creativas que propicien la trasformación positiva en nuestra sociedad.

Teoría de la Asimilación

Con respecto a esta teoría, David Ausubel citado por Sarmiento (2013) analiza cómo se producen nuevos significados en un ambiente no arbitrario, de hecho "el aprendizaje significativo es la vía por la que las personas asimilan la cultura que les rodea", la recreación es una forma de asimilar nuevas conductas de una forma significativa para el estudiante en el cual su ambiente es libre, puede participar directa o indirecta en función que él sea quien por su iniciativa propia participe y se adapte a una nueva conducta. Como se había mencionado anteriormente el hecho de que el juego represente gran significación en el niño o niña, ya de antemano se ha avanzado en el trabajo, sin embargo, cuando se planifica una actividad con un propósito definido aumenta la posibilidad que dicha actividad tenga mayor importancia y opte por asimilar un comportamiento que le permita entrar al grupo que le interesa en ese momento.

La función Socializadora de la Escuela

A tal efecto, Durkheim, citado por Sarmiento (2013), apuesta por una concepción social de la educación, en clara oposición al espíritu individualista, defendido por Kant y Mill. Según Durkheim citado por Sarmiento (2013); "El humano se compone de a) un ser individual que se refiere a sí mismo y a su vida privada y se basa en el instinto para realizar el aprendizaje que necesita; b) Un ser social que se expresa en un sistema de ideas, sentimientos y costumbres no individuales, sino enmarcadas en el grupo donde se encuentra inmerso" la educación tiene como fin crear este nuevo ser social a partir del ser egoísta del recién nacido. Su objetivo final es conseguir que el individuo se asemeje al ideal del hombre labrado por la sociedad.

El Constructivismo en la Agresividad de los Estudiantes

De acuerdo a las pautas establecidas por el constructivismo que señala que el ser humano, en su interacción social, construye y reconstruye el tipo de pensamiento que utiliza para orientar su comportamiento. Por lo que, la concepción constructivista del aprendizaje escolar se sustenta en la idea de que la finalidad de la educación que se imparte en las instituciones educativas es promover los procesos de crecimiento personal del estudiante en el marco de la cultura del grupo al que pertenece. Por lo que es necesario acotar, que la confrontación positiva en lo que se refiere al manejo constructivo del conflicto propone González (2003), estrategias que ayuden a disminuir situaciones de conflictos y agresividad en los contextos escolares, entre ellas el Aprender Jugando; que consiste en una serie de juegos mediante los cuales el manejo positivo la cohesión del grupo se fortalezca y se valore.

Se manifiesta que, el juego es el modo principal en el cual el niño aprende y se desarrolla en todas sus dimensiones, especialmente cuando esté se da en grupo, está afirmación tiene su basamento en los estudios hechos por Lave J uno de los principales exponentes del constructivismo social, a esta afirmación agrega Sarmiento (2013); que el contexto social es básico y que es vital que se tome en cuenta el contexto social de los niños, así mismo señala Lave citado por Sarmiento (Ob cit): " Se construyen ideas sobre el mundo, partiendo de la interacción social que el niño tenga de él(p.32)", por lo que se puede concluir de esta

reflexión que en la medida que se guíe al niño hacia una conducta social adecuada, que valore y actué satisfactoriamente en actividades que le permitan socializar con sus compañeros, en esa misma medida él se irá formando un concepto de su realidad y podrá trasladar esas conductas a otros planos así como construir su propio desarrollo psicosocial. De la misma forma, Bruner, citado por Redondo (2008) ha desarrollado una teoría constructivista del aprendizaje que entre otras cosas considera al juego como "un formato de actividad comunicativa entre iguales, que les permite reestructurar continua y continuamente sus puntos de vista" (p.5), es tan importante este señalamiento, al ofrecer una alternativa significativa para el estudiantes mediante la cual pueda resolver los conflictos y al mismo tiempo adquirir patrones de y habilidades en su desarrollo cognoscitivo. De este modo, la presencia y estímulos de los adultos gratificantes y flexibles con un nivel de interacción y comunicación, favorece el juego. La tutoría de la actividad espontánea, con la que tiene supervisión flexible y positiva es la clave en que los juegos pueden tener potencialidad formativa, claro está junto con un diseño previo, de espacios, materiales, normas, agregando un grado de afectividad, dialogo y dominio de la propuesta a realizarles, pueden garantizar el proceso constructivo para nuevos aprendizajes, tanto cognitivos como sociales.

METODOLOGÍA

De acuerdo al método de la investigación se inserta en un método analítico el cual consiste en la descomposición de un todo en sus partes o elementos para observar las causas, la naturaleza y los efectos. Por lo anteriormente expuesto, el paradigma bajo el cual se realizó la investigación es el Cuantitativo; por cuanto, permite establecer cómo se distribuyen los valores de las variables en estudio.

En este mismo orden de ideas por los objetivos formulados, el tipo de investigación es descriptivo, porque hace una descripción mediante el estudio en una circunstancia temporal –espacial determinada. En cuanto al tipo de datos, se inscribe en un diseño de campo, debido a que los datos fueron obtenidos directamente de la realidad, mediante la utilización de un instrumento que permitieron evaluar la efectividad de la acción a ejecutar.

Población

La Población de la presente investigación, estuvo formada por tres escuelas específicamente, cuarenta y dos (42) docentes que laboran en las Unidades Educativas de Alto Barinas.

Muestra

La muestra de esta investigación se seleccionó de la población antes descrita; por ello, para la investigación se tomó la población censal es decir todos los que la conforman por ser relativamente pequeña en los tres estratos, se tomó los sujetos que conforman la totalidad poblacional como componentes de dicha muestra.

Técnica e Instrumentos de Recolección de la Información

Se aplicó un instrumento de tipo cuestionario, que midió las variables del Rol del docente y su actitud frente a las situaciones de agresividad presentadas en el recreo.

ANÁLISIS REFLEXIVO

Entre los diferentes enfoques sobre el rol del docente, es importante acotar lo que Sarmiento señala; “no toda práctica docente es educativa, está practica se cumple con el hecho de enseñar algo, generar una situación de aprendizaje, por lo que no solo se limita al aula, sino a cualquier espacio donde pueda aprender alguien, si se cumple con esta premisa la práctica es educativa”, se requiere entonces que el docente innove y salga de la escuela tradicional en la cual la enseñanza se centra en la cuatro paredes del aula, es necesario abarcar los espacios y las oportunidades que nos brinda todo el conglomerado educativo.

A través del trabajo de campo, con los datos obtenidos y con la referencia al análisis de las tablas de frecuencia y en comparación a la teoría recopilada, se puede llegar a las siguientes conclusiones:

Se determinó los docentes de primaria que laboran en 3 escuelas del Sector de Alto Barinas Sur, estado Barinas país Venezuela manifiestan una actitud de pasividad hacia la agresividad de los niños y niñas en el momento del receso escolar, en cuanto no se evidencia estrategias que busque a disminuir dichas situaciones, dado que pretenden solucionar el problema solo en el momento en que se presenta el hecho, sin mayor trascendencia, sin aportar soluciones que perduren en el tiempo y mucho menos sin tomar en cuenta la inserción de los valores de compañerismo, amistad, solidaridad y respeto entre otros. Los estudiantes manifiestan que lo único que les preocupa al agredir a un compañero ya sea física o verbalmente es el acta de conducta, con la que amenazan los docentes, no obstante dicha acta no es levantada por situaciones que se presentan en el receso, en su mayoría por circunstancias acaecidas en el aula.

Los resultados corroboran que un gran número de docentes no mantiene una comunicación eficiente con sus estudiantes, durante el receso escolar. La deficiencia existe en cuanto a la comunicación entre el educando y el maestro, por ende, implica que, no existen condiciones para satisfacer necesidades emocionales como: La amistas, la orientación, la solidaridad y la convivencia, que son manifestaciones que deben ser consideradas en el momento de establecer relaciones entre los docentes, los estudiantes, los padres y los representantes. Los niños y niñas entrevistados reflejan que sienten temor al notificar a un docente por cualquier situación que se presente, por cuanto pueden ser regañados también y no los entiendan.

La investigación revelan, que los docentes presentan debilidades para emplear instrumentos que registren las conductas que se presentan durante el receso escolar, por lo que, al no llevar un registro apropiado no hacen una evaluación de los estudiantes en este momento, olvidando que la formación y la evaluación es un proceso continuo y permanente. Es evidente que los docentes, no tiene presente que el tiempo libre también es un momento pedagógico y por lo cual requiere registrar conductas o situaciones que se muestran en función de estudiarlas y plantear posteriormente una posible solución a las mismas o generar acciones preventivas.

Lamentablemente un alto índice del personal docente de la primaria (60%), no tiene presente que el aprendizaje significativo puede darse en el momento del tiempo libre de

los estudiantes, el receso, por lo que el rol del docente mediador y orientador no se contempla en su totalidad, ante tal resultado, se puede observar que los docentes desconocen o no le dan importancia al juego como elemento fundamental en el desarrollo social y emocional de los niños y niñas. Es notorio que el maestro de primaria de Alto Barinas Sur, no utiliza la recreación como recurso pedagógico y herramienta didáctica para facilitar el proceso de socialización entre los estudiantes.

De acuerdo con la información suministrada en la investigación, un alto porcentaje (50%) de los docentes no programan actividades donde los estudiantes se integren y pasen el tiempo libre de una forma lúdica y constructiva, además, las agresiones físicas y verbales están explicitas durante el receso escolar, por lo que, se puede inferir que el educador enfrenta un desafío al trabajar con esta realidad, se refleja igualmente un alto índice de maestros que no están planificando actividades que mejoren las relaciones interpersonales, así mismo, el perfil ético de un docente hacia la construcción de valores no se evidencia. Los estudiantes manifiestan que si los docentes les brindarán otras alternativas de juegos ellos participarían, además expresan que les gustaría que sus maestros y maestras estuvieran de una forma más activa con ellos, también es necesario acotar, que muchos de los estudiantes no tratan por el nombre a sus compañeros, ya sea porque no se acuerdan o porque no quieren, por lo que se deduce, que no sienten a sus compañeros de clase como amigos.

Los docentes no se preocupan por investigar y capacitarse sobre cómo controlar la agresividad de sus estudiantes, se podría suponer que existe una necesidad intrínseca de incorporar nuevos conocimientos, procedimientos y técnicas que les permita controlar o disminuir los casos de agresividad en el receso escolar.

La actitud por parte del docente ve a generar la confianza o desconfianza que el estudiante le manifieste, si considera que su docente es una persona que canaliza sus problemas, oye y orienta adecuadamente, acudirá hacia su maestro en cualquier momento, sin embargo, la función orientadora, guía y mediadora de los docentes de la presente investigación, se evidencia de una forma incompleta, ya que los estudiantes no acuden a su maestro por cuenta propia a solicitar su ayuda ente una situación de conflicto.

Recomendaciones

En el área de Educación Integral un estudiante de primaria necesita de paciencia y afecto por parte de su docente, requiere de un maestro bien equilibrado mental y psicológicamente. No se trata de querer al niño o niña sino que él o ella se sienta querido, valorado y que es tomado en cuenta, esto se logra mediante la comunicación horizontal el hecho de escucharlos, oírlos detenidamente, mostrándoles sus características positivas, reconocer el esfuerzo y brindarle a cada uno un tiempo especial.

La escuela debe ser y ofrecer un ámbito moral, en que los estudiantes puedan encontrar todo tipo de modelos y referencias, prácticos y concretos, referidos a los valores en este sentido, los estudiantes de primaria están prestos siempre y cuando el docente actúe con entusiasmo y dedicación, impartiendo valores de una forma creativa.

Por ende es ineludible presentar algunas recomendaciones que sirvan de marco para implementar nuevas estrategias en función de mejorar la disciplina, específicamente

disminuir los casos durante el receso, por lo que se propone que los docentes de primaria de la mencionada Institución, incluya en los objetivos de la planificación en el aula, dinámicas en las que se destaquen la importancia del consenso, la aceptación, la tolerancia, la curiosidad del estudiante por sus semejantes con la finalidad de que se valoren entre ellos como compañeros y amigos, el docente puede planificar estrategias que guíen acertadamente este proceso, de esta forma los niños y niñas aprenderán que así como tienen diferencias igualmente tienen semejanzas y en base a ellas construir el respeto y la amistad. Planificar políticas de mejoramiento a los docentes como; talleres de recreación, juegos y simulación, charlas sobre corrientes filosóficas y psicológicas de la educación, solicitar ante la Zona Educativa talleres y charlas sobre estos tópicos, incentivar los colectivos de formación docente donde se discuta la problemática y situaciones del devenir escolar. De igual forma, estimular la acción docente donde a través del reconocimiento público a las investigaciones y aportes realizados en beneficio del crecimiento de los estudiantes.

Los maestros deberán estudiar y capacitarse, investigar y tratar de perfeccionarse cada día más de la docencia, realizar; talleres, cursos, seminarios y congresos que se vinculen con la conducta de los niños en edades comprendidas entre los 6 y 11 años, y de esta forma brindar apoyo a sus estudiantes en su desarrollo biopsicosocial. Hay que destacar que para que se produzca un cambio a favor de un ambiente más cordial y de compañerismo, el profesor debe estar preparado para orientar correctamente el aprendizaje de sus estudiantes, investigando, planificando y aplicando para ellos métodos y técnicas que exijan la participación activa de los mismos en la adquisición de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores. Hoy en día existen una gama de alternativas a la mano del docente; vía internet, trabajos de investigación ya ejecutados que ofrecen ampliar la información del docente sobre el tema.

Los docentes deben conocer la composición del núcleo familiar de cada niños y niña, las condiciones socioeconómicas, condiciones de trabajo, estado de salud, su nivel cultural, el clima moral en el que se desenvuelven y sus actividades de tiempo libre, de esta manera podrá conocer más afondo del porque el niños o niña toma una determinada conducta, por ejemplo “la Agresividad”. No obstante para que se produzcan interacciones es necesario promoverlas, dado que de otra manera se crearía un aislamiento entre escuela comunidad, lo cual en vez de favorecer el proceso educativo, lo perjudica, debido a que no hay cooperación, ni ayuda mutua, para enfrentar situaciones problemáticas.

Al establecer una comunicación dialógica, cercana y horizontal con los estudiantes, padres de familia, compañeros de trabajo e integrantes de la comunidad, se fomenta un clima de confianza de seguridad y respeto, que favorece la comunicación espontánea y creativa. Cabe referir que una buena comunicación estimula el espíritu humano de convivencia, así como promueve la confianza que se debe establecer entre el estudiante y el maestro, por lo que, el docente podrá obtener datos significativos que pudiesen explicar la conducta agresiva de algún estudiante en particular y de esta forma actuar con mayor eficacia. El tratamiento con padres, representantes y estudiantes, debe ser asertivo y prudente hacia un dialogo orientado positivamente en función de tratar de buscar soluciones apropiadas en forma correctiva, esto debería hacerse de forma permanente, como estrategia para mantener una relación sincera y cordial.

Otro aspecto que se debe tener presente, es el de propiciar un clima de equilibrio mental y paz interior, se sugiere el uso de música instrumental, clásica, ecológica en el aula, antes y después del receso escolar, así mismo leer e interpretar canciones alusivas a la convivencia, de forma que los estudiantes reflexionen acerca de hechos cotidianos vividos en la escuela. Como medida para generar el control y en función de una mejor visualización del grupo se recomienda sectorización del espacio físico del patio de recreo, lo que permitirá al docente desarrollar actividades lúdicas de acuerdo con las edades de sus estudiantes, por lo que es importante la implementación de recreos dirigidos por lo menos en los primeros meses del años escolar, en función de ofrecer a los estudiantes alternativas de juegos que van a coadyuvar a la prevención o a la disminución de la agresividad.

Mediante actividades recreativas el docente puede cumplir con su rol de orientador, dado que influye en la socialización del estudiante, guía el cumplimiento de normas, a la imitación, a la construcción, incentiva la creatividad y permitirle al estudiante transferir estas situaciones a su realidad ya sea en su ámbito escolar o fuera de él. Hoy en día se encuentra una gama de recursos pedagógicos recreativos que permiten aprovechar el tiempo libre en una forma productiva. El juego es la forma más atractiva para llamar la atención de un niño o niña, aun mas cuando no se siente obligado, es un medio de conocimientos para lograr la afectividad en grupos que han presentado problemas, así mismo, desarrolla la estructura del pensamiento, favorece la comunicación y el desarrollo de otras habilidades físicas, cada profesional define de manera diferente la recreación, no obstante, lo importante es que el docente utilice la misma como medio educativo y de esta forma estar conscientes que la recreación debe realizarse en función del niño o niña.

Por medio de la recreación, el docente estimula la autonomía, la identidad, la expresión de sentimientos y los valores sociales entre sus estudiantes, así mismo, libera tensiones, exterioriza sus pensamientos, resuelve problemas y adquiere aprendizajes, igualmente le permite desarrollar aptitudes hacia el canto, la danza o trabajos manuales en función de estimular el crecimiento físico y mental de los educandos, aunque el niño juegue de forma individual o colectiva, en espacios abiertos o cerrados, esta actividad no deja de ser un medio esencial para su buen desarrollo integral, por ello se recomienda que el docente elabore una antología de actividades recreativas y la disminución de la agresividad en los estudiantes de primaria.

El recreo es un momento ideal en el cual el docente puede compartir de una forma diferente con sus estudiantes, los recreos activos con propuestas de actividades para los estudiantes, son una iniciativa en varias escuelas de Colombia, Kenia, Argentina, El Salvador, brindan a los estudiantes diferentes alternativas para que ocupen el tiempo libre de forma provechosa y atractiva para ellos, como por ejemplo; juegos ecológicos, juegos de mesa, juegos de integración, actividades de siembra o lectura.

Conviene considerar que el desarrollo emocional es para el hombre tan importante como el físico e intelectual; los conflictos se resuelven a través de una buena comunicación y bajo un ambiente de armonía y convivencia. Es por ello que se recomienda que el docente propicie el dialogo entre sus estudiantes y así facilitar una mayor compenetración entre las partes, por cuanto el niño y niña empieza a reconocer la crítica constructiva mediante un refuerzo positivo, al saber escuchar, permanecer sereno y brindar afecto, cualidades estas que un docente debe poseer y desarrollar si le interesa fomentar relaciones interpersonales

positivas, la ausencia de estos aspectos puede desencadenar desconfianza, poco interés en prestar atención a los señalamientos del docente, omitir la verdad, falta de respeto al docente y por ende a sus compañeros.

Se recomienda que el docente registre las conductas observadas, existe una diversidad de instrumentos abiertos para registrar las actuaciones de los estudiantes dado que en período de receso escolar los estudiantes se desinhiben muchas veces y reflejan conductas que nos pueden servir de apoyo para una evaluación integral de ese estudiante, es necesario acotar la opinión de Piaget cuando señala que en el período de las operaciones concretas los niños expresan lo que sienten, especialmente cuando se sienten libres y donde pueden expresar sus destrezas físicas.

Es importante que los estudiantes no se sientan evaluados en todo momento, el docente debe ser sagaz al tomar nota de un estudiante en particular, el rol de evaluador es hacia un sentido positivo de ayudar, orientar y planear soluciones, es por ello que, hay que hay que buscar la forma de cómo plantear los registros en el momento de conversar con los representantes, que transmitan el afecto que el docente siente por sus estudiantes, por lo que un adecuado instrumento va a permitir registrar la conducta o situación que se presenta, en pro de proporcionar información que ayude a tomar decisiones que permitan crear estrategias preventivas o disminuir dichas situaciones.

La trascendencia de la educación va más allá de solo impartir conceptos y lograr competencias en los estudiantes, la inserción social como lo contempla el Nuevo diseño Curricular, empieza con la inclusión de valores, entre los que se pueden mencionar; la tolerancia, el respeto y el compañerismo como fundamentos para tal logro. Por lo que el docente, en su rol como pedagogo y facilitador del proceso de enseñanza y aprendizaje debe fomentar la reflexión de las actitudes ante diversas situaciones, debe igualmente propiciar un ambiente de paz y un desarrollo emocional en función de la construcción de una mejor sociedad.

ACTIVIDADES EJECUTADAS EN APOYO A LA INVESTIGACIÓN:

- Talleres a docentes.
- Viernes recreativo.
- Galería.
- Recursos deportivos al alcance.
- Uso de música instrumental, antes y después del receso.

BIBLIOGRAFÍA

Asamblea de las Naciones Unidas (ONU) (1959) Declaración de los niños 1959 (Documento en línea) disponible: http://www.humanium.org/es/declaracion-1959/ citado en 28-11-2015.

Balestrini, M. (2001) Como se elabora el Proyecto de Investigación. Caracas, Edit. Consultores Asociados.

Camargo, M. (2008) "Équidad y Educación". Estudio de caso de políticas educativas. Universidad de Manizalez. CNNDE

Constitución de la República Bolivariana de Venezuela. (1999). Caracas: Gaceta oficial Nº 36.860. 30 Diciembre de 1999.

Díaz, Barriga, F. y Hernández G. (2002). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista. 2ª Edición. Mexico: McGrawHill

Díaz, S. (2002) Las Relaciones interpersonales como estrategia para desarrollar un clima favorable. Caso: Escuela Básica "Lourdes Rivas de Torres". Trabajo para optar al grado de Licenciado Universidad de los Llanos Occidentales "Ezequiel Zamora".

Enciclopedia de pedagogía y Psicología Infantil. (2001) "El Periodo Escolar", España, Editorial, CULTURAL S.A

Flores, (2006) Gestión del docente ante la agresividad. Universidad Lisandro Alvarado, Barquisimeto Estado Lara.

Gómez, F. (2001) Trabajo de grado: Educación Física Deporte y Recreación para el control de la conducta antisocial. LUZ, Maracaibo.

Gómez, M., María T. (1999) Propuesta de Intervención en el Aula,Técnicas para Lograr un Clima Favorable en Clase. Ediciones Madrid.

Hernández, Fernández y Baptista (2006) Memorias del XVI Verano de la Investigación Científica. Tabasco México.

Ley Orgánica para la Protección del Niño Niña y el Adolescente (2007). Caracas, Venezuela. G.O. (5.859 Extraordinaria).

Martínez, D. (2004) La recreación como proceso de socialización y aprendizaje de La I Etapa de Educación Básica, trabajo de grado, Universidad de los Llanos Occidentales "Ezequiel Zamora" UNELLEZ. Barinas.

Martino, L. (2003) Mil Juegos para Entretener y Divertir a los Niños, para Padres y Docentes, Lima, Perú. Edit. Vecchi

Ministerio De Educación (2007). Currículo Nacional Bolivariano. Caracas.

Moreno, C. (2000) Juegos tradicionales como estrategia docente. Trabajo para optar al grado de Licenciada Universidad de los Llanos Occidentales "Ezequiel Zamora".

Evaluación del desempeño del que hacer pedagógico. Docente, un enfoque constructivista, Universidad de Manizales, Colombia

Murcia F. (2001) El método de la Investigación Acción.

Pantoja G. (2008) Influencia de la Televisión en la conducta de los niños. (Documento en línea.) http://www.odiseo.com.mx/articulos/influencia-television-conducta-ninos Año 6 N° 11 Julio Diciembre

Pérez, A.. (2001) Recreación, fundamentos teóricos- metodológicos La Habana, Cuba

Pérez, F. y Silva, A. (2001) Tesis: Propuesta para la Intervención de la Comunidad en el Recreo Escolar.
Piaget, Jean. (2001) Psicología de la Inteligencia. Edit. Psique, Buenos Aires Argentina.
Rangel, M. (2001) Dinámica del proceso de Investigación social, UNELLEZ, Venezuela.
Redondo, M. (2008) El juego infantil su estudio y como abordarlo. (Documento en línea) Disponible: http://www.csi C/Recogidas N° 45-6ª 1800 Granada consultado en 28-11-2015
Rodríguez O. (2014) Programa de Orientación para padres y representantes a fin de minimizar las conductas agresivas de los estudiantes. Trabajo para optar a la maestría. Universidad de Carabobo.
Rojas, M. (2002) Tesis: La recreación como estrategia Pedagógica Caso: Sector A-21 Edo. Barinas.
Sabino, Carlos, (2002) El Proceso de Investigación. Edit. Panapo, Venezuela.
Sarmiento, I. (2013) Como Aprender a Enseñar y Como Enseñar a Aprender Universidad Santo Tomas de Aquino, Colombia.
Savater, F. (2010) El Valor de Educar. Edit. Ariel. Barcelona.
Stracuzzi S y Pestana F (2006). Metodología de la Investigación Cualitativa. Caracas. Fondo editorial UPEL.
Tamayo (2009). El Proceso de la Investigación Científica. Editorial Limusa, S.A. México.
Van D. y Mayer (2006) Manual de técnica de la investigación educacional. Paidos Ibericas Ediciones.
Wayne, W. (2002) Investigación de operaciones. Editorial Pearson.
Universidad Bicentenaria de Aragua. (2009). Manual para la elaboración, presentación y evaluación del trabajo final de investigación de los programas de postgrado. San Joaquin de Turmero estado Aragua
Universidad Pedagógica Experimental Libertador UPEL. (2002) Psicología de la Educación Agosto

Título: La formación de Promotores ambientales para la actividad física comunitaria, una contribución cubana para enfrentar el cambio climático.

Autores: Dr. C Santiago René León Martínez UCCFD Manuel Fajardo.

Dr. C Martha Muñoz Campos Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO), Universidad de la Habana.

País: Cuba

Resumen

El enfrentamiento al cambio climático reclama con urgencia de propuestas viables, también desde la actividad deportivo-recreativa comunitaria. El presente artículo desde la modalidad de revisión, tiene como objetivo revelar la pertinencia de los fundamentos teórico-metodológicos que sustentaron *La formación de Promotores ambientales para la actividad física comunitaria*, una investigación doctoral defendida en la UCCFD Manuel Fajardo. El estudio responde a insuficiencias en el conocimiento y la percepción ambiental de practicantes y profesores en Cuba. Se asumió la concepción transdisciplinaria de la Educación Popular Ambiental y la Investigación Acción Participativa. Se sistematizaron investigaciones de autores mundiales y cubanos, desde métodos empíricos, teóricos y participativos. El análisis documental, comprendió una búsqueda bibliográfica en idiomas español, inglés y portugués en bases de datos internacionales, y una indagación en bibliotecas especializadas. Se obtuvo como resultado principal que el objeto de estudio de esta investigación está aún en formación, pero expresa su notable actualidad. Su implementación práctica en barrios del municipio capitalino Cerro, confirmó las potencialidades de este estudio para contribuir desde la cultura física al desarrollo local sostenible y el enfrentamiento al cambio climático, y atender a nuevas problemáticas sociales y ambientales en la actividad deportivo recreativa comunitaria. En su evaluación especialistas y usuarios constataron su viabilidad y fácil replica en contextos similares del Caribe insular y continental.

Palabras clave: promotores ambientales, actividad física comunitaria, educación ambiental, transdisciplinariedad, cambio climático

Abstrac

El enfrentamiento al cambio climático reclama con urgencia de propuestas viables, también desde la actividad deportivo-recreativa comunitaria. El presente artículo desde la modalidad de revisión, tiene como objetivo revelar la pertinencia de los fundamentos teórico-metodológicos que sustentaron *La formación de Promotores ambientales para la actividad física comunitaria*, una investigación doctoral defendida en la UCCFD Manuel Fajardo. El estudio responde a insuficiencias en el conocimiento y la percepción ambiental de practicantes y profesores en Cuba. Se asumió la concepción transdisciplinaria de la Educación Popular Ambiental y la Investigación Acción Participativa. Se sistematizaron investigaciones de autores mundiales y cubanos, desde métodos empíricos, teóricos y participativos. El análisis documental, comprendió una búsqueda bibliográfica en idiomas español, inglés y portugués en bases de datos internacionales, y una indagación en bibliotecas especializadas. Se obtuvo como resultado principal que el objeto de estudio de esta investigación está aún en formación, pero expresa su notable actualidad. Su implementación práctica en barrios del municipio capitalino Cerro, confirmó las potencialidades de este estudio para contribuir desde la cultura física al desarrollo local sostenible y el enfrentamiento al cambio climático, y atender a nuevas problemáticas sociales y ambientales en la actividad deportivo recreativa comunitaria. En su evaluación especialistas y usuarios constataron su viabilidad y fácil replica en contextos similares del Caribe insular y continental.

Key chave: promotores ambientales comunitarios, actividad físico-deportiva, educación ambiental

Introducción

Las prácticas cotidianas, así como los foros y conferencias científicas internacionales y nacionales, sobre Deporte y Medio Ambiente, muestran un paulatino incremento del accionar de gobiernos, instituciones y ONGs, en procesos de instrucción, formación, educación y gestión ambiental en el ámbito de las ciencias de la Cultura Física y el deporte. No obstante, la educación ambiental para el desarrollo sostenible, es aún un contenido pendiente en muchos espacios de la comunidad científica deportiva internacional y cubana.

En particular, el estudio del estado del arte sobre la formación de promotores ambientales en la actividad físico-deportiva comunitaria exhibe un tema emergente que carece de consistencia sistémica, para favorecer desde este ámbito, el desarrollo local sostenible y el enfrentamiento al cambio climático.

Para ello se realizó una amplia revisión documental que incluyó estudios cubanos e internacionales sobre el objeto de la investigación, preferiblemente del último decenio, aunque en materia de educación y formación ambiental se recurrió a estudios anteriores. La utilización de las tecnologías de la información y las comunicaciones facilitó la reflexión en torna al estado actual de estas investigaciones y su perspectiva en el ámbito nacional y foráneo.

A pesar de que la educación ambiental para el desarrollo sostenible es una prioridad para la ONU y UNESCO, así como para el movimiento olímpico internacional, regional y nacional; y que múltiples son los escenarios de peligro y riesgos que afectan las prácticas deportivo-recreativas, en especial en las zonas costeras, escasean herramientas metodológicas para la formación de actores locales que lideren la contribución desde la actividad física comunitaria en el enfrentamiento a las consecuencias del cambio climático.

La formación de promotores ambientales desde los fundamentos teóricos-metodológicos en los que aquí se reflexiona, constituye una iniciativa para reducir la vulnerabilidad de los riesgos que estos eventos extremos pueden traer para la actividad física comunitaria en localidades cubanas y foráneas.

Desarrollo.

Una búsqueda efectuada desde Google Académico[1] reveló que en publicaciones periódicas de países desarrollados son poco frecuentes estas investigaciones de deporte y medio ambiente. La obtención de 118 resultados a partir de identificar palabras clave o descriptores en español, inglés y portugués refieren experiencias de promotores ambientales preferiblemente en países en desarrollo. De igual forma la búsqueda en Scopus [2] identificándose primero como categorías temáticas: (environment sciencie) y evaluada también la búsqueda avanzada, delimitando por áreas temáticas, con palabras clave como promotores, comunity, environment, y cronológicamente entre los últimos cinco años de aquella investigación (entre 2009 y 2013), arrojó 1317 artículos. Una nueva delimitación a promotores ambientales, deporte y desarrollo local, tuvo bajo resultado de sólo cinco artículos sobre promotores ambientales comunitarios, en revistas de alto impacto.

Esto confirma que estos términos no se reconocen por la corriente principal de las ciencias, cuya alta especialización privilegia el enfoque analítico, disciplinar, reduccionista y lineal, de un modelo científico de alta especialización responsable del deterioro ambiental contemporáneo Delgado (2002) y los problemas sociales de las llamadas sociedades en desarrollo.

Se deduce entonces que el objeto de estudio en cuestión está aún en formación, lo que ha imposibilitado su sistematización desde la cultura física vinculada al desarrollo local sostenible y el enfrentamiento a los impactos negativos del cambio climático.

Por tanto, la perspectiva científica que permite atender a la complejidad del objeto es un ideal científico emergente como alternativa anti-hegemónica, que atiende a las nuevas problemáticas sociales y ambientales, desde un desarrollo endógeno

---

[1] Un buscador web especializado para investigaciones académicas de alto nivel y que ofrece ventaja profesional y robustece la indagación realizada.

[2] Base de Datos Internacional (BDI) de primer nivel, reconocida por el Ministerio de Educación Superior (MES) de Cuba en el primer grupo de publicaciones de la corriente principal de las ciencias, donde aparecen revistas de ciencias ambientales.

que enriquece la ciencia disciplinar, a partir de una mirada holística y transdisciplinaria.

En ese sentido se asumen como fundamentos teóricos para la formación de promotores ambientales en la actividad físico-deportiva comunitaria los siguientes:

- *La concepción del desarrollo sostenible*: a partir del Informe *Nuestro Futuro Común,* Brudtland (1987) y los principios del desarrollo sostenible desarrollados por esencialmente por Enrique Leff (1994) y Roque (1997).
- *Los principios del Deporte y el desarrollo sostenible* desplegados en la Agenda 21 del Comité Olímpico Internacional (COI,1999), (Real Ferrer, 2008) y contextualizados a Cuba por Santana (2003) y Pascual (2006).
- *La Educación para el Desarrollo Sostenible*, desde la Resolución ONU-UNESCO (2004), con Motrel y Lazzarini (2007) y abordados en Cuba por Roque (1997), Pascual (2006).
- *La Educación Popular*. Concepción pedagógica desarrollada por Paulo Freire, (1985) Brandão (1985), Betto (1998), Leff (1999).
- *La Educación Popular Ambiental*. Desplegada en la concepción del Centro Memorial Martin Luther King Jr , con Figueredo (2006) y Muñoz (2003).
- *La perspectiva científica de la complejidad y transdisciplinariedad* de Morín (1999), Delgado (2002), Martínez , Ortiz y González (2010)

Resultaron además muy valiosos los aportes de:

- *La concepción del diagnóstico* y la participación infantil en Mapa Verde, de (Hart (1993) y Bidar (2012).
- El *concepto de la Cultura Física sostenible :* Santana (2003) y Pascual (2006).
- La *visión del desarrollo local*, que sustenta el Centro de Desarrollo Local (CEDEL) de Cuba, a partir de Guzón, (2006), Limia (2006) y Espina (2006).
- Las experiencias en la formación de promotores ambientales en pueblos originarios y comunidades de gran vulnerabilidad de América Latina (Hojtman, 2005).

A continuación se sistematizan hasta la actualidad, en forma breve, importantes antecedentes y sus aspectos teórico-metodológicos esenciales que sustentan la formación de promotores ambientales para las actividades deportivo-recreativas.

Estas premisas para la implementación de esta alternativa cubana de enfrentamiento al cambio climático desde el sector deportivo parten de la consideración de:

1) *Las legislaciones ambientales en el deporte español*, donde se destaca la labor del Dr.C Gabriel Real Ferrer[3] .

2) *La necesidad de formar nuevos líderes y proyectos participativos para asumir el paradigma de la sostenibilidad* y el mejoramiento de la calidad de vida en el contexto urbano, de Antonio Borgogni (2009)[4]

3) *La presencia de promotores ambientales en las modalidades deportivo-recreativas.* Se refiere a la práctica en espacios naturales protegidos en la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada [5], el senderismo y las caminatas ecológicas en la Universidad de Costa Rica (Coto y Sojo, 2009) y los Campamentos de vacaciones integradas al Medio Ambiente. Despertando sentidos críticos y sustentables en Brasil de Chaar (2012)[6] y la formación de actitudes ambientales desde la recreación universitaria en Cuba (Fernández, 2011).

4) *La labor de educación ambiental de las investigaciones cubanas en Deporte y Medio Ambiente*. Considera básicamente a: *Santana (2003)* que centra su atención en la sostenibilidad del entrenamiento deportivo de la pirámide de alto rendimiento. No prepara promotores ambientales, más aporta la concepción del curso de capacitación como acción de educación ambiental formal a los profesionales del eslabón de base del deporte cubano; *Pascual (2006)* que aporta

---

[3] Profesor e Investigador Titular de Derecho Administrativo de la Universidad de Alicante. Reconocida personalidad internacional del Derecho Deportivo y Ambiental, Tutor de Juan Antonio Samarach- Presidente del COI- en su investidura como profesor Emérito de dicha Universidad. Real Ferrer visitó la capital cubana, en noviembre de 2008, invitado por la Unión Nacional de Juristas de Cuba al VIII Seminario Científico de Derecho, organizado en la Universidad de La Habana. En esa ocasión participó también en un intercambio científico con profesores e investigadores en el entonces ISCF Manuel Fajardo.

[4] Rector de la Universidad de Casino, Itália, en su artículo sobre Políticas Internacionales y Nacionales a las acciones sociales locales, publicado en Apunts Revista de Educación Física y Deportes 97, 3er trimestre

[5] En la FEDME están integradas las 17 federaciones cuyo ámbito territorial es el de una comunidad autónoma (Andalucía, Aragón, Baleares, Canarias, Cantabria, Castilla y León, Castilla-La Mancha, Cataluña, Comunidad Valenciana, Extremadura, Galicia, La Rioja, Madrid, Navarra, País Vasco, Principado de Asturias y Región de Murcia) y 2 que corresponden a ciudades autónomas: Ceuta y Melilla.

[6] (7) Traducido del portugués donde su nombre original es Colônias de Férias integradas ao Medio Ambiente. Despertando sentidos críticos e sustentáveis.

un valioso Sistema de Formación Ambiental para los profesores de la Educación Superior de la Cultura Física que incorpora la dimensión ambiental al proceso docente educativo desde la perspectiva de la sostenibilidad como estrategia para el desarrollo. Responde a la calidad de la educación desde la necesidad de la formación permanente. Toma como factor esencial y agentes de cambio del proceso pedagógico los estudiantes - profesores, estructuras de dirección, condiciones materiales del centro de formación, personal no docente del centro, familia, factores de la comunidad. Tampoco centra su atención en el desarrollo local, ni el enfrentamiento el cambio climático, pues eran aún necesidades sentidas en su tiempo; Armenteros (2008) elabora un Modelo para la integración estratégica de la dimensión ambiental al proceso de dirección y gestión deportiva en el sistema organizativo de actividad física y deportes de base en Camagüey, y diseña estrategias en su implementación. Realiza notables aportes en la preparación de recursos humanos del deporte y la actividad física y recreativa comunitaria, con énfasis en sus directivos e incorpora novedosos sistemas estratégicos al ámbito, desde una propuesta básicamente sectorial. Igualmente no hace explicita su aporte al desarrollo local sostenible, ni el empoderamiento de actores locales para enfrentar al cambio climático y Valladares (2011) desarrolla la experiencia del equipo Cuba GSA (Alianza Global del Deporte) en Pinar del Río, desde herramientas participativas de la EPA, estimula la protección de recursos naturales como el agua y desarrolla actividades de instrucción de sus colaboradores, a través de charlas educativas, talleres y audiovisuales, como una multimedia, que sirven de guía para confeccionar la Ecobandera su formato oficial del Centro Mundial GSA. En síntesis son todos proyectos valiosos, básicamente sectoriales, que no proclaman explícitamente entre sus objetivos, la formación de promotores ambientales para la actividad física comunitaria con vistas a favorecer el desarrollo local sostenible, el enfrentamiento al cambio climático, ni la prioridad del trabajo con sectores más vulnerables, vigentes en la investigación que aquí se presenta.

5.- *La necesidad de promover la protección de los ecosistemas y el respeto de la bio-socio diversidad.* Presente en la mayoría de los estudios consultados

6) *La participación de actores locales*. Por sus contenidos políticos, ideológicos y éticos en el contexto histórico social en se proclama el objeto de esta investigación, según Muñoz (2003) y León (2013)

7) *La asunción de la comunicación para el desarrollo*. A través de mensajes educativos, para diferentes grupos sociales Muñoz (2003).

8) *La importancia estratégica de contribuir al desarrollo comunitario local*, presentes en los estudios de Espina (2006) y Schumacher (1999)

9) *La pertinencia de promover la modificación de las percepciones ambientales en los actores locales*. Imprescindible para atender al objetivo y las variables de esta investigación a partir de asumir la complejidad ambiental (Leff, (1995),

10) *La inclusión a partir de la atención priorizada a los grupos humanos más vulnerables*, desde la participación e integración intersectorial (Hojtman,(2005), y la Agenda 21 del COI (1999).

11) *La preparación para la mitigación y adaptación al cambio cli*mático. Procesos impostergables por ser un país insular, antes de que el riesgo se convierta en desastre. (Roque (1997). Premisa actualmente descrita en la Tarea Vida, prioridad para todos los sectores y ámbitos de la sociedad cubana.

12*)* *La inevitabilidad de asumir la perspectiva transdisciplinaria.* La educación ambiental es un tema transversal tratado por diferentes miradas, mas hoy corresponde "la difícil tarea de huir de la simplificación, no reduciendo al ser humano a sus aspectos naturales ni separarlos de su ambiente. Así, para entender el medio ambiente y su relación con la educación física, es necesario superar la tradición cartesiana y buscar caminos que privilegien la complejidad, "pues el cuerpo solo puede ser comprendido a partir de su integración en la estructura global". (Rezende, 1990) en (Guimarães, 2007) en León (2013)

13) *La incorporación el enfoque integrador de la Bioética*. Tal como destacan estos autores ¿Cómo podemos pensar en salud o en calidad de vida sin pensar en un ambiente saludable? ¿O proponer prácticas en educación física sin tener en cuenta la calidad del ambiente en el cuál estas son realizadas? Farías (1995), Costa (1997) en (Simone, et al, (2007)

14) *La incorporación de la educación ambiental desde concepciones anti hegemónicas*, como la EPA, para deconstruir y deshegemonizar estilos de vida que responden a modelos de desarrollo dominantes para construir estilos de vida sostenibles. (Figueredo (2008)

Atender a las premisas anteriores permite abordar en forma multilateral las aristas que comprende la formación de estos lideres ambientales en el deporte y al actividad física comunitarias, en tiempos de globalización neoliberal y crisis ambiental global.

Asimismo la formación de promotores ambientales para la actividad deportivo-recreativa en la comunidad facilitaría el fortalecimiento de notables proyectos profesionales nacionales o latinoamericanos sobre el objeto a tratar, reclamando la necesidad de vincular estas prácticas deportivo-recreativas comunitarias a su contexto ambiental. Tales son los casos el Proyecto de Actividad Física Comunitaria "Por la vida" del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) de Cuba, los programas de capacitación impartidos en emblemáticos centros de educación de recreadores y profesores comunitarios como FUNILIBRE , de Bogota, Colombia, Lazer na América de la Universidad Federal de Minas Gerais, Brasil que no reflejan, en forma explícita la incorporación de la dimensión ambiental, ni la formación de promotores ambientales.

La modelación integra del objeto de esta investigación exige una mirada científica diferente, para abordar la complejidad de procesos que son bio-psico-sociales (ambientales). Una visión integradora, holista, transdisciplinaria, que enfrente las incertidumbres y no separe los procesos de sus contextos; una ciencia comprometida éticamente con el desarrollo sostenible. León (2010)

Esta propuesta sintetiza a varios estudios antecedentes de la Tarea Vida en el ámbito deportivo y recreativo cubano, por lo que se propone como una alternativa cubana de fácil implementación en el ámbito de la actividad física comunitaria en Cuba y la región latinoamericana y caribeña. Asume la concepción de la Cultura Física sostenible (Santana, 2003) y Pascual (2006) y la enriquece, desde las

tecnologías de la información y las comunicaciones, y contextualiza el sistema de formación ambiental a la actividad deportivo-recreativa en la comunidad, en un nuevo escenario, la inevitabilidad de atender a los inminentes impactos del cambio climático y la urgencia de atender al desarrollo local sostenible.

El estudio logra especial actualidad cuando la realidad reciente de Cuba y el Caribe exige atender desde cada sector o ámbito de la sociedad los nuevos peligros, a la vulnerabilidad y los riesgos que emanan del incremento en la frecuencia e intensidad de los eventos extremos en la región.

Conclusiones

Al determinar la necesidad de asumir el proceso de formación de promotores ambientales en la actividad deportiva-recreativa comunitaria corresponde precisar que:

- Los fundamentos teórico-metodológicos son la concepción del desarrollo sostenible desarrollada por el COI y el ámbito científico cubano: los principios de la Educación Ambiental para la sostenibilidad y el enfoque transdisciplinario de la Educación Popular Ambiental.
- El nivel de respuesta que existe respecto al problema a investigar es aún insuficiente, pues este se encuentra en fase de formación y su naturaleza compleja requiere de un enfoque holista y transdisciplinario que favorezca des la actividad físico-deportiva, el desarrollo local sostenible y la adaptación al cambio climático.
- La formación de promotores ambientales comunitarios en la actividad deportivo-recreativa, requiere de una estrategia participativa que asuma los valores olímpicos y humanos de la Agenda 2020 del COI y rebaza el contexto cubano para erigirse como propuesta viable para países insulares y regiones costeras de Latinoamérica y el Caribe, así como de regiones de similar vulnerabilidad y riesgos de otros continentes.

Referencias bibliográficas.

Armenteros Pimentel, M. L. (2008). Modelo de integración estratégica de la dimensión ambiental en el sistema organizativo de actividad física y deportiva de base. Tesis

presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física, UCCFD Manuel Fajardo. La Habana.

Bidart Cisneros, L, Rodríguez, M L; Velázquez, D (2006). Mapa Verde: una mirada al desarrollo local. Publicaciones Acuario Centro Félix Varela, Iconos Mapa Verde, Modern World Design. La Habana.

Borda, FO; Rodríguez Brandao, C.(1991)"Investigación participativa. Instituto del hombre, Ediciones Banda Oriental. Montevideo.

Borgogni, A. (2009). "De las políticas internacionales y nacionales a las acciones sociales locales. Apunts Educación Física y Deportes, 97, 3er trimestre de 2009, Catalunya.

Capacitación a promotores ambientales municipales. Disponible en: www.elchubut.com.ar [consultada el 25 de febrero de 2012]

Carvalho, Y, León Martínez, S (2011). A Educação física e a saúde da sociedade desde a perspectiva transdisciplinaria en Portal Educación Física e Saude Coletiva. Universidad de Saõ Paulo. Disponible en: www.pes.incubadora.fapes.br [consultada el 15 de abril de 2010]

Chaar Bahia, M. A.(2010). Políticas Públicas de Lazer: relações entre médio ambiente (Vol. 1). Manaus, Amazonas, Brasil, Editora da Universidade Federal do Amazonas (EDUA)

Chimbote. (2012). Curso Formación de Promotores Ambientales Medio Ambiente Natura Chimbote 24/09/2012 from natura funciona sobre la plataforma social Bligoo . Disponible en:
http://natura1.bligoo.com/tag/cursoformacionpromotoresambientalesmedioambientenaturachimbote [consultado el 2 de diciembre de 2002]

COI (1999). Manual de Deporte y Medio Ambiente (Vol. 1). Lausanne, Suiza. Disponible en: www.coc.org.co/sites/default/files/Deporte%20y%20Medio%20Ambiente%20-%20COI.pdf [consultado el 12 de julio de 2010]

Coto Vega, E. L. Sojo, B (2009). El senderismo como actividad física educativa en el medio natural. CD Memorias de AFIDE (2009). La Habana.

Crispín Castellanos, D(2010) Metodología para realizar caminatas ecoturísticas en la Isla de la Juventud: como recreación sana y sostenible aparece en Revista Acción electrónica. No.12, 44 - 49. Disponible en : http://portal.inder.cu/revistas/accion/ficheros/Accion12.pdf [consultada el 12 de
enero de 201]

Delgado Díaz, C. J. (2002). Complejidad y Educación Ambiental. Universidad de La Habana. Material en html.

Dirección de Educación Física y Salud. (s/f) Proyecto de Actividad Física Comunitaria “Por la vida” Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER).

Figueredo, J (2008). La Educación Popular Ambiental, una propuesta contrahegemónica. (pps. 319-351 ed., Vol. I en: Alejandro, M. et al. ¿Qué es la Educación Popular? Editorial Caminos. La Habana

Guzón Camporredondo, A. (Ed.). (2006). Desarrollo local en Cuba. Retos y perspectivas. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Editorial Academia. La Habana.

Hojtman, R. M. (2005). Proyecto Eco-pedagógico de promotores ambientales comunitarios para la sustentabilidad. Facultad de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales (UADER). Subsecretaría de Ambiente - Municipalidad de Paraná' AGMER . Entre Ríos. Fundación Eco Urban. Disponible en: http://www.proyectotierra.org.ar/archivos/ef658fbd486f064ef7a42ee7baae757a.doc. [consultado el 11 de mayo de 2012]

León Martínez, S (2006a).Ambiente y prácticas físicas como expresión de salud en el municipio Cerro. Unpublished. Tesis presentada en opción al título académico de Máster en Medio Ambiente y Desarrollo Mención: Ambiente, Sociedad y Salud. Universidad de La Habana.

. .....(2006). Cuba: un estadio limpio. Potencialidades y retos para alcanzar la sostenibilidad ambiental en la esfera de la Cultura Física. Revista Acción Disponible en: http://portal.inder.cu/revistas/accion/ficheros/Accion3.pdf [consultada el 30 de noviembre de 2011]

……(2010) Deporte y medio ambiente: La encrucijada de los decisores”. Exploración sobre el conocimiento y percepción ambiental en decisores del sector. En Revista Acción No. 12 (electrónica), 44-49.Retrieved from http://portal.inder.cu/revistas/accion/ficheros/Accion12.pdf [consultada el 30 de noviembre de 2011]

……. (2013) La formación de promotores ambientales comunitarios para la actividad físico-deportiva. Tesis presentada en Opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física

Limia David, M. (2006). Prólogo del libro de Ada Buzón Desarrollo local en Cuba. Retos y perspectivas. La Habana. In E. Academia

Martínez Álvarez, Fidel. (2011). Fundamentos epistemológicos para la construcción de una Educación transdisciplinaria en Cuba. Tesis de Doctorado. La Habana: Centro de Perfeccionamiento de la Educación Superior de la Universidad de la Habana. Disponible en:
http://revistas.mes.edu.cu/greenstone/collect/repo/index/assoc/D9789591/618771.dir/9789591618771.pdf [consultado el 10 de octubre de 2012]

Motrel, A, Lazzarini, B. (2007). La educación para la sostenibilidad. Del Observatorio para la Educación para el desarrollo sostenible (EESD-Observatory UPC) y la Cátedra UNESCO de la Sostenibilitat, de la Universitat Politécnica de Catalunya Disponible en : http://portalsostenibilidad.upc.edu/detall_01.php?numapartat=3&id=198
[consultado el 10 de enero de 2009]

Muñoz Campos, M. (2003). Educación Popular Ambiental para un desarrollo rural sostenible. Tesis en opción al grado científico de Doctora en Ciencias de la Educación, Universidad de La Habana. No publicado

_____ (2006). Educación y desarrollo sostenible en Educación Popular y
Educación Popular Ambiental: un posicionamiento único de Caballero Hernández, R; Nora, C; Muñoz, M. Editorial Caminos. La Habana.

Pascual Rodríguez, R (2006). Sistema de formación ambiental para los profesores de la Educación Superior de la Cultura Física. Ciudad Habana. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física, UCCFD Facultad de Cultura Física de Villa Clara. No publicado

Real Ferrer, G. (2008). El deporte y el medio ambiente. Disponible en:
http://www.iusport.es/opinion/real0798.htm [consultado el 30 de mayo de 2008]

Roque M. (1997).La Educación Ambiental: acerca de sus fundamentos teóricos y metodológicos. Cuba Medio Ambiente y desarrollo. Revista electrónica de la
Agencia de Medio Ambiente. 24 de febrero del 2003. La Habana

Santana Lugones (2003) La contextualización de la Dimensión ambiental en el
proceso de formación de los profesionales del eslabón de base del deporte de alto rendimiento. La Habana. Tesis de grado en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física, ISCF Manuel Fajardo.

Schumacher, D. (1999). Siete principios del cuidado ecológico. Los imperativos del desarrollo comunitario en C. Delgado Díaz (Ed.), Cuba Verde, en busca de un modelo para la sostenibilidad en el siglo XXI (pp. 243-252). La Habana: Editorial José Martí.

Valladares Fuente, et alt (2011) Multimedia Instructivo divulgativa para fortalecer la labor del equipo de Alianza Global del Deporte de Cuba (GSA) ponencia al II Taller Internacional de la IV Convención AFIDE 2011.

Figueredo Reinaldo, O; Doimeadios Guerrero, D (2017) Tarea Vida: ¿Cómo enfrentará Cuba el cambio climático? http://www.cubadebate.cu/especiales/2017/05/16/tarea-vida-como-enfrentara-cuba-el-cambio-climatico-video/#.WcfOA8axW1s [Consultado el 20 de septiembre de 2017]

Titulo: La Marcha de Orientación para los escolares con retraso mental.

Autores:

MSc. Reymer Sánchez Alberich. Profesor Asistente.

Dra. C. Nordis Sánchez Quintero. Profesor Titular.

Institución: UCCFD “Manuel Fajardo”

País: Cuba

Resumen

Las acciones metodológicas para la Marcha de Orientación responden a la necesidad de introducir modificaciones en las actividades físico-recreativas para trabajar el proceso correctivo-compensatorio. Para ello se propone como objetivo elaborar acciones metodológicas para la participación de los escolares con retraso mental en la Marcha de Orientación que tenga en cuenta las exigencias actuales de la Educación Especial y sus disímiles características psicopedagógicas, al prepararlos a los profesores para impartir la actividad y a los escolares que tribute a su desarrollo motriz. En la tesis se determinaron antecedentes históricos, referentes teóricos y metodológicos que sustentan el objeto de estudio, así como se caracterizó la muestra seleccionada con la aplicación de métodos del nivel teórico, empírico y matemático. Los resultados obtenidos con el diagnóstico realizado, permitieron revelar la necesidad de elaborar acciones metodológicas para la Marcha de Orientación que constituye el aporte práctico de la investigación y a su vez como herramienta necesaria para contribuir a la participación de los escolares con retraso mental. La novedad científica se manifiesta en el establecimiento de un proceder teórico-metodológico y práctico, que posibilita la participación de los escolares con diagnóstico de retraso mental leve en la Marcha de Orientación sustentado en las teorías desde la perspectiva de la educación especial y las actividades recreativas. Las acciones metodológicas para la Marcha de Orientación fueron aceptadas por las especialistas, corroborado por los fundamentos en que se sustenta la propuesta, los beneficios que brindan la recreación y las características de la muestra.

Introducción

Las actividades físico-recreativas no solo tienen el gran valor del crecer biológico como aspecto esencial en la vida del hombre, sino también a los procesos psíquicos derivados de la propia actividad; ya que se tiene en cuenta las características del entorno, así como los gustos, preferencias, motivos, intereses y necesidades de los escolares, los cuales van alcanzando un nivel de maduración en el mismo proceso de funcionamiento orgánico e interrelación con el medio y sus coetáneos.

De ahí que, la existencia de personas que presentan necesidades educativas especiales fundamentalmente en el área intelectual se remonta a épocas alejadas en el tiempo, sin embargo, la naturaleza exacta de esta condición, su identificación científica, así como las actitudes sociales que se presentan hacia las mismas, han cambiado frecuentemente en su devenir histórico.

De esta manera la práctica sistemática de actividades físico-recreativas ayuda al equilibrio biológico, psicológico y social que demanda el escolar con retardo mental para su desenvolvimiento en la vida.

Relacionado con esto, Wroczynsky M. (1977) citado en Petroski V, (1980), plantea: “la educación fuera de la escuela constituye una institución educativa intermedia entre la escuela y la casa”. Por todos sus valores educativos las actividades recreativas deben ser consideradas como medio de trabajo fundamental en el tiempo libre, especialmente en lo que se refiere al trabajo con los escolares y su correcta utilización trae consigo a una incidencia en la formación y desarrollo de los hábitos motores.

En Cuba la educación especial tiene como primordial función social, garantizar la incorporación de los niños con necesidades educativas especiales a la sociedad y su vinculación con el resto de los niños a un mismo tipo de escuela, tendencia actual por la que se trabaja en el Sistema Nacional de Educación y Salud, donde la educación física y el deporte juegan un papel primordial.

La escuela cubana interactúa en todos los aspectos del desarrollo de los escolares y como novedad significativa del proyecto pedagógico asume las potencialidades de los escolares con necesidades educativas especiales asociada o no a

discapacidades. Es importante que no se excluya a nadie y que se asegure en la vida el ejercicio pleno del derecho de los ciudadanos.

Para ello el proceso se rige por programas los cuales se emplean en el Sistema Nacional de Educación, a estos se le hacen adecuaciones según las características del escolar como en el caso de los que presentan retraso mental leve.

Actualmente la recreación física, ha adquirido un reconocimiento e importancia en la vida del hombre, es bueno ensayar un camino para lograr mejores resultados en la tarea de hacer llegar sus beneficios a todos los seres humanos. Por lo que todos los escolares precisen del estímulo para el correcto desarrollo de las capacidades motrices, cognitivas, emocionales y adaptativas. Los escolares con necesidades educativas especiales no están exentos de ello.

Uno de los aspectos que más preocupa a los psicólogos y pedagogos en la actualidad es la utilización del tiempo libre. La escuela y otras instituciones sociales deben asumir la responsabilidad de despertar el interés por las actividades físico-recreativas como oportunidad para la participación colectiva, sana y constructiva de toda la población, especialmente de escolares y si se trata de necesidades educativas especiales (NEE), su connotación es mayor por su contribución al proceso correctivo-compensatorio.

A partir de varias visitas realizadas a la Escuela Especial ¨José Briñas¨ se ha podido determinar que son insuficientes las actividades recreativas organizadas y adaptadas que allí se ofertan, es por eso que podemos plantear que carecen de orientaciones metodológicas específicas dirigidas a la participación de los escolares con retraso mental.

Los aspectos anteriormente expuestos evidencian la siguiente **situación problemática:** la escasa participación de los niños con retraso mental en la marcha de orientación y la necesidad de buscar vías para lograrlo en el contexto psicopedagógico como contribución al trabajo correctivo- compensatorio.

Ante las dificultades planteadas se pudo definir como **problema científico:** ¿cómo contribuir a la participación de los escolares con retraso mental en la Marcha de Orientación?

Con vista a solucionar el problema se propone como **objetivo general:** elaborar acciones metodológicas para la participación de los escolares con retraso mental en la Marcha de Orientación en contribución al trabajo correctivo- compensatorio.

Para el desarrollo de la investigación se trazaron los siguientes **objetivos específicos.**

1. Sistematizar los referentes teórico-metodológicos del proceso de Recreación Física en escolares con retraso mental leve.
2. Caracterizar el estado actual de la participación de los escolares con retraso mental leve en la Marcha de Orientación.
3. Elaborar acciones metodológicas para la participación de los escolares con retraso mental en la Marcha de Orientación.
4. Valorar por especialistas la pertinencia de las acciones metodológicas en la práctica pedagógica.

Los **métodos** a utilizar en el desarrollo de la investigación están determinados a partir del objetivo general y los objetivos específicos de la misma.

- Métodos del nivel teórico: *Revisión bibliográfica, Análisis y síntesis, Inductivo-deductivo, Sistémico-estructural-funcional*
- Métodos y técnicas de nivel empírico: *Observación, Análisis documental, Técnica de entrevista, Criterio de especialistas*
- Método matemático: *Cálculo porcentual*

Palabras Claves

Para Pérez, A. (2003) define la **Recreación** como un conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

Rubeinstein, S. (1979) describe el **retraso mental** como un estado del individuo en el cual se producen alteraciones de los procesos psíquicos en general, fundamentalmente en la esfera cognoscitiva, los cuales son estables y se deben a una lesión en el SNC de carácter difuso e irreversible y etiología genética, congénita o adquirida.

Se realizó un diagnóstico del estado actual del objeto de investigación y se fundamentan las acciones metodológicas que se proponen para la participación de los escolares con retraso mental perteneciente a la escuela especial ¨José Briñas¨ por medio de la Marcha de Orientación a partir de los referentes teóricos abordados anteriormente.

Población y muestra

La población está integrada por 20 escolares con retraso mental de la escuela especial José Briñas. Fueron seleccionados de forma intencional una muestra de 20 escolares distribuidos en 11 hembras y 9 varones con una edad comprendida entre 10 y 11 años de edad lo que representa el ciento por ciento.

Características del grupo

Una vez realizada la revisión de los expedientes de los escolares de quinto grado se pudo resumir como principales características del grupo:

- Afectada la memoria de fijación al presentar insuficiente volumen de la atención a partir del déficit de la concentración.
- Dan respuestas desacertadas, omite y sustituye elementos, pobreza de ideas, escasos empleos de elementos gramaticales.
- Dificultades en la coordinación visimotora, el control muscular, no son capaces de orientarse en el medio, plano y tiempo.
- Psicológicamente se muestran muy intranquilos, no obedecen las órdenes de los adultos, caprichosos, poco comunicativos, negativos, inseguros, dependientes y pierden el interés escolar.
- Tiene una zona estrecha de desarrollo. Torpeza motriz .Algunos viven en ambientes desfavorables y su familia presenta problemas con su manejo y enseñanza.

En sentido general se detectan **fortalezas** tales como: la excelente comunicación que prima entre los escolares y el profesor de Educación Física, su profesionalidad, es capaz de enfrentar acciones integradas, a partir de orientaciones precisas que garanticen su efectividad en función del trabajo

correctivo-compensatorio. Atienden a las características individuales de los escolares por lo que se declara a tono con las exigencias de la pedagogía contemporánea y la concepción actual de la Educación Especial. Aún de todas formas considero que se detectan **insuficiencias** dirigidas a orientaciones específicas en la participación de las actividades físico-recreativas en algunas actividades.

En resumen que el análisis del instrumento aplicado para el diagnóstico del estado actual, arrojó que los escolares se encuentran en condiciones de realizar actividades físico-recreativas siempre y cuando se adapten a sus características.

Una vez concluido el proceso de valoración del resultado de la observación, el autor considera la necesidad de implementar una propuesta que dé solución al problema científico declarado.

Fundamentación de las acciones metodológicas para la de Marcha de Orientación en los niños con retraso mental leve de la Escuela Especial ¨José Briñas¨.

Las acciones metodológicas se concretan en un sistema de conocimientos resultantes de la interpretación y sistematización de las teorías existentes, en que se basa el retraso mental direccionado por la teoría histórico-cultural de L. S. Vigotski (La Zona de Desarrollo Próximo), la mediación, el trabajo en grupo y la relación entre lo afectivo y lo cognitivo).

El método sistémico-estructural-funcional se emplea para dar armonía, relaciones internas y estructura a las acciones metodológicas, elaboradas y argumentadas con actualizados enfoques teóricos y la experiencia del propio investigador.

El objetivo principal del trabajo es lograr la participación de los escolares con retraso mental y a su vez trabajar en el proceso correctivo-compensatorio mediante su protagonismo en la toma de decisiones, de acuerdo con lo aprendido, a partir de sus propios recursos y potencialidades.

Las acciones metodológicas que se proponen presentan determinadas características que le aportan el enfoque diferenciador:

Variadas: posibilitan la incorporación de otros elementos y asumir cambios para su perfeccionamiento.

Integradoras: brindan la oportunidad al profesor de integrar conocimientos teóricos y prácticos para el desarrollo y su similar influencia en los niños.

Flexibles: vistas como la posibilidad de ser utilizadas las actividades físico-recreativas en el tratamiento del trabajo correctivo-compensatorio, además las acciones metodológicas de la propuesta se pueden modificar a partir de la creatividad y las habilidades de los que lo aplican.

Dinámicas: propician la acción y genera un movimiento desarrollador a los implicados en la aplicación del sistema.

Desarrolladoras: permiten elevar de manera cualitativa las potencialidades de los escolares en el proceso formativo.

Según el breve diccionario de la Lengua Española, del Instituto de Literatura y Lingüística, Biblioteca Familiar, Acción: efecto de hacer, acto, hecho, operación.

Acción: ejercicio de la facultad de actuar. Efecto de hacer. Transformación a influjo de una persona o cosa sobre otra. Se dice del verbo que expresa actividad del sujeto.

Según el Gran Diccionario de la Lengua Española, metodología es el método o procedimiento que se usa en una investigación científica o en una exposición doctrinal. El autor a los efectos de la propuesta, asume como: **acciones metodológicas:** a la forma de actuar utilizando procedimientos científicos para transformar el modo de actuación de los escolares, bajo la influencia de las actividades.

Las acciones metodológicas para la Marcha de Orientación propuesta, tienen entre las bases que las sustentan, los contenidos esenciales y sus componentes de la teoría psicomotriz, estos son:

1.- Esquema corporal y lateralidad; se reflejan en el trabajo que deben realizar las docentes en formación para lograr la ejercitación motriz de las diferentes partes del cuerpo, los órganos sensoriales, las articulaciones y los ejes de simetría.

2.- La coordinación motriz se observa en las exigencias constantes de los juegos realizados, sobre la necesidad de la coordinación dinámica de los movimientos

que se proponen en las actividades como: el equilibrio, el control y postural, entre otros.

3.- Estructuración espacio-temporal se aprecia en la propuesta a través del cuidado y orientación constante por parte de los profesores sobre los elementos que la componen, conceptos espaciales, en la preparación y explotación adecuadas de los espacios disponibles, conceptos temporales en la utilización del tiempo preciso, atendiendo a factores biológicos, fisiológicos, ambientales y psicológicos, que determinan la relación entre el trabajo y el descanso, al ejecutar la Marcha de Orientación, como elemento motivador, que propicia calidad en las actividades y evite la fatiga.

La propuesta de acciones metodológicas de la Marcha de Orientación como actividad físico recreativo pretende contribuir de forma directa con el desarrollo integral de los escolares con retraso mental y favorece la integración de estos. La labor correctiva y estimuladora de la preparación física se hace en diferentes momentos empezando con la realización de juegos recreativos. Hay que recordar que los escolares con retraso mental presentan dentro de sus principales características afectaciones con la atención involuntaria y voluntaria fundamentalmente, donde el volumen de este proceso es muy reducido y el campo visual que los caracteriza es estrecho, alcanzando a captar algunos estímulos, no son capaces de concentrarse en una tarea. Si está mucho tiempo, son inestables y se agotan con facilidad.

No son capaces de concentrarse en una tarea, si requiere de mucho tiempo, son inestables y se agotan con facilidad. En las percepciones se caracterizan por ser lentos y las conexiones nerviosas temporales son débiles y desorganizadas Tienen tendencia a la fijación mecánica., no consciente en cuanto a memoria se trata.

El pensamiento en el escolar con retraso mental va a estar dado por un insuficiente desarrollo del conocimiento sensorial, es incompleto, fragmentado, desorganizado, debido fundamentalmente a la afectación del lenguaje, lo cual

repercute en el pensamiento lógico-verbal que es pobre y limitado. Observan los objetos de forma desorganizada.

El lenguaje tiene un desarrollo tardío de esta área provocado por dificultades en la actividad nerviosa superior, Lo que trae como consecuencia lentitud en la formación de los nuevos reflejos condicionados y dificultades en su diferenciación.

Las características antes mencionadas son resultados expuestos por Gonzales Moreno (2010) que demuestran y exigen la necesidad del perfeccionamiento del profesor en su labor como parte fundamental del proceso-correctivo compensatorio.

La complejidad de los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como la inmensa diversidad de las situaciones en las que se desarrollan los escolares con necesidades educativas especiales, hacen que la existencia de soluciones globales al problema de la enseñanza, resulten absolutamente utópicas.

Según Sánchez Quintero, N. (2014) en su obra Concepción Pedagógica afirma que la realización de actividades físicas, deportivas y recreativas adquieren gran importancia en el tratamiento correctivo-compensatorio porque además de tener un carácter pedagógico, cumplen funciones sociales, permiten las relaciones entre compañeros, la participación con la familia y la comunidad.

El proceso pedagógico de la Educación Física Especial incluye las actividades motrices curriculares y extracurriculares encaminadas al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico de los escolares, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional de su organismo, de la formación y el mejoramiento de sus habilidades motrices, de la adquisición de conocimientos y del desarrollo de sus capacidades morales y volitivas, que tributen al proceso correctivo-compensatorio

La Marcha de Orientación es una actividad físico-recreativa que tiene gran aceptación en los niños. La misma consiste en desplazarse por un itinerario de acuerdo al significado de las pistas y señales que se van a encontrar durante la marcha y que indican la conducta a seguir por los participantes en cada momento hasta llegar a la meta. Para ello se requiere del conocimiento de las pistas y señales.

La propuesta se sustenta en los principales presupuestos que rigen la teoría de la actividad pedagógica, deportiva y recreativa en Cuba la cual rige el proceso enseñanza aprendizaje tomando como imprescindibles, aquellos fundamentos filosóficos, sociológicos, psico-pedagógicos, didácticos y recreativos que se advienen concretamente a su concepción. A continuación se sintetizan estos fundamentos.

Fundamentos filosóficos. La filosofía que sustenta esta propuesta es la del materialismo dialéctico e histórico, concretada en la política educativa llevada a cabo por la Revolución Cubana a lo largo de su historia y especialmente la que se ha derivado de la Recreación para el pueblo y con el Inder para propiciar la práctica del deporte y la recreación como forma de mejorar la calidad de vida de todo ciudadano.

Fundamento sociológico. Las acciones metodológicas fueron elaboradas bajo concepciones sociológicas en las que se fomentan las relaciones interpersonales, el intercambio, valores como el colectivismo, la amistad, el uso de la crítica y la autocrítica.

Fundamentos psico-pedagógicos. Desde el punto de vista pedagógico se argumenta la importancia de un escolar activo, a partir de la independencia motriz que adquieran gradualmente, de acuerdo con sus posibilidades y potencialidades. Además se resalta el rol orientador y facilitador del docente para que se logre un proceso instructivo, educativo y desarrollador, mientras que lo psicológico se sustenta en la teoría histórico-cultural vigotskiana, principalmente en lo referente al proceso correctivo-compensatorio y la zona de desarrollo próximo.

Estos postulados centrales de la Pedagogía Especial fortifican el proceso de las actividades físico-recreativas y contribuyen a la preparación de estos alumnos para su integración social en correspondencia con los objetivos de la educación cubana: la formación de las nuevas generaciones y el inevitable vínculo institucional con la sociedad.

Fundamentos didácticos

El enfoque histórico –cultural de L.S. Vigotsky y sus colaboradores se centra en el desarrollo integral de la personalidad, que sin desconocer el componente biológico

del individuo, lo concibe como un ser social cuyo desarrollo va a estar determinado por la asimilación de la cultura material y espiritual creadas por la generaciones precedentes.

Estas posturas le imprimen a la dirección del proceso de las actividades físicas deportivas características especiales en cuanto a la organización y exigencias pues reúne potencialidades importantes para el logro del desarrollo de la personalidad, siempre que se proyecte como actividad que le permita a los escolares de quinto grado con retraso mental un papel activo, reflexivo y que se organicen teniendo en cuenta la posibilidad de interacción entre los mismos, como el proceso inicial donde aparecen los procesos psicológicos.

Fundamento recreativo. Se sustenta en los fundamentos teóricos–metodológicos de la recreación Pérez A. (2003), mediante los elementos constituyentes del fenómeno recreativo, las características socio-psicológicas y sociopolíticas. Mediante este se promueve las actividades profilácticas y de mantenimiento de la condición física así como su importancia social como ente socioeducativo.

Por lo antes expuesto se hace necesaria la elaboración de una propuesta de acciones metodológicas para la Marcha de Orientación como una actividad físico-recreativa para los escolares con retraso mental de la escuela especial ¨José Briñas¨.

Acciones metodológicas para la Marcha de Orientación en escolares con retraso mental

Para la elaboración de la propuesta se tuvieron en cuenta las siguientes **etapas** de trabajo.

- Etapa 1- Diagnóstico del estado actual de los escolares con retraso mental.
- Etapa 2- Elaboración de las acciones metodológicas para la Marcha de Orientación.
- Etapa 3- Preparación a los profesores y ejecución de las acciones metodológicas.
- Etapa 4- Valoración de la propuesta.

La propuesta acciones metodológicas para la enseñanza de la Marcha de Orientación para escolares con retraso mental está estructurado de la siguiente forma:

- Objetivo general
- Momentos
- Acciones metodológicas:
- Pasos
- Consideraciones generales.

Basado en los criterios de Sánchez N. (2014) y la experiencia del autor proponemos la Marcha de Orientación como una actividad recreativa adaptada para escolares de quinto grado con retraso mental.

Objetivo General

Propiciar la participación de los escolares de quinto grado con retraso mental leve en la Marcha de Orientación.

Parámetros que se tuvieron en cuenta para la realización de las acciones metodológica en la Marcha de Orientación.

Metodología para la confección de acciones metodológicas, características de la muestra según el expediente clínico (CDO), métodos productivos, características de las áreas de la escuela, utilización de colores, tamaño de las pistas.

- **Acciones metodológicas** para la participación de los escolares con retraso mental en la Marcha de Orientación.

Momento 1. Acciones generales para la enseñanza de la marcha de orientación.

Acciones 1. Preparación y creatividad para dar tratamiento al contenido de la Marcha de Orientación.

Momento 2. Acciones metodológicas dirigidas a los escolares.

Acción 1: Juegos recreativos para fortalecer la Marcha de Orientación.

Acción 2. Metodología de la enseñanza de la Marcha de Orientación.

- Reglas para el trazado de las pistas.
- Reglas para su rastreo
- Evaluación

Acción 3. Participación de los escolares en la integración social

Consideraciones generales para la aplicación de la propuesta.

Valoración de la propuesta de las acciones metodológicas para la Marcha de Orientación elaboradas.

Con el propósito de valorar la pertinencia de la propuesta el autor se apoyó en las experiencias pedagógicas de profesores y directivos de la escuela especial así como del criterio de especialistas con el objetivo de constatar la pertinencia de la misma.

El método de criterios de especialistas se realizó con el objetivo de valorar las posibilidades de aplicación de la propuesta de Marcha de Orientación en los niños con retraso mental leve de la Escuela Especial ¨José Briñas¨.

Con vista a valorar la propuesta elaborada, se sometió, al criterio de especialistas a 16 profesores (7 del Departamento de Recreación de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte ¨Manuel Fajardo¨, 5 del Departamento de Cultura Física Terapéutica de la UCCFD ¨Manuel Fajardo¨ y 4 de la Escuela Especial ¨José Briñas¨.

De los 16 especialistas consultados la investigación 2 son Doctores en Ciencia, 7 son Máster, 4 Especialistas y 3 Licenciados. Otros aspectos que el autor tuvo en consideración fueron los años de experiencia de cada uno de ellos que están comprendidos entre los 7 y 43 años para un promedio de 28 años.

A continuación se demuestran los resultados del análisis realizado a la encuesta hecha a los especialistas:

Funcionalidad. El 50% de los especialistas valoran muy adecuada la propuesta ya que se considera que las acciones metodológicas para la Marcha de Orientación puede lograr la participación de los escolares con retraso mental, por lo que se cumplía con el objetivo con que fue diseñada, mientras el otro 50% la consideraba desde su punto de vista adecuado.

Factibilidad. El 50% la valoran de muy adecuada por sus facilidades para la aplicación ya que posee una estructura flexible y acorde a las características de los escolares con retraso mental, además de su cuidado en la elaboración de las acciones metodológicas y el otro 50% de los especialistas marcaban por adecuada.

Correspondencia. El 62% valoraron de muy adecuada la propuesta diseñada ya que contribuye a mejorar la calidad de vida de los escolares con retraso mental a partir del trabajo correctivo compensatorio, no sólo en bienestar físico, sino también, desde el punto de vista psicológico y solo un 38% lo juzgaban por adecuada.

Pertinencia. El 62% considera posible la aplicación de la propuesta de acciones metodológicas para la Marcha de Orientación por la facilidad que ofrece su metodología para ser aplicada y el 38% la consideran adecuada.

El enjuiciamiento dado por los especialistas para determinar sus valoraciones acerca de la propuesta de Marcha de Orientación para niños con retraso mental es considerado por el autor como satisfactorio a partir de los resultados arrojados en las encuestas aplicadas. El autor asume las sugerencias emitidas por los mismos sobre la propuesta de Marcha de Orientación para niños con retraso mental leve de la Escuela Especial ¨José Briñas¨.

Conclusiones

1. La fundamentación de los aspectos teóricos y metodológicos permitió asumir conceptos elementales en la investigación los que sustentan significar los múltiples aspectos que inciden en la Recreación Física en escolares con retraso mental, esencialmente para la participación de los escolares con retraso mental en la Marcha de Orientación.
2. La caracterización del estado actual de las actividades físico recreativas en escolares de quinto grado con retraso mental corroboró la necesidad de la propuesta de acciones metodológicas para la participación de la Marcha de Orientación como contribución al proceso correctivo- compensatorio.
3. Las acciones metodológicas propuestas se fundamentan en la teoría histórica cultural de Vigotski, en lo relacionado con el trabajo correctivo-compensatorio y en los elementos teóricos sobre la Recreación Física.

4. Las acciones metodológicas son consideradas como pertinentes según la valoración de los especialistas seleccionados pues da solución al problema científico declarado con su puesta en práctica.

Bibliografía

1. Alba, M. (1992). *La orientación en la actividad pedagógica*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
2. Abreu E. (1990), Gayle A. (1995), Bell R. (1995), López R. (2000) y Torres M. (2002). Retraso Mental. Recuperado de http://www.caf.com/view/index.asp?pageMS=34370&ms=17. (Consultado 6 de Febrero 2015)
3. Aldana Trujillo, L. (1992). Fundamentos de la Defectología. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
4. Álvarez Cruz, C. (1997). *Diagnóstico de la zona de desarrollo próximo. Una alternativa metodológica en la validación de la metódica del cuarto excluido. Centro provincial de diagnóstico y orientación de Pinar del Rio*. (Tesis de Maestría). Facultad de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo ". Pinar del Rio, Cuba.
5. Álvarez, Carlos. (1996). Metodología de la investigación científica. Perú: s/e
6. Antúnez Alarcón, M. (2011). *Actividades físico recreativas adaptadas para retrasados mentales moderados del Consejo Popular "Balcón Arimao" del municipio La Lisa.* (Tesis de Maestría). Universidad de Ciencia de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana.
7. Arraéz, Miguel J. (2000). Actividad física deportiva y discapacidad. España: Editorial Grupo Universitario.
8. Arrate Daudinot., G. (2011).*Actividades Deportivas-Recreativas para la Inclusión social de Niños de 6 a 12 años con Alteraciones de Conducta Perteneciente a la Comunidad Mariana de la Torres*. (Tesis de Maestría). Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". Santiago de Cuba.
9. Austin, D. (1997). Terapeutic Recreation. Sagamore . Champaign: s/e.

10. ----------. (1982). Therapeutic Recreation: Processes and Techniques. Wiley. (p70). New York: s/e.
11. Austin, D., Crawford, M. (2001). Therapeutic Recreation: An Introduction. (3a ed). Boston: s/e.
12. Bell Rodríguez, R. (1995).Prevención, corrección, comprensión e integración. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
13. ----------. (1997). Educación especial: Razones, visión actual y desafíos. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Título: La recreación física comunitaria como contribución al desarrollo humano local en la localidad de Carraguao, municipio de Jaruco.

The physical recreation community as a contribution to local human development in the town of Carraguao, municipality of Jaruco.

Autoras: M.Sc. Mislen Romero Pedroso mislenr@unah.edu.cu

M.Sc. Saimel Fontes Rosado. saimel86@unah.edu.cu

M.Sc. Yirka Lidia Fernández Gutierrez yirka@unah.edu.cu

SÍNTESIS

El objetivo de la presente investigación fue construir un plan de acción con enfoque participativo para la gestión de los procesos desde la recreación física comunitaria, generando espacios de participación, integración y compromiso en los jóvenes de la circunscripción de Carraguao de la localidad de Bainoa, municipio Jaruco. Como primer accionar, se determinaron las bases teóricas - metodológicas sobre la gestión de los procesos recreación física comunitaria, y el Desarrollo Humano Local; se diagnosticaron los intereses de la recreación física de los jóvenes de la circunscripción como contribución al Desarrollo Humano Local. Como metodología de trabajo se hizo uso de métodos teóricos: histórico-lógico y análisis y síntesis, como métodos empíricos, la metodología investigación – acción – participativa, la observación participante y como herramientas la entrevista estructurada, la metodología CAP y la técnica IADOV. A partir de los talleres desarrollados se identificaron los principales intereses de la recreación física en beneficio de la comunidad y su autodesarrollo, generando conocimientos de forma participativa que les permiten transformar su realidad. Las acciones principales del plan para incrementar la gestión de la recreación física comunitaria en los actores sociales, atendiendo a sus necesidades e intereses para la formación de capacidades de gestión en el desarrollo humano local. Validando el plan de acción con los actores sociales, lo que tuvo un efecto positivo al canalizar la actividad de este grupo etario hacia una mejor calidad de vida y funcionamiento social dentro de la comunidad.

Palabras: Gestión social, Recreación Física, Trabajo comunitario, Desarrollo Humano Local

SYNTHESIS

The objective of the present research was to construct an action plan with participatory approach for the management of the processes from the physical recreation community, generating spaces of participation, integration and commitment in the youth of the district of Carraguao of the locality of Bainoa, municipality Jaruco. As a first action, the theoretical and methodological bases on the management of the processes of physical community recreation and Local Human Development were determined; the interests of the physical recreation of the youth of the circumscription as a contribution to Local Human Development were diagnosed. As a work methodology, theoretical methods were used: historical - logical and analysis and synthesis, such as empirical methods, participatory research - action methodology, participant observation and structured interview methodology, CAP methodology and IADOV technique. From the workshops developed, the main interests of physical recreation were identified for the benefit of the community and their self-development, generating knowledge in a participatory way that allows them to transform their reality. The main actions of the plan to increase the management of community physical recreation in social actors, attending to their needs and interests for the formation of management capacities in local human development. Validating the action plan with social actors, which had a positive effect in channeling the activity of this age group towards a better quality of life and social functioning within the community.

Words: Social management, Physical Recreation, Community Work, Local Human Development

En Cuba, el Centro de Estudios de Desarrollo Agrario y Rural (CEDAR) de la Universidad Agraria de la Habana (UNAH), realiza investigaciones que responden a la gestión de los procesos de recreación física de la comunidad. Ramos (2006) expresa en el Modelo Endógeno Comunitario para la Recreación Física, el

desarrollo de actividades a partir de los recursos que posee cada comunidad con la población.

En este caso particular la investigación fue realizada en el poblado de Carraguao que pertenece a la localidad rural (Bainoa) del municipio de Jaruco de la provincia de Mayabeque. Comunidad con un acervo cultural y con un gran amor al deporte.

Situación Problémica:

A partir de un estudio exploratorio en la comunidad se pudo constatar diferentes problemáticas dentro de las que se destacan:

- ✓ Existen carencias en cuanto a la realización de acciones y políticas locales que viabilicen el trabajo comunitario hacia un Desarrollo Humano Local, con poca incidencia de los actores locales y municipales.
- ✓ Las fuerzas que emergen en este sentido lo hacen de forma no unificada y sin planificación, respondiendo a intereses individuales sobre los intereses comunitario, lo que ha generado la falta de apoyo y el sentir como sociedad.
- ✓ Pocas capacidades sobre la autogestión por parte de los jóvenes para el desarrollo de las actividades recreativas físicas.
- ✓ Deficientes integración entre actores locales (pobladores, cultura y divulgación, CDR, FMC, entre otros), para gestionar procesos de Recreación Física Comunitaria.

Los deseos de revertir la situación actual y encaminar a la comunidad por un desarrollo humano local, sentido, pensado y gestionado por sus miembros, con la inclusión de jóvenes en aras de hacer suyo el futuro de la localidad. Posibilita efectuar la presente investigación que tiene como:

Problema científico

¿Cómo contribuir a la Gestión de los procesos de Recreación Física Comunitaria orientado al Desarrollo Humano Local de los jóvenes en la circunscripción de Carraguao de la localidad de Bainoa, municipio Jaruco?

Objetivo General

Construir un plan de acción con enfoque participativo para la gestión de los procesos de recreación física comunitaria conducente al Desarrollo Humano Local,

generando espacios de participación, integración y compromiso en los jóvenes de la circunscripción de Carraguao de la localidad de Bainoa, municipio Jaruco.

Objetivos Específicos

Determinar las bases conceptuales –teóricas –metodológicas sobre el Desarrollo Humano en la gestión de procesos recreación física comunitaria.

Diagnosticar los procesos de gestión de la recreación física comunitaria y las necesidades e intereses de los jóvenes de la circunscripción de Carraguao de la localidad de Bainoa.

Definir la organización del plan de acción para la gestión de los procesos de recreación físicacomunitaria, orientado al Desarrollo Humano Local en los jóvenes de la circunscripción de Carraguao de la localidad de Bainoa.

Desarrollo

La circunscripción Carraguao tiene una población de 325 habitantes, de ellos: niños y jóvenes 158, personas adultas 97 y en la tercera edad 70, con un acervo cultural característico.

En la tesis de investigación, se decide trabajar con jóvenes con un rango de edad, entre los 18 y 30 años, a partir de que es uno de los grupos más vulnerables, si se tiene en cuenta que la circunscripción es clasificada como un barrio marginal, con altos índices delictivos y de violencia, por lo que este grupo etario requiere de mayor atención en la actualidad ya que del depende el futuro de la comunidad

Métodos y técnicas utilizados:

Métodos teóricos:histórico-lógico, análisis y síntesis

Métodos Empíricos: Metodología Investigación- acción- participación. Observación participante.Entrevista, Talleres participativos, Metodología CAP (conocimientos, actitudes y prácticas).

Métodos Matemáticos Estadístico: La estadística descriptiva.

Resultados de la Aplicación de la metodología CAP en el 1er taller

Respecto a los conocimientos:

El 100% de los participantes plantearon conocer lo que es recreación física. No obstante a la hora de conceptualizar a la recreación física se refieren a deporte (98%), juegos (96 %), ejercicios (95%), actividades (87%) y despejar (80%). No

consideran este proceso como un espacio de aprendizaje, de generar habilidades y mejorar la calidad de vida.

Poco conocimiento sobre la gestión participativa y de recreación física.

Respecto a las actitudes:

La disposición de los jóvenes participantes del taller, de realizar una recreación física sentida, auto gestionada y pensada en favor del desarrollo sostenible de la comunidad fue de un 100%. Quedando conformado un grupo de trabajo de seis personas para coordinar todo el proceso de gestión comunitario de la recreación física en la circunscripción.

Respecto a las prácticas:

No realizan gestiones con carácter participativo sobre recreación física comunitaria.

Las actividades que se realizan de forma exitosa en entorno a la recreación física en la comunidad son los planes de la calle y juegos barriales desarrollados en las vacaciones, algunos fines de semanas y excursiones como parte de las actividades eclesiásticas y la discoteca que funciona semanalmente.

También las actividades que se realizaron de forma no exitosa en el entorno fueron algunos espacios para desarrollar aerobic los que no se materializaron por falta de apoyo institucional y la diferencia en la disponibilidad de tiempo de los participantes.

Resultados de la aplicación de la metodología CAP a las entrevistas a los jóvenes:

Respecto a los Conocimientos:

En cuanto a la sistematicidad el 88% argumenta que no hay sistematicidad en las actividades de recreación fisca y un 12% identifica solo a la discoteca que se realiza semanalmente.

Dentro de las potencialidades que identifican las jóvenes en la circunscripción están:

- ✓ La disponibilidad de terrenos, espacios que pudieran ser usados para al RF.

- ✓ La existencia de doce miembros de la comunidad laboran en un campismo de interés provincial y que se encuentra dentro de los límites del municipio y que puede ser una vía importante de recreación.
- ✓ La existencia de cuatro actores de la circunscripción son licenciados de cultura física lo que constituye una fortaleza.
- ✓ Las iglesias pueden ayudar a la comunidad en obtener recursos para el desarrollo de RF.

Identifican a personas e instituciones responsables de promover la recreación física en la localidad como el INDER y Cultura y divulgación, pero que no se encuentran articulados con la circunscripción.

Respecto a las Actitudes:

El 100% afirman que las acciones realizadas RF no llenan sus expectativas.

El 89% platearon que viajes actividades de RF que más le gustaría realizar en la comunidad son:

- ✓ biosaludable (97%)
- ✓ juegos barriales (95%)
- ✓ viajes a campismo y la playa (89%)
- ✓ la reparación del cine o su utilización como espacio para actividades de RF (57 %)

Los pasos identificados de ser ellos/as gestores de la recreación física fueron:

1. Recuperar áreas que posibiliten el desarrollo de la RF
2. Un espacio para el biosaludable
3. Recuperar el cine
4. Organizar la gestión comunitaria de la RF
5. Desarrollar campeonatos, viajes a campismo y las playas del litoral Norte

Respecto a las Prácticas

Sobre las actividades de recreación física que se realizan en la comunidad de forma planificada el 73% expreso que no se realiza la recreación de forma planificada y el resto (27%) expresó que son pocas.

Las y los jóvenes no participan en igual de condición en los espacios de RF, esto puede estar determinado por diferentes patrones culturales, donde las mujeres a esta edad están más relacionadas con quehaceres domésticos y otras actividades no recreativas, mientras los jóvenes tienen espacios de ocios.

No realizan gestiones para la recreación física comunitaria

Las limitantes que se presentan en la localidad según la visión de los jóvenes son:

- ✓ la falta de una estrategia de gestión comunitaria
- ✓ faltas de recursos y espacios para participar y gestionar RF
- ✓ poco conocimiento de las posibilidades reales de la circunscripción para desarrollar RF.

En un tercer momento se trabajó la construcción del conocimiento de la recreación física comunitaria, los participantes generaron una tormenta de ideas, teniendo en cuenta los resultados obtenidos y los criterios expresados por ellos, las ideas expresadas se redujeron según el nivel de semejanzas de las mismas. Poniendo en un papelógrafo cuales de estas constituían fortalezas, debilidades (internas) y en otro papelógrafo constituían oportunidades y amenazas (externas).

Fortalezas

1. La existencia de terrenos que no se utilizan y que pueden ser usados colectivamente para la RF
2. La presencia de actores de la circunscripción que son licenciados de cultura física
3. Los actores locales, como representante de INDER, Cultura y divulgación y miembros de iglesias del consejo popular, conviven en esa circunscripción.
4. Jóvenes habidos de participación e implemento de actividades de RF
5. La circunscripción está involucrada en la búsqueda de soluciones a las dificultades que limitan la gestión y la práctica sistemática de la recreación física.

Debilidades

1. Espacios de recreación con que cuentan en la circunscripción son pocos Ejemplo: la discoteca algunos encuentro de pelota, juegos barriales y algunas actividades eclesiásticas.
2. Poca gestión sistemática de la recreación física.
3. Poca participación de la mujer en los espacios de recreación.
4. La falta de una estrategia de desarrollo comunitaria o plan de recreación física, que potencie los recursos existentes y que impacte más sobre la comunidad.
5. Carencia de recursos para hacer RF
6. Falta de espacios de participación para la RF
7. No existe una articulación en las acciones de RF, cada quien responde a interés institucionales y no al sentir y deseo de la comunidad.
8. La divulgación de las actividades de RF es mala.
9. Poco aprovechamiento de los recursos endógenos para la realización de la Recreación Física

Oportunidades

1. Las iglesias pueden ayudar a la comunidad en obtener recursos para el desarrollo de RF.
2. La aprobación de proyectos locales, por parte de la administración municipal de Jaruco.
3. Existencia del Grupo de Desarrollo Humano Local que pertenece al Centro Estudios del Desarrollo Agrario y Rural (CEDAR).
4. Posibilidad de capacitar a los actores sociales de la comunidad en función de la autogestión comunitaria de la recreación física.

Amenazas

1. No se suministran recursos a la circunscripción para apoyar la Recreación Física.
2. Al hacer actividades RF, se prioriza la cabecera municipal y no la circunscripción.

3. No se implementan todos los programas comunitarios del municipio en la circunscripción.

Luego de haber listado, reducido y jerarquizado los elementos señalados entre todos los actores sociales.

Se realizó la matriz DAFO buscando la interacción de cada uno de sus componentes (cada fortaleza, con cada oportunidad y cada amenaza. Cada debilidad, con cada oportunidad y cada amenaza. Se hizo constar que existe interrelación colocando una cruz en la casilla correspondiente).

En las interrelaciones se tuvo en cuenta: Las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas que más inciden, a partir de las sumas de las interrelaciones.

Plan de acción para la gestión de la recreación físicacomunitaria de la circunscripción de Carraguao.

1-Objetivo: Articular los actores sociales relacionados con la recreación física y que pueden contribuir a la misma

Acción: Gestar un grupo coordinador del plan acción de RF de la circunscripción.

2-Objetivo: Incrementar la gestión de la RF orientadas a los jóvenes de la circunscripción de Carraguao localidad de Bainoa, atendiendo a sus necesidades e intereses para la formación de capacidades en el desarrollo humano.

Acción: Capacitar a los actores sociales para la ejecución de la práctica de recreación física y estilos de vida saludables.Realizar talleres de construcción del conocimiento. (Temas: desarrollo humano local, gestión de la recreación física comunitaria, prevención de enfermedades mediante la práctica de actividadesfísicas).

3-Objetivo: Mejorar la comunicación sobre las acciones que se realizan en la circunscripción

Acción: Conformar una estrategia de comunicación que sea efectiva, afectiva e incluyente.

4-Objetivo: Rescatar y habilitar espacios en desuso en la circunscripción.

Acción: Perfeccionar los medios e instalaciones deportivas de la circunscripción de Carraguao localidad de Bainoa mediante la gestión de la RF y fomento de proyectos locales.

5-Objetivo: Lograr la motivación y sensibilización de los jóvenes, para mejorar la calidad de vida de ellos/as.

Acción: Contribuir a la prevención y control de enfermedades mediante las actividades físicas, generando espacios de debate.

CONCLUSIONES

La revisión de las bases conceptuales, teóricas y metodológicas sobre el Desarrollo Humano Local, la gestión comunitaria de la Recreación Física, la participación y el compromiso en el trabajo comunitario, permitieron sustentar la construcción del Plan de acción con los jóvenes para la gestión de procesos de desarrollo local en la circunscripción de Carraguao de la localidad de Bainoa, Municipio Jaruco.

Se identificaron los principales intereses de la recreación física: el desarrollo de variadas opciones como viajes al campismo y la playa, juegos barriales, ya sea de mesa, mentales.

Las acciones principales del plan estuvieron dirigidas a la creación de un grupo coordinador de la RF de la circunscripción, incrementar la gestión de la RF orientadas a los jóvenes de la circunscripción de Carraguao localidad de Bainoa, atendiendo a sus necesidades e intereses para la formación de capacidades en el desarrollo humano, la elaboración de una estrategia de comunicación entre los diferentes actores sociales, elaboración de un proyecto para un biosaludable, rescatar y habilitar espacios en desuso en la circunscripción que posibilitan el desarrollo de la RF

RECOMENDACIONES

Dar a conocer a las instancias superiores los resultados de esta investigación.

Continuar con estudio de las actividades recreativas más idóneas para gestar compromiso y sentido de pertenencia de la comunidad.

Que esta investigación sirva con fundamento teórico – práctico y punto de partida, para trabajos de desarrollo local y formulación de proyectos comunitarios.

BIBLIOGRAFÍA

Aguilar, L. A. (2000) *El concepto de desarrollo.* Doctorado en Educación, Programa Interinstitucional (Universidad Pedagógica Nacional, Universidad La Salle, Centro de Investigaciones Pedagógicas y Sociales, Instituto Superior de Investigación y Docencia para el Magisterio). Guadalajara, Jalisco

Barraut, O., Chena, M., Muro, J., Plaza, S. y Díaz, I. (2015). *Consideraciones sobre el trabajo comunitario desde la prespectiva de equipos estatales y ONG.*Psicología, Conocimiento y Sociedad, 5 (2), 26.

Cagigal, J. M. (1971). *"Ocio y deporte en nuestro tiempo".*Citius, Altius, Fortius.

Carvajal, A. (2011). *Manual Básico para Agentes de Desarrollo Local y otros actores*: *Desarrollo Local*. Cauca, Colombia: Málaga, España. p. 259.

CEDAR. (2011). *Programa de Desarrollo Participativo, Municipio Inteligente*. Habana: CEDAR.

Febles Elejalde, M. (2001). “Una nueva etapa del desarrollo: la adultez” En Colectivo de autores. Psicología del desarrollo. Selección de lecturas. La Habana, Editorial Félix Varela.

Fontes, S. (2012). *Procesos de innovación en la producción porcina de la finca “La Inesita” en San José de las Lajas*. Tesis de Maestría. Mayabeque, Universidad Agraria de la Habana

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (1998). *Metodología de la Investigación*. 2 ed. México, D. F: McGRAW-HILL Interamericana Editores S. A. de C. V. ISBN 970-10-1899-0.

IbarraMartín.Fetal.(2001).MetodologíadelainvestigaciónsocialLaHabana.EditorialFélixVarela.203p.

Jaramillo, R. (2012). *Diseño de un sistema de gestión del conocimiento para la dirección de servicios y recursos de información de la universidad ICESI*. 1 ed. Santiago de Cali: Universidad del Valle.

Martínez, J. A. y Arellano, R. E. (2007). *Participación Social y Desarrollo Rural Sustentable en la Micro cuenca Lagunillas.*Cuaderno de Desarrollo Rural, 1 (058), 49-64.

Ojeda, R. y Ramos, A. (2012). *Hoja de ruta hacia un Municipio Inteligente por un Desarrollo Agrario y Rural sostenible.* En: *Congreso Internacional de Educación Superior: VIII Taller Internacional "Universidad Ciencia y Tecnología*. Habana: Félix Varela, pp. ISBN 978-959-1614-34-6.

Pichardo, M. (2007). Descentralización y poder local en el desarrollo humano. En: *II Foro sobre Desarrollo Humano*. Santo Domingo, República Dominicana: INTEC y PNUD.

Ramos, A. E (2001). *Las necesidades recreativo físicas en los consejos Populares Norte y Sur del Municipio San José de las Lajas*. UNAH. Informe Taller Nacional Gestión Tecnológica Medioambiental Municipal. p. 13

Ramos, A. E. (2007)a. *Proyección Estratégica de la Recreación Física en el municipio*. Centro de Desarrollo Agrario y Rural, La Habana.

Ramos, A. E. (2009). *Apuntes sobre Desarrollo Humano Local*. Centro de Estudios de Desarrollo Agrario y Rural

Ramos, A. E y colaboradores. (2010) *La Planificación de la Recreación Física en el Consejo Popular–Circunscripción-Comunidad***.** Conferencia asignatura Recreación Básica. Centro de Estudios de Desarrollo Agrario y Rural. La Habana.

Ramos, A. E., Ojeda, R., Artigas, E. y Báez, D. (2014). *Manual de Desarrollo Humano Local*. Mayabeque: CEDAR. p. 169.

Ramos, F. (1997). La *Recreación: Una herramienta didáctica para la enseñanza.* Trabajo de ascenso presentado como requisito para optar al cargo de Profesor Titular. Universidad Pedagógica Libertador. Instituto Pedagógico de Caracas.

Souza, J. (2005). Paradigmas emergentes para transformar la morfología social de sociedades y organizaciones en el contexto del cambio de época. San José. p. 93.

Anexo 1. Entrevistas abiertas realizadas a los jóvenes de la circunscripción

1. ¿Se desarrollan actividades física planificadas en la comunidad?
2. ¿Qué actividades de Recreación Física se realizan en la comunidad?
3. ¿Con que sistematicidad la realizan?
4. ¿Los jóvenes de esta comunidad, participan en las actividades en igual de condiciones (M y F)?
5. ¿Cómo se sienten con estas actividades? , ¿Las mismas llegan sus expectativas?
6. ¿Qué limitantes visualiza usted entorno a la RF en su localidad?
7. ¿Cuáles son las potencialidades que visualiza usted en cuanto a la RF en su localidad.
8. ¿Qué actividades RF les gustaría que se realicen en su localidad?
9. ¿De sentirme participe de la recreación física de mi comunidad, que sería lo primero que haría?
10. ¿Hay algún grupo de personas e instituciones responsables de promover la RF en la localidad?
11. ¿Gestiona usted, actividades físicas recreativas en la localidad de Bainoa?

Título: La Recreación Física, en su labor extensionista y formación educativa desde lo curricular.

Autor: M.Sc. Amelia Domínguez Ventura.

Coautores: MSc. Urbano Blas Rodríguez Martínez.

Dr.C. Desiderio Alberto Sosa Loy

País: Cuba

RESUMEN

Este trabajo aborda el tema de la labor educativa en la formación del profesional de la cultura física, específicamente en una de las disciplinas que además es esfera de actuación para el egresado de ahí la importancia de acercar cada vez más el trabajo de los contenidos de la carrera a la labor profesional que se desempeña en la comunidad.

Esta es una de las necesidades de la educación superior cubana de estos tiempos y en este sentido se mueve la propuesta de interacción de la disciplina de recreación física, teniendo como objetivo lograr impactos en la comunidad que transformen en mejoría de calidad de vida de los pobladores a partir de la adquisición de los contenidos de las asignaturas de la disciplina y para ello se cuenta con varios métodos como son, la revisión documental, la encuesta, la entrevista, la observación y el criterio de especialistas.

Mostrando entre sus principales resultados, la creación de grupos de Turismo Deportivo en las comunidades, la creación de medios de trabajo para las disciplinas del programa de recreación del INDER y la intervención comunitaria en centros escolares, deportivos y recreativos.

INTRODUCCIÓN

En el sistema de educación superior se ha ido potenciando la necesidad de la función en la extensión universitaria como una de las aristas principales de trabajo de la universidad cubana que le corresponde un papel dinámico e integrador con la sociedad teniendo en cuenta las oportunidades de vínculo del estudiante universidad – localidad .

La incorporación de alumnos a actividades de extensión no se limita a actividades propias de la cultura artística o deportiva, pues la extensión abarca toda la apertura de la institución a su entorno. Para poder hablar de extensión de manera objetiva se impone clarificar una serie de elementos, pues ciertamente la labor extensionista tiende a ser difusa, dado el carácter incipiente del andamiaje teórico necesario para dicha labor. Si vamos a las acepciones del diccionario podremos ver que extender se relaciona con abrir, desdoblar, desarrugar una cosa para que se muestre en toda su extensión, también hacer llegar una cosa a muchos sitios, ocupar cierta cantidad de terreno. etc.

Todo ello nos lleva a detenernos en que la estrategia extensionista requiere de integración, participación social y esa integración no puede responder a una visión descontextualizada, de ahí que se deben precisar las acciones que dentro de las estrategias de extensión están referidas a determinadas áreas. Por ejemplo, en la vinculación entre la universidad y la empresa corresponde a la extensión la divulgación del conocimiento científico–tecnológico, la capacitación educativa y continua, la orientación del sector productivo hacia los beneficios de vinculación, el fortalecimiento de la base científico-metodológica de la investigación para la vinculación, etc

. Para hablar de formación educativa en recreación, partiremos de una caracterización fundamentada en la relación TEORIA- PRACTICA, la que habrá de reflejarse en los contenidos curriculares, en las prácticas en el campo profesional; en la de los docentes, estudiantes y egresados a través del tiempo y sus resultados. Relación que apela a un proceso cuya proyección ha de impactar en la sociedad.

Al respecto Paulo Freire expresa que “La reflexión crítica sobre la práctica se torna una exigencia de la relación Teoría-Práctica, sin la cual la Teoría puede convertirse en palabrería y la Práctica en activismo”.

Verdad puntual, porque puede suceder, sucedió y sucede en el presente, expresándose en numerosas experiencias acordes y opuestas al planteo de la relación teoría-práctica que enriquece a la Recreación como campo en su

diversidad de propósitos y orientaciones, aún evaluando lo negativo que antes mencionábamos. Reflexionar sobre el planteo de Freire puede contribuir a elevar el nivel y destino de nuestras prácticas recreativas.

Parafraseando algunas expresiones de José Luis Murillo del CEIRI México, es necesario redefinir (no adecuar) el rol de las instituciones formadoras en recreación, en el contexto de la sociedad. Lo que nos exige contemplar proyectos curriculares articulados a lo político, social, cultural, económico, tecnológico y en posiciones contrarias al constante crecimiento destructor de las guerras, de las luchas ideológicas y territoriales, teñidas de discriminación y racismo, para NO continuar encapsulados, manejándonos desde una concepción de la recreación, paliativa y enajenante.

A criterio de esta autora, como se aprecia en las ideas anteriores, la necesidad de la formación integral del profesor de Recreación Física es cada día más vigente en la sociedad; tanto por las exigencias de la sociedad como por las necesidades del profesional de poder ser competente dentro de la misma y cumplir con el encargo social que hoy de él se reclama. Y dentro de la formación de este profesional juega un papel decisivo la Disciplina por ser dentro del currículo el momento previsto para dotar al futuro profesional de las herramientas necesarias para enfrentar con éxito la realidad.

Si se indagara en cada realidad, podríamos preguntarnos: ¿Qué concepción existe de la Disciplina Recreación Física en el currículo de la carrera de Cultura Física?

Con la creación de esta Disciplina Recreación Física desde el plan A hasta el D Y E se pretende conformar en el egresado un conjunto de conocimientos, hábitos y habilidades que le permitan laboral con la población en general, en la satisfacción de sus necesidades físico – recreativas coadyuvando en la formación de hábitos creativos y formativos de utilización del tiempo libre.

La Disciplina de Recreación Física se sustenta por lo tanto en las demandas sociales que traen como consecuencia la necesidad de elevar a un nivel cualitativamente superior los conocimientos y habilidades profesionales que posean los futuros egresados en Cultura Física para enfrentar y solucionar con

eficiencia los problemas que se presentan en la realidad social. La Recreación Física constituye un desafío de nuestra época puesto que tiende a transformar, entre otros aspectos, las condiciones sociales y culturales. Toda modificación en los dominios de la sociedad y la cultura trae como consecuencia nuevos problemas pedagógicos, requiriéndose profesionales preparados y entrenados para contribuir a su solución e insertarse en una sociedad cambiante y, a la vez, capacitada para ejercer de acuerdo a las nuevas necesidades imperantes es decir un profesional preparado integralmente.

Si del establecimiento de la integración entre la institución educativa y aspectos culturales y generales de la comunidad se trata, entonces las acciones pueden transitar por creación de metodología para el trabajo de la comunidad, programa de protección ambiental, trabajo para el conocimiento desarrollo y disfrute de las artes, orientaciones de higiene mental, promoción de concursos de vida sana y naturaleza, programas de esparcimiento y de mantención de la tradición popular, propiciar espacios en la institución para favorecer encuentros entre asociaciones, programas de atención a la tercera edad, integrando miembros de la comunidad y jubilados del sector, crear espacios de grupos de aficionados, acciones para fortalecer el dominio de idiomas, para fortalecer el raciocinio, la comprensión de la problemática de las relaciones económicas, talleres para el desarrollo de la personalidad, cursos para el proceso .

La educación como subsistema social de atribución y legitimación de posiciones sociales permite acercarse a lo que es el objeto central de la sociología: la explicación de las desigualdades sociales y de los mecanismos por los que éstas se construyen, se mantienen, se legitiman, se reproducen o se modifican. El estudio de la relación entre el logro educativo y posición social, el de la reproducción o cambio de las posiciones sociales, el de las probabilidades de acceso a la educación post obligatoria de los distintos grupos sociales, etc., son dimensiones de una disciplina sin la cual ya no es posible el estudio de la estructura social. De ahí la importancia de la educación formal. Ésta sanciona

socialmente las trayectorias individuales, las formas de integración y exclusión social, la movilidad, etc.

Sería obviamente ingenuo considerar que en el sistema de enseñanza se agotan los procesos educativos. La socialización en la familia, la importancia de los medios de comunicación, la relación social en el grupo de iguales, etc., son procesos configuradores de la identidad individual. Todos ellos son mecanismos sociales de reproducción de la cultura y del orden social. Sin embargo, ninguno de ellos ha tenido la importancia estructurante que en la segunda mitad del siglo XX ha tenido la educación formal, aunque a inicios del siglo XXI esto comienza a dejar de ser válido. En realidad, la complejidad de la sociedad actual está revalorizando las formas de educación no reglada e informal como aspectos con cada vez más peso específico en la adquisición del capital cultural, y, por lo tanto, en la estructuración de las posiciones sociales.

Tan importante como esto es, además, la identificación de las regularidades grupales que caracterizan esos procesos. A diferencia de lo que caracteriza el estudio psicológico o pedagógico de la educación, donde se acentúa la individualización y unicidad del proceso de aprendizaje Pero es, al mismo tiempo, un factor crucial en la constitución de las identidades culturales individuales y colectivas y en la asignación de individuos en espacios de diferenciación social (identidad cultural, identidad de género, clase social, etc.).

La formación cultural integral supone la preparación de un profesional que defienda, con sólidos argumentos la obra de la Revolución, actúe acorde con los principios y valores mas genuinos de la patria y de nuestro socialismo, desarrolla habilidades que garanticen un desempeño competente, de excelencia académica, con una alta productividad científico-tecnológica, además de un horizonte cultural valido para satisfacer las necesidades de su país y a la vez insertarse con éxito en el nuevo escenario social.

Es evidente que se debe seguir trabajando en la comprensión integral sobre el valor e importancia de la cultura por parte de profesores y estudiantes que propicie un programa de acciones coherente y abarcador, de amplia influencia pedagógica

a favor de la formación integral de los futuros profesionales de la cultura física. El despliegue de este programa debe descansar sobre basamentos teórico metodológicos:

- lograr la relación entre cultura y sociedad, desempeñando las acciones sociales un papel protagónico.
- Tomar como premisa la necesidad, pues a la cultura no se llega a través de la obligatoriedad.
- Evitar el verticalismo, las normativas rígidas y las posiciones paternalistas, al tiempo que se rehuya de la espontaneidad y la improvisación.
- Asumir como problema ideológico más grave el que se nos presenta en relación con la cultura: la falta de cultura.
- Encontrar la auténtica diversidad junto a una visión integradora de carácter humanista.
- Contribuir al fomento de un sentido de la vida cuyas metas y aspiraciones sean radicalmente opuestas a las del capitalismo.
- Fomentar un suelto creador que reconstruya recupere y dinamice la cultura desde la contemporaneidad.
- Promover una educación en valores que persiga no sólo la formación de conocimientos y habilidades, sino alcanzar la dimensión axiológica de éstos, asociados a la formación de conductas en el marco de una educación participativa.
- Integrar los procesos pedagógicos para la formación de una cultura que caracterice al pueblo cuando, su universo espiritual, costumbres, valores, formas de vida, creencias y también el arte y la literatura.

Todo esto supone la necesidad de entender la formación cultural integral apoyándose en la concepción personal-atributiva y socio-atributiva de la cultura, la primera trata la cultura como categoría personal, y la segunda, como calidad de la sociedad inherente a todas las esferas de la vida social.

Este proceso, cuya concepción general se desarrolla a través de las dimensiones curricular, extensionista y sociopolítica, se concretan en el proyecto educativo como vía para lograr el desarrollo político-ideológico, la cultura socio-humanista,

una alta competencia profesional y un elevado compromiso social, que se evidencie en su incondicionalidad con la patria y la revolución y les permita estar preparados como promotores culturales dentro de su centro universitario y en la comunidad.

La extensión Universitaria es un Departamento que se creó en los centros de enseñanza Superior , y específicamente en la facultad de Cultura Física de V:C con el objetivo de la formación integral , dado en el perfil amplio de las esferas de actuación del profesional egresado y es la cultura un problema real del desarrollo histórico actual ,que exige una solución práctica condicionada por el carácter global de la cultura en las condiciones del presente siglo .El concepto de cultura se ha extendido fuera de las fronteras del saber social –humanístico a las ciencias naturales y otras ramas integradoras del conocimiento como la cibernética , la teoría general de los sistemas ,etc.

Este concepto es ampliamente utilizado y difundido sin embargo, tal vez ningún otro termino de las ciencias provoque tantas divergencias de puntos de vistas, juicios, definiciones e interpretaciones teóricas como este, lo cual esta determinado por la amplia utilización que se hace del mismo en investigaciones y disciplinas concretas que lo convierte en un termino polifacético y polifuncional es por ello que basado en esta integralidad, nos percatamos que la disciplina carecía de acciones concretas en el proceso de impartición de las asignaturas con salida extensionista, el estudiante solo interactuaba con la comunidad en el Campamento docente, lo cual limitaba la labor extensionista, considerando esta la situación problémica que nos lleva a plantearnos el problema científico de la siguiente manera; ¿cómo potenciar desde lo curricular el desarrollo de la labor extensionista? Para lo que nos propusimos como objetivo general:

Valorar los resultados de la aplicación de acciones que potencien el desarrollo de la labor extensionista de la UCCFD desde lo curricular.

Basándonos en los siguientes objetivos específicos:

Definir los nodos conceptuales o invariantes del conocimiento que permiten esta relación.

Determinar los problemas profesionales que su solución se relaciona con los conocimientos impartidos.

Estructurar acciones que mediante esta relación permitan la transformación del entorno.

Para este trabajo fue necesaria la utilización de métodos científicos de los tres niveles; teóricos, empíricos y matemáticos entre los que destacan la revisión de documentos, la entrevista, la encuesta, el criterio de los especialistas y la distribución empírica de frecuencias.

DESARROLLO

Importante resulta en estos tiempos la concreción de la aplicación de los conocimientos en la vida profesional y la Práctica Laboral Investigativa, sola no es todo lo beneficiosa que pudiera, si desde los primeros momentos de interacción de la disciplina se empieza en la disciplina estas integraciones de la universidad con la sociedad; seguro que los resultados tanto para el estudiante como para el entorno social serían superiores.

Y no es que se quiera hacer algo de manera independiente o arbitraria, todo lo contrario existe todo el basamento legal que permite hacer todo este trabajo:

Según la resolución 210 en sus artículos (2,3 y 4)

La formación de los profesionales se desarrolla de forma curricular (el proceso docente educativo) y extracurricular.

La investigación científica extracurricular y la extensión universitaria, así como la participación en tareas de alto impacto social, se integran a esta labor de formación, constituyendo elementos de vital importancia para la formación integral de los estudiantes.

El modelo de formación de la educación superior cubana es de perfil amplio y se sustenta en dos ideas rectoras fundamentales:

- La unidad entre la educación y la instrucción, que expresa la necesidad de educar al hombre a la vez que se instruye.

- El vínculo del estudio con el trabajo, que consiste en asegurar desde el currículo el dominio de los modos de actuación del profesional, en vínculo directo con su actividad profesional.

Este modelo presenta particularidades para cada modalidad de estudio.

El profesional de perfil amplio es aquel que posee una profunda formación básica que le permite resolver, con independencia y creatividad, los problemas más generales y frecuentes que se presentan en su objeto de trabajo.

Esta formación le servirá de base para la adquisición de nuevos conocimientos y le permitirá su adaptación a nuevas condiciones de su objeto de trabajo.

Dentro de la metodología empleada podemos plantear que se tomó como población en primer lugar los profesores de la disciplina y como especialistas a los metodólogos del vice decanato de formación del profesional, además de cómo usuarios tomar a todos los alumnos matriculados en las asignaturas de la disciplina.

Se desarrollaron revisiones de todos los documentos normativos del mes y de la carrera de Cultura Física, se encuestaron y entrevistaron en discusiones grupales a los profesores de la disciplina, conduciéndonos a determinar como nodos conceptuales:

Conceptos de recreación, tiempo libre, presupuesto de tiempo, recreación física, animación físico-recreativa, juegos recreativos, festivales deportivos recreativos, turismo deportivo, técnicas básicas de campismo, campamento recreativo.

Actividades de programación, animación y conducción, competencias deportivas recreativas, manifestaciones.

En cuanto a los problemas profesionales que se pueden resolver se encontraron entre otros:

- Estudios de presupuestos de tiempo.
- Diagnóstico de gustos y preferencias.
- Programación recreativa.
- Festivales de juegos.
- Festivales deportivos recreativos.
- Campamentos.

- Construcciones rústicas.
- Caminatas turísticas.
- Competencias de Recreación Turística.
- Competencias de orientación (orientación recreativa)
- Construcción de medios.
- Encuentros y concursos de Turismo Deportivo.

Las acciones quedaron estructuradas en dependencia de la asignatura y las características de los grupos siempre teniendo como premisa la solución la problemática en función de la asignatura que se imparta de acuerdo a las características del contexto donde se desenvuelva cada estudiante, lo cual permite una particularización o individualización de la docencia en función del acercamiento a la comunidad y su necesidad de transformación.

Permitiendo que se desarrollen varias actividades de impacto desde locurricular como:

- Desarrollo de FDR en territorios y centros educacionales de la comunidad.
- Programaciones recreativas para diferentes grupos etáreos.
- Intercambio con diferentes comunidades.
- Recorridos por lugares de interés económico, social, cultural, político y natural.
- Desarrollo de actividades en centros sociales, recreativos y culturales.
- Creación y utilización de medios para el desarrollo de actividades de las asignaturas y la comunidad.
- Creación de grupos de Turismo Deportivo y desarrollo del movimiento de categorización.

Para valorar el trabajo realizado, se puso a consideración de los especialistas, los cuales expresaron que:

- El trabajo es pertinente y necesario para la calidad de la formación del profesional de la cultura física en la esfera de la recreación.
- Importante para el desarrollo del mismo continuar profundizando en la fundamentación biológica, psicológica, pedagógica, filosófica y social.

- Importante la dinámica que le impone al proceso el uso de diversas formas organizativas y tipos de clase.

En cuanto a los usuarios plantean:

Agradecimiento por las posibilidades de la asignatura de intercambiar con la comunidad.

Reconocen la necesidad de prepararse para poder enfrentar las tareas de las asignaturas que sin dudas lo preparan para intercambiar como profesionales.

Interpretan la importancia de cada contenido para su formación y la necesidad de hacerlo suyo de la mejor manera como única posibilidad de ser un profesional competente.

Satisfacción por la dinámica del proceso docente.

Reconocimiento a la adquisición de cultura general integral.

CONCLUSIONES

1- Quedaron definidos los nodos conceptuales o invariantes del conocimiento de las diferentes asignaturas de la disciplina y la relación con los problemas de la profesión que se pueden resolver con los contenidos de las mismas.

2- Se estructuraron acciones que dinamizan el proceso docente educativo sobre la base de la enseñanza significativa y la individualización del proceso.

3- Tanto los especialistas consultados como los usuarios coinciden en valorar de positivo este trabajo para la adquisición de habilidades profesionales que hacen competente a nuestro egresado.

RECOMENDACIONES

1- Continuar profundizando en la fundamentación de cada momento del proceso docente educativo.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Álvarez M.: Reflexiones sobre los problemas abiertos y los proyectos

interdisciplinarios en una enseñanza de la Matemática vinculada con la vida. En Resúmenes del II Taller Moraima Pintón in memoria, Villa Clara, 1996.

2. Álvarez M.: La interdisciplinariedad en la enseñanza-aprendizaje de las ciencias en el nivel medio básico. La Habana, Fiallo J.: La Interdisciplinariedad en la escuela: de la utopia a la realidad. Curso Prereunión Pedagogía 2001, La Habana, 2001.
3. Macedo B.: Prólogo En: Una concepción desarrolladora de la motivación y el aprendizaje de las ciencias de J Zilverstein y R. Portela, II Congreso
4. Internacional de Didáctica de las Ciencias, IPLAC, La Habana, 2002.
5. Fiallo J.: La Interdisciplinariedad en la escuela: de la utopia a la realidad. Curso Prereunión Pedagogía 2001, La Habana, 2001.
6. ----------Las relaciones intermaterias: una vía para incrementar la calidad de la educación. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, 1996.
7. Macedo B.: Prólogo En: Una concepción desarrolladora de la motivación y el aprendizaje de las ciencias de J Zilverstein y R. Portela, II Congreso Internacional de Didáctica de las Ciencias, IPLAC, La Habana, 2002.
8. Zilverstein J, Portela R y M Mc Pherson: Didáctica integradora de las ciencias. Experiencia cubana. Editorial Academia. La Habana, 1999.
9. Colectivo de Autores: La Investigación Científica en la Actividad Física: su Metodología. Editorial Deportes, 2004.
10. Cuevas Sarán, Hermes: Técnicas de Campismo. La Habana. Ed. Pueblo y Educación, 1974.

Título: La recreación Física como contribución al desarrollo humano local en la circunscripción de Carraguao de la localidad de Bainoa.

Autores: M.Sc. Mislen Romero Pedroso
MSc. Floralba Valentina Rosado
MSc. SaimelFonte Rosado

Categoría: Relevante

Centro: UNAH

Organismo: MES

Municipio: San José de las Lajas

GCT: 09**Grupo/Programas Priorizados:**

Actividad que beneficia: Contribuye al desarrollo local y a elevar la calidad de vida de los jóvenes

Grado de generalización: Se está aplicando desde hace un año

Universo a Generalizar: La Circunscripción de Carraguao y con posibilidad de aplicar en toda la localidad de Bainoa

Beneficios que reportaría al país: Contribuye al desarrollo local incrementando la prioridad del desarrollo social y el mejoramiento de la calidad de vida de la población, con pocos recursos fundamentalmente endógenos, se contribuye a la recreación física comunitaria.

Relación Costo – Beneficio: Con pocos recursos económicos se brinda un beneficio a social de proporciones incalculables.

Organismo beneficiado: OLPP

Resumen de la ponencia: El objetivo de la presente investigación fue construir un plan de acción con enfoque participativo para la gestión de los procesos desde la recreación física comunitaria, generando espacios de participación, integración y compromiso en los jóvenes de la circunscripción de Carraguao de la localidad de Bainoa, municipio Jaruco. Como primer accionar, se determinaron las bases teóricas - metodológicas sobre la gestión de los procesos recreación física comunitaria, y el Desarrollo Humano Local; se diagnosticaron los intereses de la recreación física de los jóvenes de la circunscripción como contribución al Desarrollo Humano Local. Como metodología de trabajo se hizo uso de métodos teóricos: histórico-lógico y análisis y síntesis, como métodos empíricos, la metodología investigación –

acción – participativa, la observación participante y como herramientas la entrevista estructurada, la metodología CAP y la técnica IADOV. A partir de los talleres desarrollados se identificaron los principales intereses de la recreación física en beneficio de la comunidad y su autodesarrollo, generando conocimientos de forma participativa que les permiten transformar su realidad. Las acciones principales del plan para incrementar la gestión de la recreación física comunitaria en los actores sociales, atendiendo a sus necesidades e intereses para la formación de capacidades de gestión en el desarrollo humano local. Validando el plan de acción con los actores sociales, lo que tuvo un efecto positivo al canalizar la actividad de este grupo etario hacia una mejor calidad de vida y funcionamiento social dentro de la comunidad.

Título: La superación profesional ambiental de los entrenadores. Un reto para la Cultura Física

Autores: Dra. C. Margarita González Vázquez. Master en Ciencias de la Educación Superior. Profesora Auxiliar. Departamento de Ciencias aplicadas al deporte. mgonzalezvazquez@udg.co.cu

Berta Luisa Ramírez Castillo. Master en Actividad física en la Comunidad. Profesora Auxiliar. Departamento de Ciencias aplicadas al deporte. bramirezc@udg.co.cu

Palabras claves: educación ambiental, entrenamiento deportivo, taller especializado

Institución: Facultad de Cultura Física. Universidad de Granma

País: Cuba

RESUMEN

El estudio realizado responde a la necesidad de diseñar una metodología para lasuperación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo. Se inserta en el programa territorial del Ministerio de Ciencia Tecnología y Medio ambiente (CITMA), a través del proyecto de investigación: “Estrategia de educación ambiental para los atletas y profesionales de ciclismo de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) de Granma”. La investigación se realizó con 33 entrenadores.

Se emplearon métodos del nivel teórico, empírico y estadístico-matemático, para caracterizar la problemática planteada, elaborar y aplicar la concepción teórica y la metodológica, así como verificar, a partir de los resultados alcanzados en el pre - experimento, un incremento en su conocimiento ambiental. La contribución a la teoría se expresa en una concepción teórica de superación profesional en educación ambiental, donde se establecen relaciones entre el subsistema teórico y el metodológico. La significación práctica radica en la metodología, contextualizada a las condiciones y características del entrenamiento deportivo; la que se concreta en un manual y un mapa ecológico, como herramientas prácticas.

Palabras claves. Medio ambiente, educación ambiental, superación profesional.

INTRODUCCIÓN

En la Cultura Física se estudiaron las aportaciones de Pascual Rodríguez, R. (2006) y León Martínez, S. (2013), los cuales valoran el comportamiento de la dimensión y la formación ambiental en estudiantes, profesores y la comunidad. Por su parte Santana Lugones, J. (2003), Zaldívar Pérez, B. (2011) y Peralta Flores, A. (2013), se refieren a

la influencia de los factores ambientales, educación ambiental y la sostenibilidad del entrenamiento deportivo.

El estudio realizado sobre las características del contexto de entrenamiento de los ciclistas en Granma, evidencian distintas manifestaciones ambientales que atentan de forma directa sobre los atletas, entre ellas se destacan:

- Altas temperaturas promedio entre 32º y 36º C, durante todo el año.
- Niveles de humedad relativa promedio superior al 70 % durante el día, cuya relación con la temperatura, provoca una mayor sensación de calor en el entrenamiento.
- Contraste entre el llano y la montaña, una extensa llanura desforestada.
- Las zonas rurales de montañas donde practican los atletas, son poco boscosas, sus viales con abundantes curvas, abruptas pendientes, carreteras y caminos irregulares y en mal estado, que no propician la realización de un entrenamiento deportivo eficiente.
- Vulnerabilidad de los circuitos urbanos donde se entrena, con un flujo vehicular alto.
- Vientos variables, aproximados a los 23 km/h.

Los estudios realizados sobre la preparación en el componente ambiental de los entrenadores de ciclismo, permitió caracterizar la realidad ambiental del entorno deportivo e indagar en sus necesidades cognitivas. La inclusión de diversos métodos científicos, evidenciaron las siguientes limitaciones:

- Durante la formación profesional de los entrenadores de ciclismo en los diversos Planes de estudio, no se concebía la incorporación de la dimensión ambiental.
- El Programa Integral de Preparación del Deportista (2010) no declara la necesidad de trabajar la influencia de los factores ambientales en los atletas del ciclismo, ni establece la relación entre los contenidos (conceptos, hechos y principios ambientales), ni su contextualización, en las etapas y periodos el entrenamiento.
- El tratamiento teórico-metodológico diferenciado de la educación ambiental en el plan de entrenamiento de ciclismo es escaso, dada la limitada incorporación de esos contenidos ambientales en los planes metodológicos.
- Insuficiente tratamiento teórico-metodológico del componente ambiental, tanto en la formación de pregrado, como en las maestrías, especialidades, cursos de posgrados y entrenamientos metodológicos, impartidos en el deporte.
- El proceso de superación de los entrenadores se dirige a la preparación técnico-táctica, no así a aspectos ambientales.

• El pobre conocimiento de los atletas sobre la influencia de algunos factores ambientales, limita su accionar para prevenir, contrarrestar o atenuar, los riesgos en su salud y la calidad de vida.

Situación problémica. Se expresa en la contradicción surgida entre las carencias teórico-metodológicas vinculadas a la superación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo y la necesidad de contemplar estos aspectos en la planificación del entrenamiento de los deportistas.

Problema científico. ¿Cómo contribuir al perfeccionamiento de la superación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo?

Objeto de estudio. El proceso de superación profesional de los entrenadores de ciclismo.

Objetivo general. Diseñar una metodología que sustentada en una concepción teórica de superación profesional en educación ambiental para los entrenadores de ciclismo, contribuya a la mejor conducción del proceso de entrenamiento deportivo.

Métodos teóricos: histórico-lógico, analítico-sintético, hipotético-deductivo, inductivo-deductivo y el enfoque sistémico. Mientras que en el orden empírico están: análisis de documentos, el experimento (pre-experimento), observación, encuesta, método cartográfico, triangulación metodológica, escala de valores, test de inventario de necesidades sentidas y el taller de opinión crítica y de construcción colectiva.

Población. La investigación se desarrolló en la provincia de Granma, que cuenta con un total de 33 entrenadores de ciclismo, para un 100 %, todos graduados son profesionales en Cultura Física; 10 con categoría de máster y 3 especialistas.

Contribución a la teoría. Se expresa en una concepción teórica de superación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo, donde se establecen relaciones entre el subsistema teórico y el metodológico, además de los nodos conceptuales para la contextualización de los contenidos (conceptos, hechos y principios) a las condiciones y características del entrenamiento deportivo, como nueva revelación lógica de sistematización teórica que enriquece el proceso estudiado.

Significación práctica. Se concreta en la metodología, contextualizada a las condiciones y características del entrenamiento deportivo en el ciclismo; en la que se aporta un manual y mapa ecológico, como herramientas prácticas para la instrumentación en la superación en educación ambiental de los entrenadores.

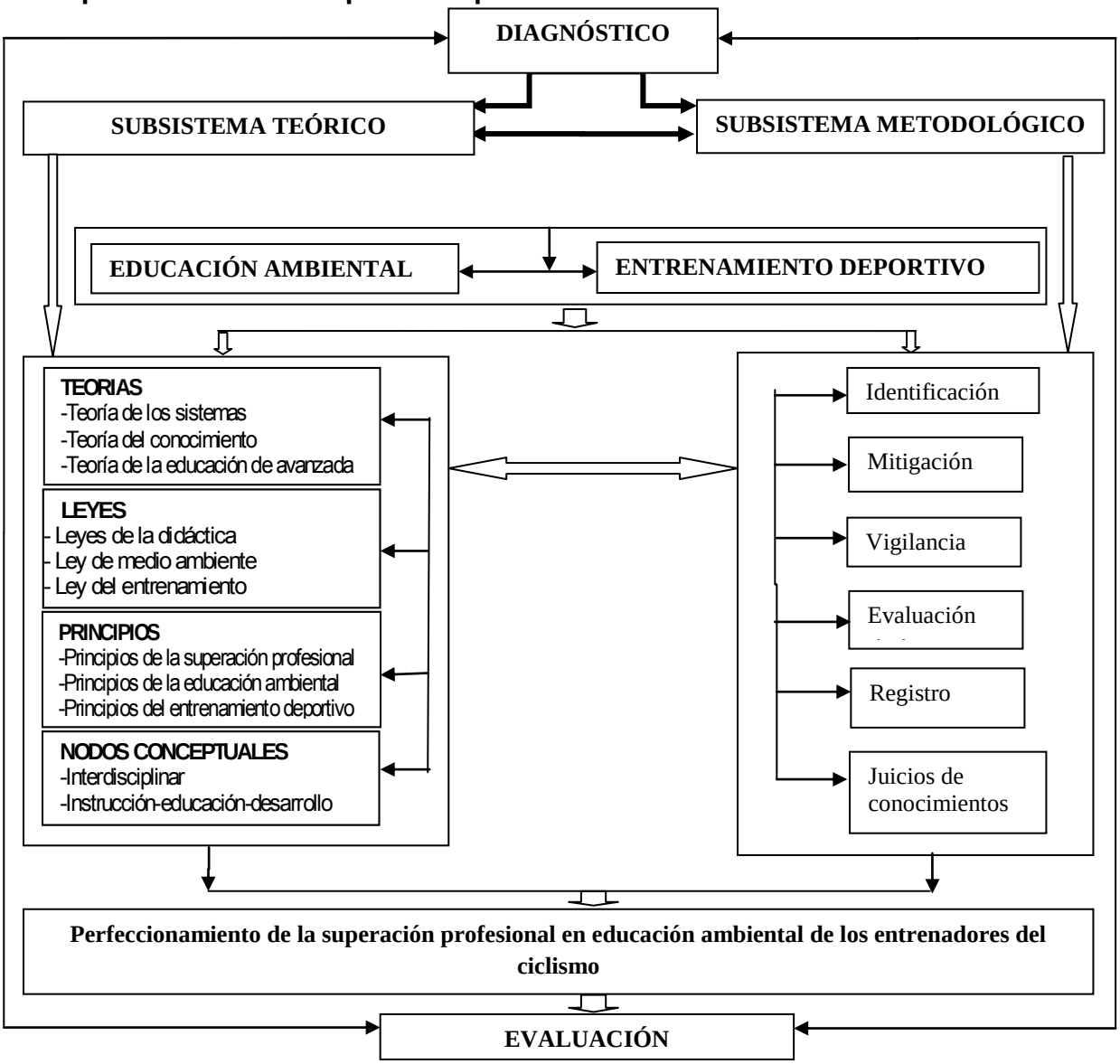
DESARROLLO

Las necesidades detectadas condujeron a dirigir la investigación a la elaboración de una concepción teórica, para solucionar las insuficiencias en la superación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo, a partir de considerar el criterio de Valle Lima, A. (2007), donde el subsistema actúa como regulador de la estructura propuesta y eslabón conducente a totalidades superiores y más complejas.

En el subsistema teórico-conceptual se valoran los sustentos, la cual comprende:

1. Teorías, leyes y principios que sustentan la perspectiva de superación profesional en la relación medio ambiente-deporte aplicada al ciclismo.
2. Componentes esenciales de la concepción teórica.
3. Los nodos conceptuales: el enfoque interdisciplinario, lo instructivo-educativo-desarrollador.

Concepción teórica de superación profesional en educación ambiental



Componentes esenciales de la concepción teórica. El sustento a utilizar durante el análisis de la superación profesional en educación ambiental de los entrenadores, contribuye a trasformar su forma de pensar, respecto al medio ambiente. Por lo tanto, en la concepción teórica propuesta se identifican los siguientes componentes.

Proceso de educación ambiental. Se valora desde diversos puntos de vistas y autores, como la adquisición de conocimientos, habilidades y los valores en relación con la conservación y transformación del medio ambiente, en el cual se declara la existencia de varios puntos de vista convergentes, según sus objetivos, los que conceptualizan el ambiente como totalidad, construir un proceso permanente que penetre los distintos grados escolares y de la vida social en conjunto, examinar los principales problemas ambientales en lo local, nacional, regional y global, además de enfatizar en la acción participativa con responsabilidad.

Al enunciar los principios ambientales, que como encargo social, cambian las actitudes y conductas en la relación hombre-medio y referentes que guían a:

- Fundamentar la educación ambiental como ética que se basa en valores.
- Entrecruzar con un carácter interdisciplinario las dimensiones ecológicas, sociales, políticas, éticas, antropológicas y psicológicas.
- Considerar a los seres humanos como parte de la naturaleza con enfoque sistémico.
- Resolver los problemas con un pensamiento alternativo, como necesidad de cambio metodológico, que haga coherente los principios de la educación ambiental.
- La integración de los elementos conceptuales del medio ambiente.

El proceso de entrenamiento deportivo. Visto por Matvéev, L. P. (1983), como un proceso pedagógico organizado, con sus leyes y categorías pedagógicas (objetivos, contenidos, métodos, medios y evaluación de los resultados, a través de los test). A este le atañen los principios pedagógicos generales de la Teoría y metodología del entrenamiento deportivo, pues posee una preparación psico-pedagógica adecuada, aplicado con los métodos de enseñanza, durante el logro de resultados eficaces.

Se coincide con Romero Frómeta, E. (2010), Zaldívar Pérez, B. (2011) y Peralta Flores, A. (2013), al señalar que durante el entrenamiento se evidencia la relación de la práctica deportiva con el ambiente, durante el desarrollo de las capacidades, ya que el medio natural, es la fuente de energía para los procesos aerobios y anaerobios.

Subsistema metodológico. En este se precisan las teorías, las leyes y los principios que fundamentan la concepción de superación profesional diseñada, como base del subsistema metodológico, evidentes en sus fundamentos teórico-metodológicos. En

este se aplican diversos métodos que evidencian la necesidad de concebir los aportes prácticos de la concepción teórica, la cual comprende en su estructura los siguientes elementos: identificación de los riesgos, mitigación de los problemas latentes, vigilancia de los resultados, registro de los resultados, de acontecimientos/hechos, juicios de conocimientos y la valoración de las transformaciones logradas.

Juicios de conocimientos: permite valorar las transformaciones logradas, al considerar su doble valor: como respuestas a las preguntas centrales del diagnóstico y por sugerir otras interrogantes conducentes a nuevas búsquedas. Aspectos que según los contenidos ambientales, en su construcción y desarrollo, se valoran en:

- La forma de concebir las etapas e indicaciones metodológicas durante la contextualización de los contenidos ambientales en el deporte.
- La contextualización del contenido en el Programa Integral de Preparación del Deportista de ciclismo, con el medio ambiente de forma sistémica e interdisciplinaria.
- La identificación de las formas para llevar de contenidos se hacen a los interesados.
- El registro ayuda a los entrenadores a construir los conceptos ambientales, con una comprensión de la esencia cognitiva del proceso, al establecer la relación metodológica y dinámica, realizar juicios, registros, valorar los hechos, la mitigación y la vigilancia.

Metodología para la superación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo

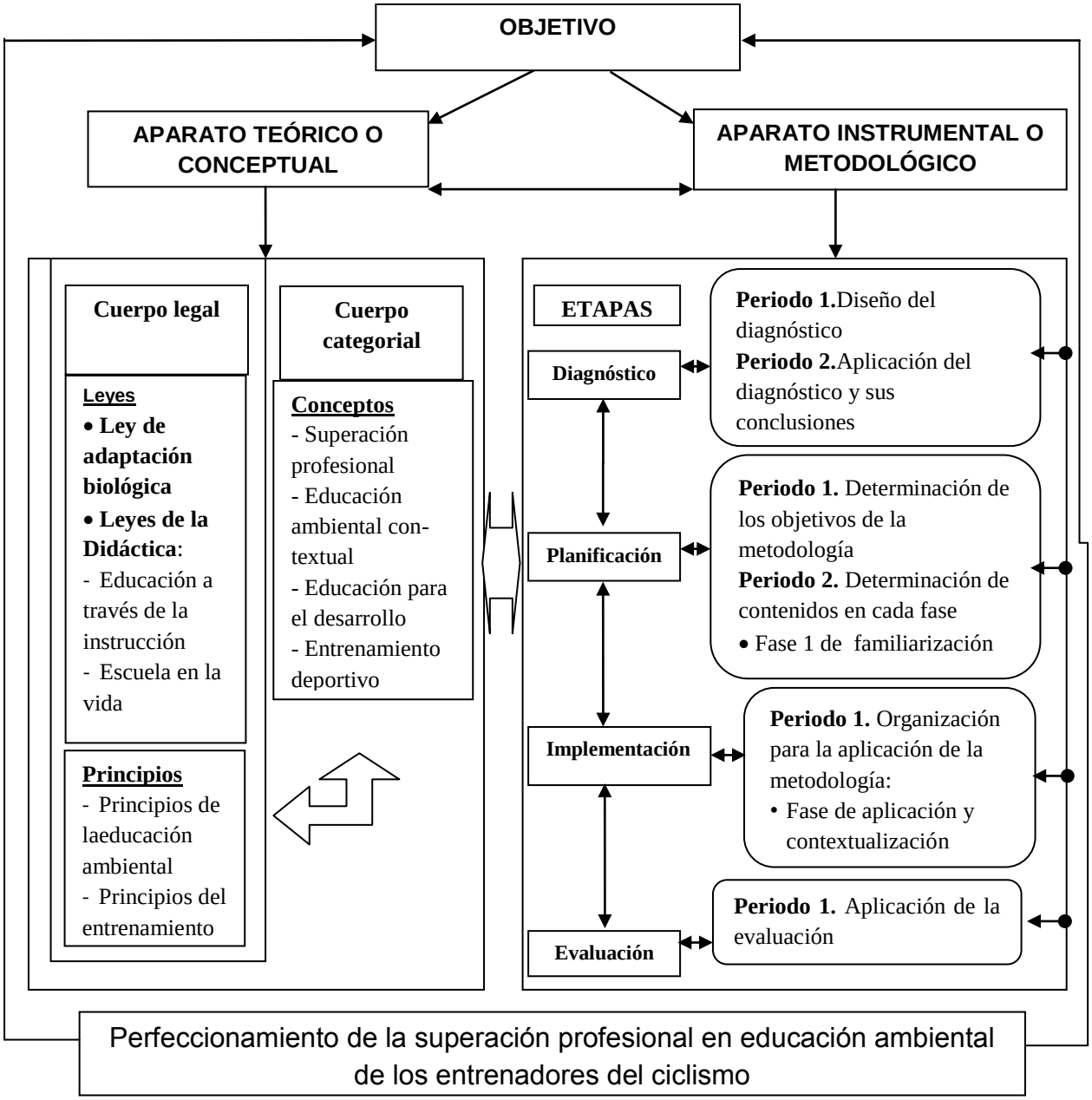
Aparato teórico o cognitivo

El cuerpo legal de la metodología está formado por leyes, que se asumen de diferentes ciencias. Mientras que en el cuerpo categorial de la metodología se explican las bases conceptuales que potencian el aspecto cognitivo, para la comprensión de la realidad. Fueron seleccionados los contenidos, habilidades y valores ético-ambientales, referidos en el manual elaborado: medio ambiente, dimensión ambiental, educación ambiental formal y no formal, formación ambiental, ecología, riesgos, pensamiento y conciencia ambiental.

Al valorar la ley básica del entrenamiento se trabaja la interdisciplinariedad, desde el análisis crítico al Programa Integral de Preparación del Deportista de ciclismo, para proponer aquellos contenidos del medio natural, físico, biológico y social, a tratar en el sistema de conocimientos, varias disciplinas en el nodo conceptual interdisciplinar.

Mediante la ley didáctica “educación a través de la instrucción”, asumida por Álvarez de Zayas, C. M. (1999), se concreta el nodo conceptual instructivo-educativo-desarrollador de la concepción teórica, al explicar las particularidades psico-

pedagógicas de los entrenadores de ciclismo, con contenidos ambientales y del entrenamiento deportivo, durante la superación profesional.



En el cuerpo categorial de la metodología se explican las bases conceptuales que potencian el aspecto cognitivo, para la comprensión de la realidad. Fueron seleccionados los contenidos, habilidades y valores ético-ambientales, referidos en el manual elaborado: medio ambiente, dimensión ambiental, educación ambiental formal y no formal, formación ambiental, ecología, riesgos, pensamiento y conciencia ambiental.

Aparato metodológico o instrumental

El aparato instrumental o metodológico se conforma en cuatro etapas funcionales e interdependientes unas de otras; en ellas se incluyen fases y procedimientos en tres

momentos, con sus respectivas indicaciones metodológicas que tienen su propia identidad y función orgánica. Su soporte lógico, práctico, estructural, instrumental y organizativo, comprende tres ciclos de trabajo metodológico (compuestos por seminarios, conferencias, clases metodológicas instructivas, demostrativas y abiertas) y ocho talleres especializados, concebidos como encuentros que se realizan en el marco de la preparación metodológica de los entrenadores de ciclismo: Etapa 1 de exploración y diagnóstico, etapa 2 de planificación de la metodología, etapa 3 de implementación y etapa 4 de evaluación y control.

Etapa 1. Exploración y diagnóstico. Tiene como punto de partida la existencia de un problema, que exige dos tipos de actividades básicas: el registro de información para la determinación de regularidades y las nuevas necesidades, así como la proyección del trabajo metodológico y los talleres especializados, mediante juicios para comprender la realidad existente y la problemática a solucionar; posee un carácter parcial, pues posibilita arribar a conclusiones.

Etapa 2. Planificación de la metodología. Su estructura, muestra la lógica y las relaciones sistémicas integradas entre cada componente, a partir de los cuales se fundamentan sus partes funcionales. En ella se refleja el ordenamiento secuencial de cada periodo, fase y procedimiento, dirigida a lograr una superación profesional transformadora y científica, según las exigencias actuales de la enseñanza del ciclismo y la búsqueda de soluciones a los problemas que faciliten mitigar, atenuar o prevenir los riesgos y peligros latentes.

Objetivo general. Perfeccionar la preparación teórico-metodológica en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo, mediante procedimientos (momentos) que posibilitan aprender a enseñar y a contextualizar dichos conocimientos en el entrenamiento deportivo, dirigido a mejorar la conducción de este proceso.

Entre las principales fases que comprenden la metodología, se encuentran:

Fase de familiarización. Se puede desarrollar en correspondencia con la dimensión de conocer, que comprende un ciclo metodológico y los talleres especializados (1, 2, 3).

La fase de aplicación y contextualización, que forma parte del primer periodo, se vincula con la dimensión cognitiva o del saber, a partir del nivel de asimilación productivo; los debates deben partir de lo conocido, al tomar como base los contenidos precedentes.

Fase de consolidación. Se inserta en la dinámica de la dimensión actuar, comprende el nivel de asimilación productivo-creativo y toma como punto de partida la experiencia

profesional de los entrenadores, en la conducción del proceso de entrenamiento de ciclismo, para potenciar el tratamiento de los contenidos del Programa Integral de Preparación del Deportista, con la implicación de contenidos ambientales.

Manual de superación profesional en educación ambiental para los entrenadores de ciclismo, se proyecta teniendo en cuenta la metódica de los talleres especializados, dirigido a mejorar la comprensión de los conocimientos del componente ambiental, como base conceptual y herramienta metodológica, durante la autopreparación de los entrenadores del deporte. Su estructura se conformó por presentación, prólogo, introducción, parte principal, bibliografía.

Valoración teórica de la metodología para la superación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo y evaluación de su efectividad

- Las expectativas versaron en la posibilidad de ampliar el uso de métodos educativos, mediante el desarrollo de las actividades, que facilitaron la reflexión sobre los problemas y su influencia en el entrenamiento, enriquecida con la experiencia profesional de los entrenadores.
- La concreción del mapa ecológico garantizó analizar los problemas ambientales que afectan la práctica del ciclismo, a partir de aprender a pensar de forma global y actuar de forma local.
- Se planificaron tres ciclos metodológicos en las tres fases de la metodología, que se cumplieron al 100 %, donde se valoró la integración interdisciplinar lograda en los contenidos, como el fundamento científico, derivado del análisis de varias disciplinas en el ciclismo.
- Se valoró el contenido del Programa Integral de Preparación del Deportista de ciclismo respecto a los contenidos ambientales, habilidades y valores asequibles para el deporte.
- El 100 % de los entrenadores considera que la novedad de los talleres se basó en los fundamentos teórico-metodológicos, aportados en el manual, pues a partir de la dinámica empleada se elevó su conocimiento y cultura ambiental.
- La metodología fue una herramienta teórico-práctica necesaria para la superación profesional de los entrenadores, al incluirse la educación ambiental en cada una de las etapas del entrenamiento deportivo, aspecto que resaltó su rol pedagógico.

- Durante el desarrollo de la superación profesional de los entrenadores de ciclismo, se potenció la forma de pensar, hacer y ser, para perfeccionar sus conocimientos, valores valores ético-ambientales y habilidades, dirigido a mejorar su labor profesional.

CONCLUSIONES

1. El diseño de la concepción teórica, se conformó por un subsistema teórico y uno metodológico, la cual sirvió de sustento a la metodología concebida para la superación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo.
2. El diseño de la metodología con carácter sistémico, interdisciplinario e integrador, para la superación profesional en educación ambiental de los entrenadores de ciclismo, se estructuró por el aparato cognitivo y el instrumental, concretado en la práctica por medio del manual elaborado.

Referencias bibliográficas

1. Addine Fernández, F., García Gutiérrez, G. (2001). Formación permanente de profesores. Retos del siglo XXI. En *Curso Pre-reunión del Evento de Pedagogía* (ed), (p. 20). La Habana.
2. Algarra, J. L., López, A. M. (2002). *Ciclismo y rendimiento: Aprender a entrenar las capacidades físicas.* União Velocipedica Portugueza: Federação Portugueza de Ciclismo.
3. Alonso Villasuso, M. (2009). *Cultura Física y medio ambiente*. La Habana: Editorial Deportes.
4. Amador Martínez, A. (julio-diciembre, 1989). La preparación del maestro y las relaciones interpersonales. En *Ciencias Pedagógicas*. (19). 5-9.
5. Añorga Morales, J. (2001). *La educación avanzada*. Barcelona: Ediciones Octaedro y Editorial Academia.
6. Armas Ramírez de, N., Lorences González, J. (2003). *Características y diseño de los resultados científicos como aportes de la investigación educativa*. Villa Clara: Universidad Pedagógica “Félix Varela”.
7. Arias Herrera, E., Barrios Ruiz, J., Frías Armenteros, P. (2007). *Programa de preparación del deportista.* La Habana: Comisión Nacional de Ciclismo.
8. Barry, C., Flores Bedregal, T. (1972). *Principios del desarrollo sostenible*. Recuperado de http://www.revistafuturos.info/futuro/teresa.

9. Boza Torres, K. (2002). *Perfil de rendimiento deportivo en el ciclismo granmense*. (Tesis de licenciatura en Cultura Física inédita). Iscf, Granma.
10. Castelled De, L. (1985). *Manual de cicloturista*. Barcelona: Editorial Imprimiex.

Título: Los juegos tradicionales populares del Ecuador y su importancia en el desarrollo intercultural.

Autores: M.Sc. Marcelo Geovanny Vásquez Cáceres mvasquez@unach.edu.ec, geovannyvasquezcaceres@yahoo.es

Mg. Tannia Alexandra Casanova Zamora; tcasanova@unach.edu.ec, host.chim@yahoo.es

Institución. Universidad Nacional de Chimborazo

País: Ecuador

RESUMEN

Para el desarrollo del presente trabajo se ha partido de la necesidad de realizar una propuesta que unifique la interculturalidad en los seres humanos a través de los juegos tradicionales populares La identidad es el elemento que nos permite interrelacionarnos con otras culturas sin perder la propia, es un elemento constitutivo de la vida social. Por lo tanto, es la base de la sociedad, en donde, "la memoria colectiva puede entenderse como un ancla de la identidad y, a la vez, como un vasto campo fértil para el surgimiento de nuevas y variadas formulaciones de la identidad" (Devalle, 1999: 43). La interculturalidad es el contacto e intercambio entre culturas, es decir, entre personas, prácticas, saberes, valores y tradiciones culturales distintas, los que podrían darse en condiciones de igualdad o desigualdad" (Viaña, et al. 2010: 77). En esta perspectiva se considera que la Interculturalidad siempre ha existido y su principal muestra es el mestizaje y que mejor manera de relacionar al individuo que través de juegos que permitan conocer su origen procedencia y relacionarse unos con otros a través de la diversidad. En esta investigación se utilizó los métodos: Inductivo, deductivo, procedimental y analítico; puesto que es un proceso racional, sistemático y lógico, los tipos de investigación fue bibliográfica, descriptiva, explicativa porque está dirigida a la situación de la problemática a resolver; el nivel de investigación es correlacional, descriptiva porque analiza y evalúa la relación de la investigación. Se propusieron soluciones para cumplir las expectativas en mejorar la interculturalidad a través de la utilización de juegos tradicionales populares con

enfoques y nuevas iniciativas que fortifican el proceso formativo como el pilar fundamental en el ámbito socio-educativo, tomando al juego como una práctica diaria en la que se fomentaron, habilidades y destrezas que van a servir a los individuos a lo largo de toda su vida y sobre todo fomentando su identidad
Palabras claves: Interculturalidad, Educación, juego, diversidad.

Title: The popular traditional games of Ecuador and its importance in intercultural development

SUMMARY

For the development of the present work has started from the need to make a proposal that unifies interculturality in human beings through popular traditional games Identity is the element that allowsus to interact with other cultures with o utlos in gone'sown, is a constitutive element of social life. Therefore, it is the basis of society, where "collective memory can be understood as an anchor of identity and, at the same time, as a vastfertile field for the emergence of new and varied formulations of identity" (Devalle, 1999: 43). Interculturality is the contact and exchange between cultures, thatis, between people, practices, knowledge, values and different cultural traditions, which couldoccur in conditions of equalityorinequality "(Viaña et al., 2010: 77). In thisperspectiveitisconsideredthatthe Interculturality has always sexisted and its mainsampleisthe mestizaje and whatbetterway to relate to the individual thanthroughgamesthatallow to knowtheirsourceorigin and relate to eachotherthroughdiversity. In this research we used the methods: Inductive, deductive, procedural and analytical; sinceitis a rational, systematic and logical process, the types of research were bibliographic, descriptive, explanatory because it is directed to the situation of the problem to be solved; the level of researchiscorrelational, descriptive because itanalyzes and evaluatestherelationship of research. Solutionswereproposed to meetexpectations in improvinginterculturalitythroughthe use of popular traditionalgameswithapproaches and new initiativesthatfortifytheformativeprocess as the fundamental pillar in the socio-educationalfield, takingthegame as a

dailypractice in thethatwerefostered, skills and skillsthatwillserveindividualsthroughouttheirlives and aboveallfosteringtheiridentity.
Palabras claves: Interculturality, Education, play, diversity..

INTRODUCCIÓN

En los últimos años se ha discutido mucho sobre la interculturalidad esta es una buena noticia, porque quiere decir que la gente se interesa en el tema. Sin embargo, parece que aún quedan algunos puntos que deben ser depurados y ciertos aspectos que pueden ser mejor tratados. L o que se propone es hacer un aporte al conocimiento de la interculturalidad a través de los juegos tradicionales populares Ecuatorianos. Con el único objetivo de rescatar su historia e importancia y el valor de los mismos en la cultura del país, especialmente de quienes están al frente de las organizaciones sociales, educativas y de la comunidad en sí y de esta manera que tengan mayores elementos de juicio para comprender la realidad de nuestro país. Como su cuestión central no puede tratarse en forma aislada, Con este trabajo se propone hacer un aporte al conocimiento de la interculturalidad y de su vigencia en el Ecuador y al mismo tiempo rescatar los juegos tradicionales populares.

Ecuador unido y diverso hace dos décadas los sectores progresistas planteaba que la lucha por los derechos indígenas involucraba hacer del Ecuador un país plurinacional. Con el progreso y una vez que se han definido mejor las realidades y los términos de interculturalidad, está claro que se debe promover la identidad de los pueblos indígenas, montubios, cholos, chagras, indio de la Sierra, indios del Oriente, afro Ecuatorianos, etc. y desarrollar a fondo sus derechos colectivos, y promover la “interculturalidad” y que mejor manera de hacerlo que a través de la utilización de juegos tradicionales populares.

La interculturalidad debe asumirse como designio de sociedad, como proyecto político, social, epistémico y ético, dirigido a la transformación estructural para una sociedad distinta, que no se quede en el enunciado sino que requiere del accionar compartido de cada instancia social, política, educativa y humana (Walsh, 2009:48).

“La interculturalidad es un conocimientorespectivamente moderno que lo estudian la sociología, antropología, comunicación y el marketting.” Es la interacción de dos o más culturas a través del diálogo. A pesar de que existen diferencias entre las diversas culturas, no existe ninguna cultura hegemónica, es decir, ninguna está por encima de otra, todos son iguales, en el sentido de derechos humanos.

Aunque existen conflictos y diferencias se arregla a partir del diálogo. Con la interacción de uno con otros realizando dinámicas grupales a través de la utilización de juegos tradicionales populares. La interculturalidad también se da en la inmigración. Cuando otras personas llegan a otro país, hay mucha interacción. En pocas palabras se podría decir que la interculturalidad es una hibridez cultural, es decir, que diversas culturas conviven y se mezclan entre sí, sin hacerse un mestizaje.(García Canclini, (1989))

Interculturalidad relacional.- Esta perspectiva define la Interculturalidad como “el contacto e intercambio entre culturas, es decir, entre personas, prácticas, saberes, valores y tradiciones culturales distintas, los que podrían darse en condiciones de igualdad o desigualdad”(Viaña, 2010)

En esta perspectiva se considera que la Interculturalidad siempre ha existido y su principal muestra es el mestizaje. El problema con esta perspectiva es que tiende a ocultar y minimizar los contextos de poder inequitativo en los que estas relaciones se desarrollan, por lo que limita a la Interculturalidad “al contacto y a la relación —muchas veces a nivel individual—, encubriendo o dejando de lado las estructuras de la sociedad —sociales, políticas, económicas y también epistémicas— que posicionan la diferencia cultural en términos de superioridad e inferioridad” (Viaña, 2010)

Interculturalidad funcional.- Esta concepción se “… enraíza en el reconocimiento de la diversidad y diferencia culturales, con metas a la inclusión de la misma al interior de la estructura social establecida” (Viaña, 2010) Nace de los sistemas neoliberales de poder y su necesidad de crecimiento y desarrollo. Desde estos postulados lo intercultural no cuestiona las relaciones de poder y dominación existentes entre pueblos y culturas, expresadas en asimetrías sociales. Esta es una noción de interculturalidad que se reduce a la actitud, de abrirse y aceptar al

otro, sin cuestionar las condiciones inequitativas en la que estas relaciones se encuentran(Comboni Salinas, 2013). CARE Ecuador / Formación de agentes culturales y comunicación intercultural 30 El problema con esta interpretación de Interculturalidad es que al incluirla en “una lógica que reconoce la diferencia, sustentando su producción y administración dentro del orden nacional, neutralizándola y vaciándola de su significado efectivo [la vuelve] funcional a este orden y, a la vez, a los dictámenes del sistema mundo y la expansión del neoliberalismo” (Comboni Salinas, 2013). Por lo tanto, no se puede hablar de Interculturalidad, especialmente en sociedades latinoamericanas, sin tomar en cuenta las relaciones de poder y dominación que históricamente han segregado a pueblos y nacionalidades indígenas, a jóvenes, niños, ancianos y mujeres. La apuesta es entonces por una Interculturalidad Crítica que busque la eliminación de la subordinación, tanto de las personas como de sus conocimientos, saberes y formas de producción y reproducción de la vida. Interculturalidad crítica La Interculturalidad Crítica, a la cual nos adscribimos, es un paradigma que propone cambios en la ética universal de las culturas, pero sobre todo es una alternativa crítica para producir una transformación de las culturas por medio de la interacción (Comboni Salinas, 2013).

La Interculturalidad Crítica.- es la construcción de y desde la gente que ha sufrido una historia de sometimiento y subalternización. Esto en Ecuador es “un concepto, apuesta y proyecto acuñado y significado por el movimiento indígena; principio ideológico de su proyecto político que —desde los noventa— ha venido punteando la transformación radical de las estructuras, instituciones y relaciones existentes”(Walsh, 2009). La Interculturalidad Crítica no es solo una disputa o negociación entre pueblos y el Estado, es una lucha que surge a la par de la reivindicación de la autonomía de los pueblos desde leyes, instituciones, principios y prácticas. Interculturalidad, derechos humanos y derechos colectivos Así, la Interculturalidad Crítica no puede ser comprendida fuera de la de-colonialidad, que entiende a la Interculturalidad como proceso y proyecto dirigido hacia la construcción de otros modos del poder, saber, ser y vivir.

Los juegos tradicionales son los juegos clásicos, que se realizan sin ayuda de juguetes tecnológicamente complejos, sino con el propio cuerpo o con recursos fácilmente disponibles en la naturaleza (arena, piedrecitas, ciertos huesos como las tabas, hojas, flores, ramas, etc.) o entre objetos caseros (cuerdas, papeles, tablas, telas, hilos, botones, dedales, instrumentos reciclados procedentes de la cocina o de algún taller, especialmente de la costura). También tienen la consideración de tradicionales los juegos que se realizan con los juguetes más antiguos o simples (muñecos, cometas, peonzas, pelotas, canicas, dados, etc.), especialmente cuando se autoconstruyen (caballitos con el palo de una escoba, aviones o barcos de papel, disfraces rudimentarios, herramientas o armas simuladas); e incluso los juegos de mesa (de sociedad o de tablero) anteriores a la revolución informática (tres en raya, parchís, juego de la oca, barquitos etc.) y algunos juegos de cartas.

Su objetivo puede ser variable y pueden ser tanto individuales como colectivos; aunque lo más habitual es que se trate de juegos basados en la interacción entre dos o más jugadores, muy a menudo reproduciendo roles con mayor o menor grado de fantasía. Generalmente tienen reglas sencillas. Las relaciones sociales establecidas por los niños en los juegos, especialmente cuando se realizan en la calle y sin control directo de los adultos (juegos de calle), reproducen una verdadera cultura propia que se denomina cultura infantil callejera.Cuando la totalidad de la vida de los niños se desarrolla autónomamente y de forma ajena al cuidado de los adultos, se habla de niños de la calle. Las relaciones entre niños (tanto las debidas al juego como a otras interacciones) que tienen lugar dentro del entorno escolar son una parte fundamental del denominado currículum oculto.

Los juegos que implican actividad física casi siempre son ejecutados al aire libre, implican alguna forma de expresión corporal y tienden a servirse de habilidades motrices básicas como saltar, correr o caminar, entre otros. Por su relación con la denominada fase de la expresividad motriz de la psicomotricidad son también llamados juegos motrices. Se realizan desde muy temprana edad, constituyendo

una necesidad para el desarrollo: los bebés, espontáneamente o estimulados por sus padres o hermanos, comienzan su relación con el juego girando ante sus ojos sus propias manos (en español se les canta la canción cinco lobitos) o tapándose con ellas los ojos (un juego similar al escondite, que se denomina cu-cu o cu-cu-tras).(Brugué, 2003)

Juegos populares.-Son juegos más solemnes que también han sido transmitidos de generación en generación, pero su origen se remonta a tiempos muy lejanos.

No solamente han pasado de padres a hijos, sino que en su conservación y divulgación han tenido que ver mucho las instituciones y entidades que se han preocupado de que no se perdieran con el paso del tiempo. Están muy ligados a la historia, cultura y tradiciones de un país, un territorio o una nación. Sus reglamentos son similares, independientemente de donde se desarrollen.

El material de los juegos es específico de los mismos, y está muy ligado a la zona, a las costumbres e incluso a las clases de trabajo que se desarrollaban en el lugar.

Sus practicantes suelen estar organizados en clubes, asociaciones y federaciones. Existen campeonatos oficiales y competiciones más o menos regladas.

Algunos de estos juegos tradicionales con el tiempo se convirtieron en deportes, denominados tradicionales, de modo que la popularidad que tienen entre los habitantes de un territorio o país compite con la popularidad de otros deportes convencionales. Algunos ejemplos: la petanca, el chito, los bolos, la rana, etc.

Entre éstos, podríamos encontrar juegos que con el tiempo se han convertido en verdaderos deportes ligados a una región, y que solo se practican en ella, llegando a formar parte de las tradiciones culturales. El origen de los juegos y deportes tradicionales está ligado al propio origen de ese pueblo, por ello, los denominan

juegos o deportes autóctonos. Algunos ejemplos son: la Lucha canaria, el silbo, el palo canario, la soga tira, la pelota mano, el lanzamiento de barra, etc.

Juego son las actividades lúdicas se las conocen como juego y es: “Una actividad de la persona entera, individual o social, realizada espontánea o libremente y satisfactoria en sí misma”. (Cañade Pulido, 2009)

“El juego puede ser una de las maneras de disfrutar el tiempo de ocio, como un modo de entretenimiento. Si bien el juego tiene reglas específicas su diferencia con el deporte radica en que este último no solo posee reglas claras si no que se practica dentro de una institución deportiva y requiere constancia, trabajo en equipo y fijación seria de objetivos”. (Mariotti, 2011)

Los niños juegan de distintas formas en donde muchas veces ellos lo crean. Según Piaget y otros, hay cuatro categorías de juego:

Juego funcional:que comienza durante la infancia, este involucra movimientos musculares repetitivos como hacer rebotar una pelota, este tipo de juego permite al niño identificar su entorno.

Juego constructivo: que es el segundo nivel de complejidad cognoscitiva, abarca los niños pequeños y preescolares, aquí se involucra el uso de objetivos o materiales para hacer algo. Estos estimulan el desarrollo de la imaginación y creación del menor. Este tipo de juego es más elaborado, lo que le permite dar un mejor manejo a las cosas como forma, colores, texturas, etc.

Juego de simulación: se basa en la función simbólica. Aquí el niño comienza a desarrollar su imaginación e imita una serie de situaciones que ya ha visto.

Juegos formales: se juega con reglas en donde el niño ya conoce ciertas normas aceptadas por los demás jugadores, por lo que este juego se realizaría en grupo, lo que demuestra el avance social que ha alcanzado el menor.

El trompo es un juguete muy antiguo y que fue permaneciendo vigente a través del tiempo. Hay rastros de trompos en pinturas muy antiguas y en textos literarios que citan el juego. Se han hallado trompos pertenecientes a la civilización romana, y también en Tebas. También hay diversos ejemplares de trompos americanos, en México, en Argentina, que dan testimonio de su permanencia en el tiempo.

El yo-yo tuvo su origen en un artilugio de caza, que usaban en los comienzos de la Edad Moderna, ciertas civilizaciones para obtener sus presas para alimentarse, y requería de cierta habilidad para manejarlo.

La rayuela es uno de los juegos más conocidos en todo el mundo. Su origen no se conoce con exactitud, pero se lo relaciona con los juegos lineales conocidos en tiempos de las civilizaciones egea, griega y romana

METODOLOGÍA.

Su estructura fue de tipo descriptiva, a fin de difundir la importancia de la interculturalidad a través la utilización de utilizar los juegos tradicionales populares de nuestro país.

Los métodos usados fueron:

- Inductivo, va de hechos particulares hacia afirmaciones de carácter general.
- Deductivo, que parte de una síntesis para llegar al análisis de los fenómenos concretos particulares mediante la operacionalización de los conceptos de hechos observables.
- Analítico, consiste en la desmembración de un todo, descomponiéndolo en sus partes para observar las causas, la naturaleza y los efectos.
- Participativo, se basan en el incentivo del propio método activo, del conocimiento y el aprendizaje: el conocimiento crítico se construye, se elabora, por medio de una serie de procesos intelectuales y motrices que implican realizar asociaciones, relaciones, abstracciones.

Los tipos de investigación son de carácter bibliográficos, descriptivos y explicativos porque está dirigida a la situación de la investigación.

Bibliográficos porque tuvo el propósito de detectar, ampliar y profundizar diferentes enfoques teóricos conceptualizaciones y criterios de diversos autores sobre los juegos recreativos, basándose en documentaciones de fuentes como libros, revistas, periódicos y otras publicaciones como fuentes secundarias. Además para sustentar teóricamente los juegos recreativos en el desarrollo motriz en el trabajo investigativo.

Descriptivos porque es el nivel descriptivo de la investigación busca comparar entre dos o más fenómenos, situaciones o estructuras; además pretende clasificar en base a criterios establecidos elementos y estructuras, así como modelos de comportamiento; distribuir datos de variables consideradas aisladamente y aspira caracterizar una comunidad. Todo ello porque se requiere de un conocimiento suficiente, pertinente y sobre todo existe un interés de acción social.

Explicativos porque ya que se tratará de explicar porque ocurrió los fenómenos más allá de la simple descripción, es decir buscando las razones o causas del porque los juegos recreativos en el desarrollo motriz de los niños.

El nivel de la investigación es Correlacional ya que en este nivel de investigación de estudio es en donde se investigó que tipo de aplicación tienen la actividad física, deportes, la recreación, y la incidencia de manera positiva en el desarrollo motriz.

DescriptivaPorque sirvió para analizar cómo es y cómo se manifiesta un fenómeno y sus componentes. Permiten detallar el fenómeno estudiado básicamente a través de la medición de uno o más de los atributos. Estos estudios describen la frecuencia y las características más importantes de un problema.

CONCLUSIONES

Del trabajo realizado se desprenden algunos resultados que deben ser mencionados puesto que estos son la base que sustenta la pertinencia del tema tratado:

- Difundir la importancia de la interculturalidad a través de los juegos tradicionales populares.
- Practicar juegos que permitan la interrelación de diferentes etnias
- Motivar la práctica de juegos rescatando a los mismos a su práctica.

Los juegos populares tradicionales del Ecuador se estaban perdiendo por la falta de difusión a las nuevas generaciones las mismas que iban adquiriendo nuevas costumbres incluso del extranjero por la televisión e internet de tiempos modernos; no tenían ni si quiera idea los juegos tradicionales populares y la interculturalidad de sus antepasados; con esta trabajo se pretende concientizar, difundir , socializar a las generaciones actuales lo nuestro lo autóctono la tradicional y al mismo tiempo difundir la importancia de la interculturalidad.

BIBLIOGRAFÍA

Antoine, Abbadie, Patricia,. 1987. Desarrollo infantil integral. España : INICE, 1987.

Antuña, Ribes, María Dolores. 2011. El juego infantil y su metodología. Bogotá : MAD, S.L., 2011.

Blázquez, Domingo y Emilio Ortega. 2005. La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años. s.l. : Editorial San Marcos, 2005.

Brugué, Marta Sadurní. 2003. Los primeros juegos infantiles - El desarrollo de los niños, paso a paso. 2003. ISBN 8483187698.

Cañade Pulido, María del Mar. 2009. La expresión corporal en la etapa infantil. Barcelona-España : Grafos, 2009.

Céspedes. 2003. La recreación Infantil. s.l. : Trillad, 2003.

Comboni Salinas, Sonia, y José Manuel Juárez Núñez. 2013."Las interculturalidad identidades y el diálogo de saberes. 2013.

Diego, Campo. 1983. Niños pequeños en acción. Buenos Aires : Andrés Bello, 1983.

Duarte, Jakeline. 2012. Ambientes de aprendizaje. [En línea] 2012.

Emilio, Grassier. 2005. Manual del desarrollo psicomotor. Barcelona : Prosvieschenie, 2005.

García Canclini, Néstor. (1989). Estrategias para entrar y salir de la modernidad Culturas híbridas. México. : Grijalbo, (1989).

Mario, Calderón. 1999. Educar jugando. Lima Perú : San Marcos, 1999.

Mariotti, Fabián,. 2011. La recreación y los juegos: las competencias a través del juego. México : Trillas, 2011.

Paredes, Freire , William, Ariel,. 2011. Investigación Acción. Primera Edición. Quito-Ecuador : Rijabal, 2011.

Real Academia, Española. 2013. Diccionario. Madrid : Real, 2013.

Viaña, Jorge. 2010."Reconceptualizando la interculturalidad". Venezuela Instituto Internacional de Integración-Convenio : Construyendo interculturalidad, 2010.

Walsh, Catherine. 2009. Interculturalidad, estado y sociedad, luchas (de)coloniales de nuestra época. . Quito: Abya-Yala : s.n., 2009.

Título: Multimedia Educativa “GeoIsla”

Autoras: MSc. Aixa Chamizo García

Lic. Informática. Dunia I. Cuello Domínguez

Centro de trabajo: EIDE " Fladio Álvarez Galán"

Municipio Especial: Isla de la Juventud

Resumen

La presente investigación propone la Multimedia Educativa “GeoIsla” para contribuir en el proceso de enseñanza-aprendizaje en las unidades tres y cinco con información actualizada de los contenidos sobre el paisaje geográfico de la Isla de la Juventud en la asignatura Geografía de Cuba de sexto grado, en cuanto a las características físicas, económicas ¯ geográficas y sociales de este paisaje, además constituye un medio de enseñanza para ser utilizado por los maestros en la asignatura Geografía de Cuba. En ella se precisa la importancia que para las actuales y futuras generaciones de cubanos tiene la protección y el cuidado del medio ambiente, así como el aprovechamiento de los recursos naturales como expresión de una adecuada educación ambiental. En ella se precisan referentes teóricos de tipo didáctico, metodológicos y psicológico, que caracterizan el proceso de enseñanza aprendizaje de la Geografía de Cuba, se asumen resultados de investigaciones vigentes relacionadas con la asignatura y que son fundamentos teóricos para perfeccionar y enriquecer la labor del maestro. Asimismo se enfatiza en las características del escolar de sexto grado, en las particularidades del programa. Aparecen además juicios acerca de la información obtenida mediante el proceso de recolección, análisis e interpretación de las técnicas en correspondencia con los métodos de investigación seleccionados, determinándose fortalezas y debilidades del proceso de enseñanza aprendizaje objeto del trabajo. Presenta actividades objetivas, aplicables, flexibles, contextualizadas, actualizadas, con amplias potencialidades afectivas vivenciales, en fin, desarrolladoras, que incluyen observación de láminas, videos y entrevistas, a su vez se integra en la concepción de la relación intermateria lo que propicia la potenciación del pensamiento y la independencia de los alumnos en correspondencia con las actuales transformaciones.

Palabras clave: Multimedia, Geografía, Isla, Asignatura, Aprendizaje

Título: "Por una Sana Diversión". Programa Recreativo Comunitario. Consejo Popular "Pilar-Atarés" 2011-2015

Autor: M.Sc. Luis Leocadio Valdés Ors.

Institución: Dirección Nacional de Recreación INDER.

País: Cuba

Resumen

Al ejercer como profesor de recreación del Consejo Popular Pilar-Atarés, a partir del mes de julio de 2009, identificamos irregularidades en la gestión y programación de las actividades recreativas, y para dar respuesta a esta problemática, recopilamos datos e información sobre la historia de ambas comunidades, realizamos un análisis de la cultura local, determinamos los indicadores y problemas sociales, evaluamos las potencialidades, para finalizar con el análisis del diagnóstico, definición de las prioridades y posibles soluciones a los aspectos más relevantes, y así arribar a la síntesis del problema, que se expresa con la insuficiente oferta recreativa con relación a la demanda. Para el desarrollo de la recreación comunitaria concebimos como utilitarias cuatro herramientas básicas, relativas al diagnóstico, la gestión estratégica, el programa recreativo, y los estudios de satisfacción, para diseñar este paquete tecnológico, tomamos como referencia el concepto europeo con un tratamiento de Fines, Objetivos y Metas; donde el plan es el Modelo de Gestión Estratégica y este emplea el concepto angloamericano de Misión y Visión; los objetivos se homologan con el Programa Recreativo Comunitario; y las metas con los proyectos de recreación física, la promoción artística, y la programación de actividades masivas; estos contienen proyectos que se constituyen en las ofertas de productos ó servicios, sustentados en los conceptos y experiencia cubana. En su diseño se fijaron los objetivos, análisis de factibilidad económica y sustentabilidad, la previsión del ciclo de vida, y las acciones de difusión, promoción y capacitación, así como los mecanismos de control y evaluación.

Palabras Claves: Recreación Comunitaria, Diagnóstico, Gestión, Programa, Satisfacción.

DISEÑO METODOLÓGICO

MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN

Métodos del Nivel Teórico

El método **histórico-lógico** nos permitió el análisis de la cultura local y el comportamiento del fenómeno recreativo. El método de análisis de **fuentes bibliográficas** y **documentales** se tuvo acceso a los antecedentes, desarrollo y evolución de la recreación comunitaria. El método **análisis-síntesis** nos permitió valorar los resultados del diagnóstico, el comportamiento de la gestión del programa recreativo. Al utilizar el método de la **modelación**, logramos disponer de los elementos constitutivos de otros modelos de programas recreativos en el ámbito internacional y nacional.

Métodos del Nivel Empírico

Se empleó el método de la **observación** de tipo estructurada, la **consulta de expertos** en el diseño e implementación de programas y proyectos recreativos, y se aplico el procesamiento **matemático** y **estadístico**, como parte de los estudios relativos a la transformación integral.

TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

Se utilizó la técnica de la **entrevista** realizada a los 25 expertos locales, como parte del diagnóstico a los procesos de gestión de la recreación; y se realizaron **encuestas** a la población, sobre el fenómeno de la recreación y las ofertas locales.

MODELO DE DIAGNÓSTICO PARA LA RECREACIÓN COMUNITARIA

Objetivos del Diagnóstico

- Analizar los antecedentes históricos y de la cultura de ambas comunidades**.**
- Definir las prioridades del resultado del diagnóstico y las posibles soluciones a las prioridades identificadas.
- Profundizar en el diagnóstico a los procesos de gestión del programa recreativo.

Rasgos Positivos	**Rasgos Negativos**
Solidaridad Alegría Religión Música Sentido de Pertenencia La Comparsa La Rumba y el Guaguancó	Alcohol Tabaquismo Violencia Indisciplina Social Calles Rotas Mal Estado de las Viviendas Inadecuada Higiene Comunal

Prioridades del Resultado del Diagnóstico

Fortalezas

- Comisión de Recreación integrada por competentes cuadros, que emplean una estructura de gestión que garantiza la comunicación entre los actores del programa.
- Contar con un Modelo de Gestión Estratégica para la Recreación Comunitaria, en el cual se fijan objetivos a corto, mediano y largo plazo.
- Disponibilidad de una Casa Comunitaria con las condiciones para el desarrollo de actividades recreativas.
- Fuerza técnica con alto nivel de calificación profesional.
- Movimiento de activistas con experiencia práctica que apoyan la ejecución de las actividades recreativas.

Debilidades

- Insuficiente cantidad de Profesores de Educación Física, Deporte, Cultura Física y Arte.
- Insuficiente cantidad de instalaciones y áreas deportivas.
- Inexistencia de ludotecas, cine, sala de video y club de computación.
- Escasa disponibilidad de implementos y medios deportivos, así como instrumentos, medios y equipamiento artístico.
- Limitada disponibilidad de recursos financieros.
- Insuficiencias en la labor de movilización, promoción y divulgación de las ofertas permanentes y de la programación.
- Inexistencia de parques temáticos de entorno campestre, fluvial, costero y marítimo.

Oportunidades

- Marcada tendencia de la población en realizar actividades recreativas en el entorno de su comunidad.
- El otorgamiento de la condición de sede para la celebración de eventos a nivel Municipal, Provincial y Nacional.
- Incremento en la disponibilidad de tiempo libre de la población como resultado de las transformaciones socio-económicas.
- Apoyo logístico y con tecnologías tangibles e intangibles procedentes de entidades gubernamentales y no gubernamentales.
- Las actividades de carácter competitivo son de la preferencia de la población de ambas comunidades.
- La población de Atarés en su mayoría y parte del Pilar, gustan que en las actividades artísticas estén presenten manifestaciones de tipo folclóricas.

Amenazas

- Reajustes ó reducciones del presupuesto destinado a las actividades artísticas.

- Posposición y/o suspensión de actividades por razones no inherentes a los factores locales.
- Afectaciones por variaciones meteorológicas.
- Inadecuados y malos hábitos de conducta, educación formal, respeto al derecho ajeno, y a la propiedad personal y social.

Análisis de los Resultados del Diagnóstico a los Procesos de Gestión

- Se comprueba la inexistencia de un modelo de gestión.
- Relativo al comportamiento de las funciones de dirección, se planteó que las funciones de planificación, organización y control se manifiestan de forma insuficiente.
- Los expertos sugieren la implementación de un nuevo modelo de gestión.

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

Insuficiente cantidad de áreas permanentes y peñas, así como la cantidad actividades recreativas masivas, detrimento de la calidad de ambos servicios, que comprometen la participación comunitaria, al apreciarse un marcado desequilibrio en la relación demanda-oferta; así como la inexistencia de un modelo de gestión, que rija la implementación del Programa Recreativo.

MODELO DE GESTIÓN ESTRATÉGICA PARA LA RECREACIÓN COMUNITARIA

.

Misión

Somos la Comisión de Recreación del Consejo Popular "Pilar-Atarés", desarrollamos un Programa Recreativo de Excelencia, con una visión estratégica, al aglutinar y cohesionar a todos los factores y sectores de la actividad política, económica y social, en función de diseñar con creatividad ofertas recreativas, que preservando el medio ambiente, se destinen al activo y sano esparcimiento de la población, dirigidas a satisfacer sus necesidades, gustos y preferencias en la esfera de la recreación.

Nos afianzamos al uso racional de los recursos humanos, materiales y financieros, promovemos alianzas con entidades gubernamentales y no gubernamentales, que potencialmente puedan aportar al aseguramiento de los Planes y Programas, orientados hacia una sana diversión, que contribuya a consolidar la formación integral y valores revolucionarios.

Visión

Seguiremos forjando un marco propicio para el desarrollo sostenible y ascendente de la Recreación, destinada a la población de las Comunidades "Pilar-Atarés".

Elevaremos cuantitativa y cualitativamente las ofertas, con la aplicación de nuevos conceptos, métodos, y modelo de dirección y gestión; sosteniendo la premisa de dar respuesta a las necesidades, gustos y preferencias recreativas; para así contribuir a la formación integral.

Realizaremos las transformaciones y cambios necesarios, en el enfoque, orientación, estructuración, y materialización del Programa Recreativo; con eficiencia y eficacia en el uso de los recursos humanos, materiales y financieros.

Continuaremos la labor política e ideológica, la formación de valores patrios, y de reafirmación revolucionaria.

Nuestro principal presupuesto será la satisfacción plena del individuo, de manera consciente y voluntaria al percibir que trabajaremos:

"Por una Sana Diversión"

1. Diseñar un Programa Recreativo especialmente dirigido a lograr, la satisfacción de las necesidades recreativas de la población, mediante ofertas de carácter permanente en instalaciones deportivas y culturales.
2. Lograr el incremento de la participación de la población, tanto en las ofertas permanentes, como en las actividades de la programación recreativa.
3. Elevar la calidad de las ofertas recreativas, al lograr aglutinar a los factores y sectores locales en función de garantizar el aseguramiento de las actividades programadas.
4. Realizar estudios sistemáticos de los niveles de satisfacción de la población.

Unidades Estratégicas de Acción, Objetivos y Criterios de Medida.

- **Proyecto de la Recreación Física.**
- **Actividad Física y Promoción de Salud.**
- **Promoción Cultural.**
- **Taller de Transformación Integral y Casa Comunitaria.**
- **Comunicación Social.**
- **Aseguramiento.**
- **Estudios de Satisfacción y Desarrollo Perspectivo.**

MODELO DE PROGRAMA RECREATIVO COMUNITARIO

El modelo de programa recreativo que sugerimos, aborda el fenómeno de la recreación como instrumento de promoción para el desarrollo humano, se tomó en cuenta los factores que influyen en la práctica de las actividades físicas, recreativas y artísticas, por otra parte de analizó por separado y en su conjunto el factor personal, social y ambiental; así como los campos de actuación de la recreación, a partir de la integración familiar, la participación ciudadana, los pasatiempos, juegos, medios de comunicación, la relación formación-educación, la actividad física, la promoción de salud, la práctica de deportes tradicionales y de nueva introducción, el arte, el turismo y las actividades ecológicas.

Objetivos del Programa

- Satisfacer las necesidades recreativas de la población que integra las comunidades de Pilar y Atarés.
- Diseñar e implementar una programación de actividades recreativas masivas, que combine de manera dinámica, equilibrada y armónica, las diferentes manifestaciones deportivas, recreativas y artísticas.
- Contribuir con el proceso de formación integral, en el período comprendido entre 2011-2015, como parte de la labor política e ideológica y la reafirmación revolucionaria.
-

Factibilidad Económica del Programa

En el análisis de factibilidad económica partimos del dato obtenido del total de valores de cada renglón que conforma un proyecto, servicio y actividad de la programación, y una vez valorada la factibilidad en particular de cada proyecto.

Concepto	Total en MN
Recursos Humanos	80,700.00
Contratación de Talento Artístico	44,600.00
Implementos y Medios Deportivos	150,800.00
Instrumentos y Medios Artísticos	250,000.00
Reparación y Mantenimiento de Instalaciones	375,000.00
Transportación	8,400.00
Combustibles	2,650.00
Otros Gastos	2,350.00
Total General Anual	**895,400.00**
Estimado para el Quinquenio 2011-2015	**4,477,000.00**

Sustentabilidad del Programa Recreativo Comunitario

Desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales de la población, la formación política, ideológica e integral, y la cultura en el empleo del tiempo libre, que condicionan la elevación de la calidad de vida, como principal aporte social. Tomando en cuenta lo antes expuesto, podemos calificar la propuesta como un **Programa Sustentable**.

COMPOSICIÓN DEL PROGRAMA RECREATIVO

- Proyecto de la Recreación Física.
- Proyecto de Promoción Artística.
- Proyecto de Programación de las Actividades Masivas Comunitarias.

- **Objetivos Educativos en el Marco de la Implementación de cada Proyecto**
- **Ciclo de Vida de los Proyectos y Programa Recreativo**
- **Principales Acciones de Difusión y Promoción del Programa y sus Proyectos**

- **Principales Acciones de Capacitación de los Actores del Programa Recreativo**

MODELO PARA EL ESTUDIO DE LOS NIVELES DE SATISFACCIÓN

La evaluación de los indicadores de satisfacción de las demandas, comprende el período de inicio del mes de Enero de 2011 a Diciembre de 2015:

- Se registraron más del 85 % de las opiniones favorables sobre la implementación de los proyectos recreativos.
- Al evaluar cada proyecto en particular se alcanzó un nivel de aceptación entre el 81 y el 92 %, con el criterio de ratificar todos los proyectos para el próximo ciclo.
- El practicante sistemático en las áreas permanentes y peñas recreativas se incrementó en un 11 %, y la asistencia a estas creció en un 14 %.
- La participación en las actividades masivas presentó un crecimiento del 15 %; y el participante activo en un 7 %.
- La cantidad de actividades masivas se incrementó en un 12 %, y se extendió a todos los sitios de interés del territorio.
- Al reevaluar el comportamiento de la capacidad de consumo, con relación al diagnóstico la misma se incrementó en un 5 %.

NUEVAS NECESIDADES Y DEMANDAS IDENTIFICADAS

- Un 75 % de la población expresa su inquietud de construir un área deportiva en el espacio de Monte e/ Castillo y Estévez.
- Se ratifica por el 82 % de los pobladores la necesidad de utilizar el teatro Antonio Maceo en actividades comunitarias, y las áreas deportivas del Pre-Pedagógico Fulgencio Oroz.
- Solicitan el 78 % de los practicantes, un local con las condiciones adecuadas para el montaje de una Sala de Ajedrez.

El programa recreativo en su etapa de contexto, y durante el último año de aplicación, alcanza la finalidad de ser identificado por la población, como la principal alternativa para la satisfacción de las demandas recreativas.

CONCLUSIONES

1. El diagnóstico a los procesos de gestión del programa recreativo, el análisis de la participación comunitaria y la relación oferta-demanda.
2. La propuesta en cuestión se califica como plan y programa de tipo deportivo, recreativo y artístico, y cumple los principios de organización, racionalidad, compatibilidad y coherencia.
3. El Plan y Programa Recreativo Comunitario está destinado a resolver el problema de la insuficiente oferta sobre la creciente demanda de actividades recreativas.

BIBLIOGRAFÍA

- Barbón Díaz, María Regla e Isabel Mora Montejo. (2010). La Comunidad de Atarés. La Habana. Grupo para el Desarrollo Integral de la Capital 46 p.
- Bartle, Phil. (2009). Diseño de Proyectos Comunitarios. Diseño de Proyectos. http://www.scn.org/mpfc/modules/pd-ints.htm (Consultado 6 de Octubre 2009).
- Cuba. INDER. (2009). Planificación Estratégica 2009-2012. La Habana. Editorial Deporte 22 p.
- Cuba-Venezuela. Convenio. (2011). Proyecto Barrio a Dentro. Caracas. Misión Deportiva Cubana en Venezuela 64 p.
- Fulleda Bandera, Pedro y Colectivo de Metodólogos. (2005). Recreación Comunitaria. Cuba. Editorial Deporte 152 p.
- Pérez Sánchez, Aldo. (2008). Trabajo de la Actividad Física en la Comunidad sobre la temática de Tiempo Libre, Recreación, Calidad de Vida y Sociedad. La Habana. ISCF Cmdte Manuel Fajardo 35 p.

- Rubio, Vladia y Caridad Carrobello. (2003). La Comunidad de Atarés. Revista Bohemia No. 17. La Habana. Bohemia 86 p.

Título: Programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con Fibromialgia.

Autores: Lic. Juan Miguel Rodríguez Gámez, juanmi25@nauta.cu

M.Sc. Yusleidy Marlie Gordo Gómez, ygordo@fcf.uho.edu.cu

Dr. C. Darvin Manuel Ramírez Guerra dramirezg@fcf.uho.edu.cu

Institución: Universidad de Holguín, Facultad Cultura Física.

País: Cuba

Resumen

En la investigación se abordan los fundamentos teóricos relacionados con la Fibromialgia y la importancia del ejercicio físico para contribuir a la rehabilitación de los pacientes aquejados con esta patología. En la misma se elaboró un programa de ejercicios físicos que contiene varios talleres y ejercicios aeróbicos, de estiramiento y corrección postural. Dentro de los métodos científicos de orden teórico empleados están: histórico–lógico, análisis síntesis, inducción–deducción, así como la observación, la entrevista y la medición dentro del nivel de conocimiento empírico y de los matemáticos estadísticos: La estadística descriptiva y el análisis de tendencia. Los resultados obtenidos muestran que el programa elaborado contribuyó a la rehabilitación física de los pacientes con Fibromialgia, considerándose como un elemento de vital importancia por ser una patología que afecta a miles de personas en Cuba y el mundo. Las conclusiones y recomendaciones abordan la necesidad de la continuación de estudios referentes a este tema.

Introducción:

En el mundo se ha reportado una alta incidencia y prevalecía de las afecciones degenerativas en el sistema osteomioarticular, donde las enfermedades reumáticas y dentro de estas la Fibromialgia (FM) ocupan un lugar importante, pues pueden generar diversas discapacidades al individuo que conducen a un compromiso importante de las actividades de la vida diaria. El déficit en el recorrido funcional articular, las contracturas poco reductibles o progresivas y el

dolor muscular así como articular, constituyen elementos que van a generar algún grado de discapacidad en el paciente.

La Fibromialgia, es una enfermedad crónica, generalizada que se caracteriza por dolor de larga duración en los músculos y en el tejido blando circundante a las articulaciones de todo el cuerpo. Puede ser especialmente intenso en algunos puntos como son: zona occipital y cervical, en la parte alta y baja de la espalda, rodillas, codos y glúteos. La intensidad del dolor varía de día en día y puede cambiar de lugar, pudiendo llegar a ser más severo en aquellas partes del cuerpo que se usan más (cuello, hombros, caderas y pies). En algunas personas el dolor interfiere en las tareas diarias y cotidianas, mientras que en otras solo les ocasiona un malestar leve.

La Fibromialgia (conocida por las siglas «FM») es una patología crónica y compleja que causa dolores generalizados, agotamiento profundo, así como variedad de otros síntomas. Como lo sugiere su nombre, la Fibromialgia principalmente afecta los tejidos blandos del cuerpo. El nombre se deriva de «fibro», o tejidos fibrosos (tales como tendones y ligamentos), «mio», o músculos y «algia», que significa dolor. Aunque se llamó Fibrositosis por muchos años, ahora el nombre es Fibromialgia. A diferencia de la Artritis, la Fibromialgia no ocasiona dolor o hinchazón de las articulaciones; más bien, produce dolor en los tejidos blandos y en todo el cuerpo. Esta enfermedad produce pocos síntomas que se pueden percibir abiertamente, como la «invalidez invisible». Aunque es más común en mujeres adultas, también puede afectar a niños, ancianos y hombres.

En el siglo XIX la Fibromialgia era conocida como Neurastenia. La primera descripción es la del británico Richard Manningham (1842), en su publicación de febrícula o fiebre baja y fatiga.

En 1843 el anatomista Robert Froriep describió una asociación entre reumatismos y puntos dolorosos de músculos rígidos a la cual llamó Musckelschwiele, mientras que en 1869 el médico estadounidense George Beard, escribió un libro llamado «American Nervousness» utilizando el término de Neurastenia aplicado a las personas que presentaban pérdida de fortaleza, fatiga o cansancio de manera crónica.

Aunque las causas aún no han sido bien aclaradas, se piensa que la Fibromialgia puede estar causada o agravada por estrés físico o mental, traumatismo físico, exposición excesiva a humedad o frío, sueño deficiente o padecer una enfermedad reumática. Muchos de los casos empiezan después de hechos puntuales, como infecciones víricas o bacterianas, accidentes de automóvil, etapa de climaterio y menopausia. También puede aparecer sin ningún factor predisponente. Han podido integrarse así, teorías que abarcan las diferentes y complejas relaciones entre los mecanismos de sueño-vigilia, el eje hipotalámico-hipofisario-adrenal, los centros de procesamiento de las vías del dolor (fenómenos de sensibilización central y periférica del dolor) y el sistema nervioso autónomo (alteraciones en el tono autonómico o simpático-vagal (hiperreactividad simpática sostenida con hiporreactividad simpática ante el estrés).

La prevalencia de la Fibromialgia se sitúa alrededor del 6% de la población general adulta que acude al médico, llegando hasta el 15% en las consultas reumatológicas y también cerca del 6% de la población pediátrica. Se presenta especialmente en el sexo femenino. Puede iniciarse a cualquier edad, aunque es más frecuente entre los 20 y los 50 años y no es rara la relación temporal con algún tipo de traumatismo. Estudios internacionales han concluido que la Fibromialgia puede ser tan incapacitarte como la artritis reumatoide y es causa importante de invalidez y pensiones.

En Cuba, hasta la fecha, se han publicado dos estudios transversales prospectivos con el objetivo de conocer la prevalecía de las enfermedades del aparato locomotor, dónde la más frecuente es la artrosis que afecta entre un 24 y un 26% de la población por debajo de los 65 años, siendo en las mujeres más que en los varones, igualándose los valores a partir de dicha edad. Otros procesos diagnosticados son los reumatismos de partes blandas que afectan entre un 10 y un 20% de la población cubana.

Según múltiples estudios publicados, dentro de los que se pueden citar: Ejercicios aeróbicos en la Fibromialgia, Bennet et al. (1988). Perfil de técnicas psicoterapéuticas para pacientes con Fibromialgia, García González (2007). Ejercicio físico en la Fibromialgia, Álvarez (2003) entre otros, plantean que la

actividad física y deportiva es uno de los procedimientos más asequibles y que más pueden beneficiar a los pacientes con Fibromialgia, además, así está reconocido y recomendado diariamente por los fisiatras y reumatólogos con más experiencia en esta afección. La actividad física o el ejercicio físico, es una herramienta de salud en la Fibromialgia, que no resulta cara de aplicar y proporciona beneficios indispensables para estos pacientes. El ejercicio es esencial para aminorar los síntomas de esta patología debido al dolor, la fatiga y la debilidad que sienten los individuos con esta enfermedad, ya que la mayoría presentan una condición física inadecuada. El ejercicio aeróbico sin embargo, posee efectos analgésicos y antidepresivos, mejora la sensación de control y bienestar. Además mejora las capacidades físicas de los pacientes portadores de esta afección.

Son varios los autores que resaltan con mucha seriedad el seguimiento y atención médica a los pacientes con Fibromialgia dentro de los que se pueden mencionar: Sarró (2002), Cayetano y Rivera (2005), Taylor, Hernández y Rodríguez (2005), Olivé, Monteagudo y Wolf (2006), Hernández (2010), Barroso y Muarra (2011). Sin embargo, en la revisión a la literatura especializada se pudo constatar que son insuficientes las orientaciones, metodologías y programas orientados a la rehabilitación de los pacientes con Fibromialgia.

Teniendo en cuenta estos elementos y el diagnóstico exploratorio inicial a partir de las entrevistas y encuestas, se constataron las siguientes insuficiencias:

- Por las características de la enfermedad los pacientes con Fibromialgia presentan irregularidades para asistir a las sesiones de rehabilitación.
- Son insuficientes los programas que orientan a los profesores de Cultura Física y Fisiatras de los Centros de Rehabilitación Integral para desarrollar el proceso de rehabilitación comunitaria con los pacientes con Fibromialgia.
- Insuficiente conocimiento de los pacientes con Fibromialgia sobre las características y evolución de su patología.
- Pobre utilización de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de pacientes con Fibromialgia en las áreas terapéuticas comunitarias.

A partir de los elementos teóricos abordados y la carencia en la práctica se plantea el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir a la rehabilitación física comunitaria de los pacientes con Fibromialgia?

Para dar solución al problema científico se plantea el siguiente **objetivo:** elaborar un programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con Fibromialgia.

Muestra y Metodología.

La investigación se desarrolla con una muestra aleatoria de 101 pacientes utilizando el procedimiento de tómbola, cuya edad promedio es de 43.5 años de edad.

Desarrollo:

El programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con Fibromialgia tiene como objetivo general: desarrollar la rehabilitación comunitaria de la Fibromialgia mediante ejercicios físico.

Está compuesto estructuralmente por tres bloques que serán descritos a continuación y cada uno de ellos posee sus objetivos específicos:

El primer bloque es de orientación y capacitación, tiene como objetivo: potenciar el conocimiento de los profesores y pacientes sobre las características, evolución y desarrollo de la enfermedad, así como los beneficios del ejercicio físico y su rehabilitación comunitaria a través del mismo, debido a que estos poseen un bajo conocimiento en cuanto a su patología.

Se divide en dos momentos uno dirigido a las recomendaciones para la prescripción y control del ejercicio físico en la Fibromialgia y el otro a la elaboración de talleres de capacitación.

Primer momento. Recomendaciones para la prescripción y control del ejercicio físico en la Fibromialgia.

Las recomendaciones de actividad física para el desarrollo y mantenimiento de la salud en adultos (18-65 años) sugieren el entrenamiento aeróbico:

a) la frecuencia de ejercicio al menos 3 días por semana.

b) la intensidad de ejercicio suficiente para alcanzar o superar el 40% de la frecuencia cardíaca de reserva (rango 40% a 85%) o el 64% de la FC máx (rango 64% a 94%).

c) los períodos de sesiones de al menos 20 minutos de duración (rango 20 a 60 minutos), ya sea con ejercicio continuo o intermitente en bloques de 10 minutos, y el uso de cualquier modalidad de ejercicio aeróbico que implique el uso de los principales grupos de músculos en las actividades rítmicas.

d) Un período de tiempo total de al menos 6 semanas.

Para fortalecer los músculos, los requisitos de los ejercicios de dosificación son los siguientes:

a) Frecuencia de 2 a 3 días por semana.

b) Un mínimo de 8 a 12 repeticiones a una intensidad que permita realizar en tiempo cada ejercicio, utilizando cualquier tipo de ejercicio de fortalecimiento.

Para la flexibilidad:

a) la frecuencia de ejercicio ≥ 2 días por semana.

b) la intensidad necesaria para causar un malestar leve.

c) De 3 a 4 repeticiones con una duración de 10 a 30 segundos.

Figura 1. Programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de la Fibromialgia

Fases de la propuesta de ejercicios.

1. Calentamiento: sirve para preparar el cuerpo para la fase de preparación física de la clase. Debe durar entre dos y cinco minutos y tener baja intensidad.

2. Fase de Trabajo: es la fase de ejercicio activo propiamente dicha. Esta fase no puede estandarizarse, sino que debe diseñarse para cada paciente. Debe ser lo suficientemente intensa como para alcanzar la Frecuencia Cardíaca prevista sin pasar el nivel de percepción de agotamiento citado. La duración depende del nivel de entrenamiento, pero de forma general se puede fijar el objetivo en 20-30 minutos.

3. Estiramientos: debe finalizar siempre su sesión de ejercicios con estiramientos (sin llegar al límite) de sus piernas, brazos y tronco. Representa la continuación de la fase de "trabajo". Es esencial para reducir el dolor y la rigidez.

4. Recuperación o reposo: cada periodo de ejercicio debe seguirse de un reposo en silencio y relajación donde la respiración adquiere un especial valor. Debe evitar cambios bruscos de temperatura en esta fase, que debe prolongarse hasta su normalización absoluta.

El segundo momento es la elaboración de talleres para la capacitación tanto de los profesores como de los pacientes:

Por las particulares de esta patología se considera importante brindar conocimientos fundamentales a los pacientes con Fibromialgia, acerca de las características, evolución y desarrollo de la enfermedad, así como los beneficios del ejercicio físico y su rehabilitación a través del mismo, debido a que estos poseen un bajo conocimiento en cuanto a su patología. Es por esto que se elaboraron cuatro (4) talleres con el objetivo de orientarlos antes de iniciar el proceso de rehabilitación. Teniendo en cuenta los siguientes aspectos para el desarrollo de los talleres.

- Objetivo y contenido a tratar según las necesidades de aprendizaje de los pacientes.
- Nivel de escolaridad de los pacientes.
- Recursos y medios a utilizar.

- El tiempo de duración, las frecuencias de los talleres y el horario de que disponen los pacientes con Fibromialgia.
- Las condiciones del local.
- La cantidad de pacientes que participan.

Ejemplo de uno de los talleres:

Taller # 2:

Contenido: importancia de los ejercicios físicos sistemáticos en la rehabilitación de los pacientes con Fibromialgia.

Objetivo: elevar el nivel de conocimiento de los pacientes con Fibromialgia sobre la importancia de los ejercicios físicos y su efecto.

Medios: TV, Video, papel y lápiz.

Participan: los pacientes y el profesor de Cultura Física.

Frecuencia: 1

Hora: 4:30 pm

Duración: 1 hora

Local: en el hogar de uno de los pacientes.

El **segundo bloque** elaboración y aplicación tiene como objetivo: seleccionar los ejercicios físicos terapéuticos que pueden ser aplicados en la rehabilitación comunitaria de la Fibromialgia.

Este bloque cuenta con dos momentos:

Primer momento: consideraciones metodológicas para la correcta ejecución de los ejercicios aeróbicos en los pacientes con Fibromialgia.

Durante la rehabilitación física de los pacientes con Fibromialgia se deben observar las reglas siguientes establecidas por Frenkel, H.S del cual el autor de la presente investigación asume 6 de ellas:

Las Instrucciones deben realizarse con voz monótona y uniforme y los ejercicios en forma numerada.

Cada ejercicio o grupo de ejercicios deben ser exhibidos por el paciente, es decir, que debe ser capaz de realizarlo de forma correcta antes de permitirle pasar a un ejercicio más difícil. Debe lograr una precisión de prácticas, pero los ejercicios deben ser suficientemente variados para evitar el aburrimiento.

No deben realizarse ejercicios que supongan un intenso trabajo muscular. La progresión se realizará por complejidad, pero no por potencia.

Los movimientos deben realizarse, al principio, más bien en forma lenta y después más rápido; esta última modalidad es más difícil ya que exige una mayor regulación. Si durante la realización de los ejercicios o antes de realizarlos el paciente siente cualquier molestia, mareos, fatiga, decaimiento o sudoración atípica, se debe suspender la ejecución de los mismos.

PLAN DE EJRCICIOS FISICOS.	
Frecuencia: 3 veces a la semana	**Tiempo de duración: 45-60 minutos**
Intensidad: del 60 al 80 % de la frecuencia cardiaca máxima (FCM)	
Partes de la clase	**Contenido de la propuesta de ejercicios**
Inicial	**Ejercicios de calentamiento**. Se realizarán ejercicios lentos y fluidos con el objetivo de preparar al organismo para los ejercicios posteriores.
Principal	**Ejercicios aeróbicos.** Se realizarán ejercicios como: caminar, marcha en el lugar y ejercicios combinados. Es necesario ir aumentando las cargas según la capacidad de cada paciente.
	Ejercicios para corregir la postura. Se proponen ejercicios para contribuir a la rehabilitación postural, además de fortalecer los músculos que intervienen en estas posiciones.
	Ejercicios de estiramientos. Se desarrollarán ejercicios para lograr estirar los músculos adoloridos.
Final	**Ejercicios respiratorios o de recuperación.** Para ejercitar en los paciente la correcta respiración, para aumentar la capacidad ventilatoria y la tolerancia al ejercicio y así lograr una mejor recuperación.

En el **segundo momento** de este bloque se presentan los ejercicios físicos para los pacientes con Fibromialgia. Para una mayor comprensión se organizan por cada una de las partes de la sesión de rehabilitación comunitaria.

Parte inicial.

Ejercicios de calentamiento.

Se realizarán ejercicios de calentamiento general con movimiento de gran parte del cuerpo y que sean de fácil asimilación por parte de los pacientes.

Para lograr la correcta postura en bipedestación, se deben conocer los elementos esenciales para mantenerse parado de forma estable y equilibrada:

• Piernas separadas, al ancho de los hombros.
• Las puntas de los pies, 15 grados hacia los bordes externos.
• Las rodillas en extensión total.
• La cadera en hiperextensión total.
• El tronco erguido.
• La cabeza erecta.

Ejemplo de ejercicio para el calentamiento.

P.I Parada, piernas al ancho de los hombros y brazos a los lados del cuerpo.

Realizar elevación horizontal de los brazos (extendidos) arriba respirando y volver a la P.I.

Parte principal.

Ejercicios aeróbicos.

Se recomienda realizar un trabajo aerobio regular a una intensidad entre el 60 y el 80% del VO2 máx, o entre el 70 y el 80% de la frecuencia cardiaca y con una duración aproximada de 20 a 30 minutos diarios o en días alternos, siempre teniendo en cuenta el estado general del paciente y su disposición a la realización de los ejercicios. A partir de ahí se recomiendan los aumentos periódicos, sin llegar a los síntomas previstos.

Ejemplo de ejercicio para la parte principal.

Ejercicio # 1.

Caminar. Avanzar hacia delante con pasos largos, a una distancia de 7 mts.

Ejercicio # 2.

Caminar, comenzar a intensidad baja de 40 – 50 metros/ minutos, aumentar a intensidad media de 50 – 60 metros/ minutos y llegar a intensidad alta de 60 – 70 metros / minutos según las capacidades de cada paciente.

Corrección postural.

Reserva y mejora la musculatura abdominal y para espinal. Rehabilita las posiciones viciosas.

Ejemplo:

P.I Parada, brazos al lado del cuerpo.

Contraer los músculos de la espalda adoptando una posición cómoda y llevando los pectorales al frente. Sostenerse en esta posición 5 segundos y regresar a la P.I

Ejercicios de estiramientos.

Recupera o restablece la amplitud normal del movimiento de las articulaciones y la movilidad de los tejidos blandos que rodean la articulación, Previene contracturas, aumenta o mantiene la flexibilidad general. Pone en práctica grandes planos musculares para cada parte del cuerpo que se realice.

Ejemplo de ejercicio para la parte final o de recuperación.

P.I Parada con los dedos entrelazados detrás de la cabeza. Mantén los codos estirados hacia el exterior con la parte superior del cuerpo erguida. Empuja tus omoplatos uno contra el otro, estirando la espalda. Mantén la posición durante 4 segundos y luego relájate llevando los brazos abajo. Realizar el ejercicio 2 veces.

Parte final.

Ejercicios de respiración.

Contribuye al aumento de la capacidad ventilatoria y la tolerancia al ejercicio de los pacientes que padecen de Fibromialgia. Reduce los síntomas respiratorios. Mejora la relajación física y mental

Ejercicios preparatorios:

1. Adopción de postura correcta, cómoda y relajada.
2. Suspiro audible.
3. Inspirar y espirar por las dos fosas nasales.
4. Tomar el aire por la nariz, inflando el abdomen y espirarlo por la boca.

Ejemplo:

Caminar lentamente contando 3 pasos inspirando y 3 pasos espirando durante 30 segundos.

Ejercicios de la Medicina Natural y Tradicional.

Los ejercicios de qi-gong se aplicaron en la parte final de la rehabilitación física y se realizaron con fines de aliviar el dolor producido por esta patología como el síntoma

más significativo. Se seleccionaron 8 ejercicios fundamentalmente aeróbicos que fueron asumidos de Mulet (2006).

A manera de ejemplificación se explicitarán dos de ellos:

Ejemplo:

Posición de pie. Se estira una mano por encima de la cabeza como dirigiéndose hacia el cielo mientras que la otra lo hace a lo largo del cuerpo hacia el suelo. Al mismo tiempo que se ejecuta ese estiramiento se inspira hasta llegar a la máxima extensión. Se relaja y espira durante el cambio. Luego se ejecuta cambiando de posición de las manos, es decir del otro lado.

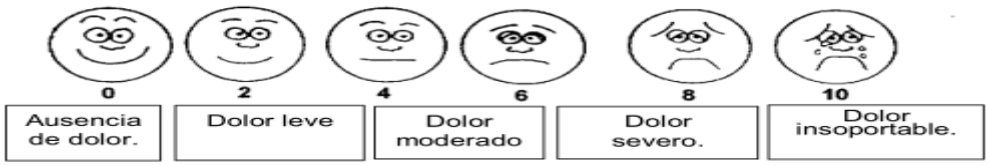
El tercer bloque es de evaluación y seguimiento y tiene como objetivo: determinar la efectividad del programa de ejercicios física para la rehabilitación comunitaria de pacientes con Fibromialgia.

Para conocer la efectividad del programa se utilizaron los siguientes instrumentos:

- Escala Analógica Visual (EAV).

Objetivo. Determinar el estado en que se encuentran los pacientes debido a la intensidad del dolor.

Descripción: consiste en entregarle a cada paciente un documento que representa su cara, la cual el debe marcar según su criterio cómo se encuentra.



Escala evaluativa:

De (0-1punto) analgesia. De (2-5puntos) dolor leve. De (6-7puntos) dolor moderado. De (8-10 puntos) dolor severo.

- Cuestionario de Impacto de Fibromialgia

Objetivo: determinar el desarrollo de las actividades de la vida diaria (Ir de compras, limpiar su casa, caminar varios centenares de metros, visitar a los amigos y parientes), el dolor y cansancio de los pacientes.

Descripción: Consiste en un cuestionario con 10 preguntas que abordan en su contenido los aspectos declarados en los objetivos.

Análisis de los resultados obtenidos.

En la investigación se utilizó la estadística descriptiva e inferencial, la primera en el análisis porcentual que se realizó para valorar la mejoría de los pacientes estudiados. Mientras que la inferencial su utilizó para comparar la existencia de diferencias estadísticas entre el momento inicial es decir antes de aplicar el programa y final luego de aplicado, para lo cuál se utilizó la prueba de los signos con una distribución binomial y un nivel de significación de 0.05.

Resultados.

A continuación se muestra un resumen de los resultados obtenidos en cada pre-experimento realizado:

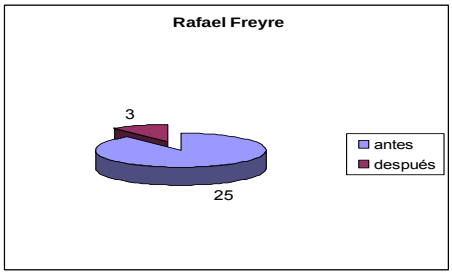
Resultados del municipio Rafael Freyre. (2014)

En un momento inicial se realizó una selección de 25 pacientes donde el 100% de ellos poseían el dolor como principal síntoma de la Fibromialgia del Consejo Popular de Santa Lucia del mencionado municipio, se seleccionó este debido a la existencia elevada de pacientes de esta patología.

Luego se aplicó el programa de ejercicios con una frecuencia de dos horas durante tres días a la semana, que tuvo una duración general de un año, donde se evalúo como principal indicador la disminución del dolor.

Luego de aplicado el mencionado programa se obtuvo que 22 pacientes que representan el 88% de la muestra investigada manifestaron en las respuestas al cuestionario de impacto de Fibromialgia sentir disminución del dolor y solo tres (12%) que se manifestaron tener dolor, aunque refirieron sentirse mucho mejor al enfrentar las diferentes actividades de la vida cotidiana.

Lo antes descrito se evidencia en la gráfica 1.



Gráfica 1. Representación gráfica de los resultados del municipio Rafael Freyre

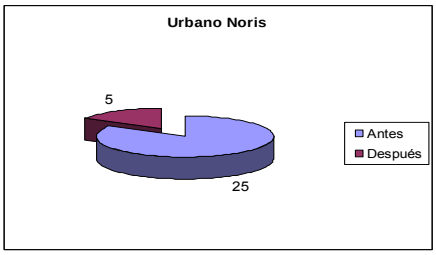
Resultados del municipio Urbano Noris (2015)

Para la aplicación del programa se seleccionaron 25 pacientes del mencionado municipio, los cuales dieron su consentimiento informado luego de su selección al azar utilizando el procedimiento de tómbola dentro del total de pacientes que padecen de esta patología.

Posteriormente se aplicó el programa durante un año, con una frecuencia semanal de tres veces y durante dos horas, los que fueron impartidos los profesores de Actividad física comunitaria del Combinado deportivo, donde participaron Licenciados en terapias físicas de los Servicios de Rehabilitación Integral (SRI), también se incluyó al médico y enfermera del consultorio médico de la comunidad donde se realizó la investigación.

Con el propósito de conocer el estado final de la muestra se aplicó el cuestionario de impacto de Fibromialgia, donde se evidenció que 20 pacientes para el 80% de los sujetos investigados mostraron disminución del dolor, aspecto atribuido al efecto positivo del programa de ejercicios aplicado y solo cinco para un 20% manifestaron sentir dolor.

En el gráfico 2 se evidencian los resultados antes descriptos.



Gráfica 2 Representación gráfica de los resultados del municipio Urbanos Noris

Resultados del municipio de Calixto García (2015)

Teniendo en cuenta las características del estudio realizado se seleccionaron utilizando la técnica de tómbola un total de 25 pacientes del consejo popular Buenaventura 1 del municipio Calixto García.

Para implementar el programa de ejercicio físicos se realizó un momento de socialización con los profesores del área funcional de Actividad física comunitaria de ese consejo popular, donde se determinó el local donde se realizaron los ejercicios y se seleccionaron a los profesores que impartirían el programa, en los

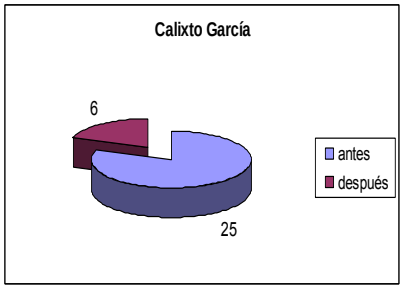
cuales se incluyó al personal de salud pública específicamente al médico y enfermera de la familia de la comunidad seleccionada.

El programa se aplicó durante un año con una frecuencia semanal de tres días y una duración de dos horas las sesiones realizadas.

Luego de aplicado el programa se arrojó a los resultados siguientes:

En cuanto a los pacientes investigados se observó una notable disminución del dolor, pues 19 pacientes para un 76% refirieron en las respuestas al cuestionario de impacto de Fibromialgia sentir mejoría luego de realizar los ejercicios contenidos en el programa, mientras que solo 6 para un 24% refieren tener dolor, aunque argumentan que el programa es bueno pues sus compañeros de grupo han mejorado.

El gráfico 3 representa los resultados obtenidos en este municipio.



Gráfica 3. Representación gráfica de los resultados del municipio Calixto García.

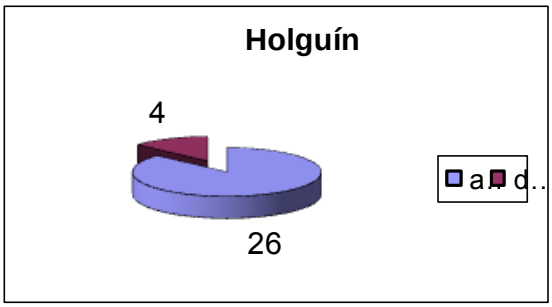
Resultados del municipio de Holguín (2016)

Para la aplicación del programa se seleccionaron 26 pacientes del mencionado municipio, los cuales dieron su consentimiento informado luego de su selección al azar dentro del total de pacientes que padecen de esta patología.

Luego en integración con instituciones de salud pública y el Inder se aplicó el programa durante un año con una frecuencia semanal de tres días y una duración de cada sesión de dos horas en el horario de la mañana.

En aras de conocer la efectividad del programa una vez finalizado un año de aplicación, se les realizó las preguntas comprendidas en el cuestionario de impacto de Fibromialgia y se observó a los pacientes para valorar la Escala Analógica Visual, arrojando que referido a la disminución del dolor 22 pacientes para un 84,6% de la muestra investigada manifestaron haber sentido disminución

del mismo y sentirse mejor después de haber realizado los ejercicios contenido en el programa, solo cuatro pacientes para un 15,3% tener dolor pero consideran que el programa los ayuda mucho, pues mientras realizaban los ejercicios encuentran un espacio para socializar el grupo y le ayuda a olvidar los síntomas de la patología.



Gráfica 4. Representación gráfica de los resultados del municipio Holguín

Para comprobar la existencia de diferencias significativas de los resultados obtenidos se aplicó la prueba no paramétrica de signos. Para la cuál se analiza inicialmente los resultados de los signos de cada uno de los municipios donde se aplicó la investigación, a continuación se mostrará un resumen del resultado obtenido en cada municipio y posteriormente se realizó la prueba de los signos al total de la muestra.

En el municipio Rafael Freyre se obtuvieron 23 signos negativos y solo tres positivos, en el municipio urbano Noris se obtuvieron 20 signos positivos y 5 negativos, en el municipio Calixto García un total 19 negativos y 5 positivos y en el municipio Holguín un total de 22 negativos y cuatro positivos.

Tabla 2. Valoración del resultado de los signos en cada municipio y en la muestra en general.

Municipios	Cantidad de pacientes con dolor antes.	Cantidad de pacientes con dolor después.	Signo (-)	Signo (+)
Rafael Freyre	25	3	22	3
Urbano Noris	25	5	20	5
Calixto García	25	6	19	6
Holguín	25	4	22	4
Total general	101	18	83	18

Al aplicar la prueba seleccionada al total de la muestra se obtiene que: 83 signos negativos y 18 positivos. Ahora bien, se quiere probar la hipótesis que el programa de ejercicios físicos contribuye a la rehabilitación comunitaria de pacientes con Fibromialgia. Por lo que existe una probabilidad de obtener un signo (-) de P = 50 contra otra unilateral de P >50, al calcular la media y desviación estándar de la distribución binomial siguiendo el procedimiento plantado por Freund (1988) y aplicar la fórmula de aproximación de la curva normal a la distribución binomial obtenemos que: z= 2.0 y debido que este resultado excede el valor crítico de 1.64 para una prueba unilateral con un nivel de significación de 0,05, se puede aceptar la hipótesis planteada y afirmar que el programa de ejercicios fiscos contribuye la rehabilitación de pacientes con Fibromialgia.

Conclusiones

1. En los estudios de la Fibromialgia, se aprecia unidad de criterios con respecto a las características de la enfermedad y a la importancia del ejercicio físico para la rehabilitación de estos pacientes.
2. El programa propuesto tiene entre sus cualidades que es carácter flexible y dinámico, que permite la incorporación de nuevos talleres, ejercicios y formas de evaluación en correspondencia con las características de los pacientes que se desea tratar, pero siempre con la valoración positiva de especialistas de las ciencias médicas y de la cultura física.
3. Mediante la aplicación del programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con Fibromialgia se comprobó su factibilidad a partir de los resultados satisfactorios obtenidos en la muestra objeto de investigación.

Bibliografía:

Algunas consideraciones sobre la fibromialgia y actividad laboral. (2002) RCMGI [fecha de acceso 16 de Febrero de 2014]; 18(4).Disponible en: http://bvs.sld.cu/revista/mgi/vol18_5_02/mgisu.5_2007.htm

Arthritis Fundation. (2001) The Arthritis Foundation's Guide to Good Living with Fibromyalgia. Atlanta: Arthritis Foundation. [Internet]. Visitado el día 20 de noviembre del 2013. Disponible en:

http://www.institutferran.org/intolerancia_quimica.htm
http://www.vivirconsensibilidad.blogspot.com/

Beneficios de los ejercicios físicos en pacientes con Fibromialgia. [Internet]. Visitado el día 28 de noviembre del 2013 Disponible en: http://www.agenciasinc.es/Noticias/Un-estudio-refleja-los-beneficios-del-ejercicio-en-pacientes-con-fibromialgia

Centro Internacional de Medicina Avanzada – Servicio de Reumatología de Barcelona (2008). Programa de ejercicios físicos para pacientes con Fibromialgia. Barcelona. España. PDF.

Evidencias de la prescripción del ejercicio físico en pacientes con Fibromialgia, [Internet]. Visitado el día 28 de noviembre del 2013. Disponible en: http://zl.elsevier.es/es/revista/revista-andaluza-medicina-deporte-284/evidencias-prescripcion-ejercicio-fisico-pacientes-fibromialgia-13187690-revision-2010

Friol GJ, Candebat MA, Rodríguez EB, Rojas BM. (2006) Estudio clínico-epidemiológico de la fibromialgia. Revista Cubana de Reumatología, 2 (2): 25-28.

Gómez Morejón JA et al (2009) Caracterización de la invalidez laboral por enfermedades Reumáticas en el municipio 10 de Octubre, Ciudad de la Habana. Estudio de seis años.

Medicina de Rehabilitación Cubana [Internet]. Escala Visual Analógica. La Habana: Infomed. Visitado el día 2 de octubre del 2013. Disponible en: http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion/eav_1.pdf

Nishishinya MB et al (2006) Intervenciones no farmacológicas y tratamientos alternativos en la Fibromialgia. Medicina Clínica [Internet]; 127(8):295-9. Visitado el día 20 de noviembre del 2013. Disponible en: http://www.elsevier.es/sites/default/files/elsevier/pdf/2/2v126n08a13091956pdf001.pdf

Olive, Monteagudo A et al (2007) Sistema sanitario para los pacientes con enfermedades reumáticas: Un servicio de Reumatología. Seminario de la

fundación española de reumatología. Vol. 8 / Núm 3 - pp. 130-44. Descargado el 4 de abril de 2014, de http://www.doyma.es

Penedo Cuello A, Reyes Llerena GA et al (2001) Prevalencia de las enfermedades reumáticas e invalidez asociada en población urbana cubana atendida por el médico de la familia: Aplicación del instrumento COPCORD. Revista Cubana de Reumatología. Vol. III, No. 1(30 – 37).

Reyes Llerena GA et al (2000) Actualización del impacto de las enfermedades reumáticas sobre la calidad de vida en Cuba. Revista Cubana de Reumatología. Vol. II, No. 2(12 – 13)

Rodríguez Castiñeira R. et al (2013) Aprovechamiento multidisciplinario con uso de terapias complementarias y alternativas en fibromialgia. Estudio preliminar. Hospital Provincial Docente de Rehabilitación. Sancti Spíritus, Cuba.

Sharon R, Clark. Ph.D., FNP. Disposiciones para la Fibromialgia. Visitado el día 20 de noviembre del 2013. Disponible en: http://www.institutferran.org/intolerancia_quimica.htm http://www.vivirconsensibilidad.blogspot.com/

Soucase B, Monsalve V et al (2004) Estrategias de afrontamiento ante el dolor y calidad de vida en pacientes diagnosticados de fibromialgia. Revista Sociedad Española del Dolor 11:353-9 [Internet]. Visitada el día 5 de diciembre del 2013. Disponible en: http://scielo.isciii.es/pdf/dolor/v11n6/nota2.pdf

Valdés González A, et al (2011) Integración del masaje terapéutico con el tratamiento convencional en pacientes diagnosticadas de fibromialgia. Revista Médica Electrónica [Internet] 33 (6). Visitada el día 12 de diciembre del 2013. Disponible en: http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20medica/ano%202011/vol6%202011/tema04.htm

Wilke WS, Corbo DD. (2009). Fibrositis/fibromyalgia: causes and treatment. Compr. Ther; 15 (1): 47-54.

Wolfe F, et al. (2005). The prevalence and characteristics of fibromyalgia in the general population, 38 (1): 19-28.

Título: Propuesta de una multimedia para favorecer la educación medioambiental de los atletas y profesionales del deporte del municipio Buey Arriba.

Autoras: M.Sc. Maryoli Oliva Caballero. infgra@inder.cu

Lic. Odelvis Reyes Uriarte

Lic. Diusa Rodríguez Aliaga

País: Cuba

Resumen

Contribuir a la protección del medio ambiente es deber de cada ciudadano entre los cuales se incluyen los profesionales que laboran en el sector deportivo por lo que resulta de vital importancia continuar profundizando en los estudios que permitan el desarrollo de una Educación Ambiental que se manifieste en una cultura general ambiental de atletas y profesores.

El presente trabajo trata sobre la elaboración de una multimedia que favorezca la educación ambiental de los atletas y profesionales del deporte del municipio Buey Arriba. A dicho objetivo se le dio cumplimiento en el transcurso de la investigación a través de la introducción de métodos empíricos, teóricos y técnicas que nos permitieron aceptar la hipótesis planteada.

Summary

To contribute to the protection of the ambient midway is to owe of each citizen between which the professionals that labor at the sports sector so that it results from vital importance continuing delving deeply into the studies are included that they enable the development of an Environmental Education that be shown at athletes' general environmental culture and professors.

The present work has to do with the multimedia elaboration of one that the Ox Arriba favor the athletes' environmental education and professionals of the sports of the municipality. The aforementioned objective was given fulfillment in the course of the investigation through the introduction of empiric methods, theoreticians and techniques.

Introducción

Desde las postrimerías del pasado siglo XX y a las puertas del presente siglo XXI la lucha por la conservación del Medio Ambiente y el desarrollo sostenible ha pasado a ser una de las principales prioridades políticas y estatales en todos los países del orbe, en consonancia con el gradual agravamiento de la situación ambiental mundial.

Lo anterior se ha puesto en evidencia durante la celebración de cumbres, reuniones de trabajo y convenciones sobre estos temas, emergiendo con fuerza conceptos y términos hasta hace poco desconocidos tales como: productos ecológicos, eco tecnologías, producciones limpias, entre otros, que ya forman parte del vocabulario de empresarios y políticos de cualquier parte del mundo.

Cuba no está ajena a la necesidad de alcanzar un estadio superior en la protección del medio ambiente y en el uso racional y sostenible de sus recursos naturales.

Según la Ley 81 del Medio Ambiente, medio ambiente es el sistema de elementos abióticos, bióticos y socioeconómicos con que interactúa el hombre, a la vez que se adapta al mismo, lo transforma y lo utiliza para satisfacer sus necesidades; mientras que la Gestión ambiental es el conjunto de actividades, mecanismos, acciones e instrumentos, dirigidos a garantizar la administración y uso racional de los recursos naturales mediante la conservación, mejoramiento, rehabilitación y monitoreo del medio ambiente y el control de la actividad del hombre en esta esfera. La gestión ambiental aplica la política ambiental establecida mediante un enfoque multidisciplinario, teniendo en cuenta el acervo cultural, la experiencia municipal acumulada y la participación ciudadana.

El medio ambiente como hábitat del ser humano constituye un factor esencial para el desarrollo de la actividad del ser humano en cualquiera de sus dimensiones por lo que nos identificamos como un organismo promotor de Salud y protector del Medio Ambiente.

El impacto del deterioro medioambiental se refleja en la sociedad de diferentes formas por lo que puede considerarse que este deterioro afecta la calidad de vida del ser humano y la salud. Si se desea mantener o preservar condiciones adecuadas de salud y calidad de vida es necesario preocuparse por los principales problemas medioambientales que afectan el medio ambiente en la Dirección Municipal de Deportes los cuales relacionamos a continuación: defectuoso Alcantarillado del poblado de Buey Arriba. San Pablo de Ya o y Bueycito impacto ambiental no positivo pues los sistemas de tratamiento no cuentan con condiciones eficientes para el tratamiento de los residuales por falta de mantenimientos lo que incorporan altas carga de contaminantes a los cuerpos receptores. A su vez provocan inundaciones en caso de ciclones afectan nuestras instalaciones y los trabajadores, contaminación de las aguas por escorrentía de ESBU ZENEN MARIÑO hacia el estadio, malos olores, provocado por la planta de café afecta al combinado No 1, proliferación de insectos provocado por las cáscaras de café que genera la planta de beneficio, aguas albañales que desaguan al estadio contaminando el ambiente pudiendo dañar los atletas.CD #1, ruidos provocados por la carpintería de la industria deportiva afectan los trabajadores del combinado No 4, la contaminación atmosférica se produce principalmente por el vertimiento de apreciables volúmenes de humo, hollín, polvo y ruido. De la cocina de leñay la carpintería de la industria deportiva, utilización de cáscaras de arroz en el tatami de los atletas, micro-vertedero detrás de la cerveza de Bueycito que colinda con el dogaut cerca de la tercera base en el estadio. C/D # 2, zanja de residuos líquidos cerca de las instalaciones del Combinado Deportivo # 3 de San Pablo de Yao y en el área de fútbol de Nuevo Yao en el Combinado Deportivo # 1, en la cocina comedor, micro vertedero en la parte de atrás del rodeo. C/D # 4, micro vertedero de la comunidad alrededor del campo de fútbol. C/D # 1

Por tales razones nuestro sistema de gestión ambiental contempla la capacitación y el entrenamiento de estudiantes, atletas, profesores, trabajadores y dirigentes con la finalidad de que conozcan y cumplan las legislaciones ambientales vigentes

en Cuba, así como que sean capaces de interesarse y desarrollar valores respecto al medio ambiente y tener motivación lo suficientemente fuerte para participar en su conservación y mejora.

Todo esto conduce a plantear el siguiente **problema científico:** ¿Cómo favorecer la educación medioambiental de los atletas y profesionales del Deporte del municipio Buey Arriba?

Por lo que se propone como **objetivo:** Elaborar la multimedia "Deporte y Medio Ambiente" para favorecer la educación medioambiental de los atletas y profesionales del deporte del municipio Buey Arriba.

La autora del presente trabajo se proyecta como **hipótesis:** Si se elabora la multimedia "Deporte y Medio Ambiente" favorecerá la educación medioambiental de los atletas y profesionales del Deporte del Municipio Buey Arriba.

Para cumplir con el objetivo propuesto se realizaron las siguientes **tareas científicas:**

1. Revisión bibliográfica sobre el tema seleccionado
2. Establecimiento de un diagnóstico sobre los problemas medioambientales que afectan
3. La elaboración de la multimedia "Deporte y Medio Ambiente"
4. Valoración de la efectividad de la multimedia

Desarrollo

Continuar desarrollando el marco jurídico y regulatorio que propicie la introducción sistemática y acelerada de los resultados de la ciencia, la innovación y la tecnología en los procesos productivos y de servicios, y el cumplimiento de las normas de responsabilidad social y medioambiental establecidas e implementar las políticas de los sistemas de ciencia, tecnología, innovación y medio ambiente facilitando la interacción en sus ámbitos respectivos, incrementando su impacto en

todas las esferas de la economía y la sociedad a corto, mediano y largo plazos. Asegurar el respaldo económico-financiero de cada sistema en correspondencia con la naturaleza y objetivos de sus actividades son lineamientos aprobados en el VII congreso del PCC a los cuales damos respuesta con el desarrollo de esta investigación.

Para el cumplimiento del objetivo propuesto en esta investigación se seleccionaron los siguientes métodos:
Métodos empíricos: Observación
Métodos teóricos: Análisis y síntesis, análisis documental, histórico lógico
Técnicas: entrevista

Nuestro trabajo cuenta con un menú principal que contiene:
Pensamientos: en este se le da tratamiento a las ideas de nuestro Apóstol, de Fidel y otros autores
Diagnóstico: en este están identificados los principales problemas que afectan el medio ambiente en el mundo, en Cuba, en nuestra provincia, en nuestro municipio y en nuestro Organismo.
Conceptos: en este se abordan varias definiciones para esclarecer algunas terminologías relacionadas con el tema tratado.
Disposiciones vigentes: en este se plasman todos los documentos jurídicos que establecen los principios que rigen la política ambiental y las normas básicas para regular la gestión ambiental del Estado y las acciones de los ciudadanos y la sociedad en general, a fin de proteger el medio ambiente y contribuir a alcanzar los objetivos del desarrollo sostenible del país, entre las que se encuentran la ley fundamental, madre de las leyes Constitución de la República en su artículo 27, Ley 81, entre otras.
Estrategia: este contiene la estrategia medioambiental del municipio Buey Arriba y la estrategia de la Dirección Municipal de Deportes en las cuales se planifican un conjunto de acciones que favorecen la educación medioambiental, fomentan la educación para la salud, contribuyen al cuidado y mantenimiento de las

instalaciones deportivas, la protección de los ecosistemas terrestres, urbanos, costeros, así como la conservación de la biodiversidad (flora o fauna), incentivan el juego limpio, con énfasis en la lucha contra el doping y las posibles manifestaciones de violencia durante las prácticas y competencias deportivas
Documentos de apoyo: este contiene una serie de documentos relacionados con el tema los cuales sirven de consulta.
Acciones desarrolladas en el INDER: en este se muestran algunas evidencias de las acciones desarrolladas las cuales han permitido el mejoramiento de nuestro entorno.

El presente trabajo comenzó a aplicarse en Septiembre del 2016 lográndose con el mismo reducir los problemas medioambientales que afectan el medio ambiente en la Dirección Municipal de Deportes favoreciendo la educación medioambiental

Aporte social

Este posee gran importancia desde el punto de vista social ya que favorece el desarrollo de una educación medioambiental que se manifiesta en una cultura general integral, la transformación de los modos de actuación reflejado en el mejoramiento de nuestro entorno y el mejoramiento de la calidad de vida de los atletas y profesionales del deporte.

Por lo que se llega a las siguientes **Conclusiones.**

1. La revisión bibliográfica permitió profundizar los conocimientos sobre el tema seleccionado.
2. El correcto diagnóstico permitió conocer los problemas medioambientales que afectan el medio ambiente en la Dirección Municipal de Deportes.
3. La elaboración de la multimedia “Deporte y Medio Ambiente” favoreció la educación medioambiental de los atletas y profesionales del deporte del municipio Buey Arriba
4. Constituye una herramienta de consulta trascendental para impartir temas relacionados con la educación medioambiental.

Recomendación.

1. Generalizar la propuesta por su validez en el desarrollo de la educación medioambiental no solo en los atletas y profesionales del deporte sino de cualquier ciudadano de nuestro municipio.

Bibliografía

Martí, Cultura, Cultura Física y Medio Ambiente, editorial Deportes, 2009

Ley 81 del Medio Ambiente (1997). Edita Gaceta oficial de la República de Cuba.

La Formación Ambiental: Una reflexión conceptual. Convención internacional Universidad 2000 (Conferencia Magistral). La Habana

Constitución de la República de Cuba, Editora Política, La Habana, 2010

Título: Propuesta para Festival Ecológico en El Rincón de Guanabo

Autor: Rolando Jesús Rodríguez Lafargue. Estudiante, D-22

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”

País: Cuba

Introducción

Siempre resulta gratificante presentar nuevos proyectos que favorezcan el contacto directo con la naturaleza. El futuro y la calidad de nuestro medioambiente se basan en su protección y ésta, a su vez, tiene un importante punto de apoyo en la formación de los más jóvenes. El respeto y cuidado hacia nuestro entorno natural es uno de los mejores legados que podemos transmitir a las generaciones venideras. Y este testigo está en manos de los más pequeños. Introducir a las nuevas generaciones en un mundo de contaminación y maltrato al medio ambiente es fácil de hacer, pero la verdadera tarea consiste en enseñar a nuestros niños y jóvenes que este mundo no será para nada habitable de seguir por el camino que transita. Por esta razón este proyecto se compromete a valerse de todas las alternativas para crear una conciencia ecológica satisfactoria para el medio ambiente y todos los seres vivos en los pinos nuevos que en un fin serán los que lideren mañana nuestro mundo amenazado. Un festival es un acontecimiento o celebración, efectuado generalmente por una comunidad local o por un municipio, que se centra en un cierto tema o un cierto aspecto único de la comunidad. Por lo que llamaremos a la siguiente propuesta recreativa "FESTIVAL ECOLÓGICO", creada con el objetivo de inculcar en las nuevas generaciones principalmente en la edad escolar una conciencia ecológica y enseñarles sobre los daños y consecuencias que traen consigo las acciones indebidas del hombre al medio ambiente, destacando la localidad de Guanabo lugar donde se encuentra una bella reserva ecológica nombrada PAISAJE NATURAL PROTEGIDO: RINCÓN DE GUANABO la cual se ve afectada por dichas acciones, todo esto sin perder la intención de desarrollar la capacidades físicas de cada infante .

Objetivos

Cuando nos planteamos la actividad a realizar debemos tener siempre claro los objetivos que perseguimos. Y éstos deberían ser siempre ayudar a los niños/as a su plena formación. Pasamos a exponer los que principalmente podemos conseguir con el desarrollo de estos juegos:

Generales

- Comprender y establecer relaciones entre hechos y fenómenos del entorno natural y social contribuyendo activamente, en lo posible, a la defensa, conservación y mejora del medio ambiente.
- Conocer y apreciar el propio cuerpo, y contribuir a su desarrollo
- Identificar y plantear interrogantes y problemas a partir de la experiencia diaria.
- Actuar con autonomía en las actividades habituales y en las relaciones de grupo, desarrollando las posibilidades de tomar iniciativas y de establecer relaciones afectivas.
- Colaborar en la planificación y realización de actividades en grupo, aceptando las normas y reglas que democráticamente se establezcan.
- Rechazar cualquier tipo de discriminación.
- Comunicarse a través de medios de expresión verbal, corporal...

Área del medio natural, social y cultural:

- Analizar algunas manifestaciones de la intervención humana en el medio, valorar críticamente la necesidad y el alcance de las mismas y adoptar un comportamiento en la vida cotidiana acorde con la postura de defensa y recuperación del equilibrio ecológico y de conservación del patrimonio natural. Es decir, despertar el respeto y amor por la naturaleza.
- Identificar los principales elementos del entorno natural.
- Participar en actividades de grupo adoptando un comportamiento constructivo, responsable y solidario.

- Identificar, plantearse y resolver interrogantes y problemas relacionados con elementos significativos de nuestro entorno, aprendiendo, en contacto con la naturaleza, los fenómenos que en ella se desarrollan.
- Desarrollar la autonomía personal, la capacidad de orientarse y desplazarse de manera autónoma. Satisfacer el afán de aventura y estimar el protagonismo responsable.
- Conocer el origen y evolución de los seres vivos y su adaptación al medio en que viven, así como la conservación de los equilibrios naturales.
- Concebir el medio ambiente como fuente de vida.

Área de Educación Física:

Aunque antes dijimos que había que huir de caer en meras actividades deportivas, está claro que los juegos en el campo tienen esa vertiente de la cual nos podemos aprovechar para conseguir paralelamente una serie de objetivos educacionales. La actividad física tiene valor educativo por las posibilidades de exploración que proporciona en el entorno y por las relaciones lógicas que favorece en las personas a través de las relaciones con los objetos, con el medio, con otras personas y con uno mismo. Los objetivos de esta área que potenciamos son:

- Conocer y valorar nuestro cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.
- Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación por características personales, sexuales y sociales, así como los comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad en las actividades competitivas.
- Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas y deportivas y los entornos en que se desarrollan, participando en su conservación y mejora.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones, ideas y estados de ánimo, y comprender mensajes expresados de ese modo.

- Favorecer el conocimiento del folklore, juegos y deportes populares, así como su incidencia en la formación del modo de ser del hombre.

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

¿Qué metodología debemos usar a la hora de realizar las actividades y juegos en la naturaleza? Es evidente que, teniendo siempre claro los objetivos, será el animador/a quién, en última instancia, desarrolle una metodología específica u otra, dependiendo también de las circunstancias concretas del grupo y del espacio. Pero no debemos olvidar algunos principios metodológicos generales (recogidos en la LOGSE), además de algunas recomendaciones que a continuación apuntamos:

- Debemos seguir siempre un enfoque globalizador que permita abordar los problemas, las situaciones y los acontecimientos dentro de un contexto y en su totalidad.
- Hay que recordar que el profesor/a es sólo el guía y el mediador, siendo la actividad constructiva del niño/a el factor decisivo en su propio aprendizaje.
- Una salida al campo es una oportunidad de oro para poner en práctica conocimientos sabidos, o bien intuir otros nuevos. La práctica frente a la teoría.
- Debemos sacar utilidad a las cosas que aprendamos (ver cómo nos influyen o cómo podemos aprovecharlas). Es decir, aprendizaje funcional.
- Debemos potenciar las relaciones entre iguales a todos los niveles, sin discriminación y en colaboración (dar prioridad a los juegos cooperativos sobre los competitivos).
- Hay que romper la oposición juego/trabajo. La actividad lúdica es un recurso fundamental para aprender.
- Tenemos que evaluar no sólo si los niños/as han sacado provecho de la actividad, sino también si ésta era la más adecuada, si se ha enfocado bien, cómo se podría haber mejorado...

Joseph B. Cornell, en su estupendo libro *"Vivir la naturaleza con los niños"*, nos da también algunos consejos metodológicos de gran ayuda:

- **Enseña menos y comunica más:** más que dar muchos conceptos sobre la naturaleza, hay transmitir nuestros sentimientos por ella, para despertar el respeto y el amor por la tierra.
- **Trata de ser receptivo:** saber escuchar y mantener vivo el interés. El entusiasmo espontáneo de los niños/as, con un poco de habilidad, se puede orientar para aprender cosas.
- **Concentrar la atención del niño/a:** trata de interesar a todos de la manera más intensa posible por lo que ocurre alrededor (casi siempre hay algo curioso e interesante que puede captar nuestra atención).
- **Mira y experimenta en primer lugar. Habla después:** El niño/a rara vez olvida la experiencia directa. No te inquietes si ignoras algunos nombres. Las denominaciones de las plantas y los animales son sólo etiquetas superficiales para señalar lo que son en realidad.
- Observa la naturaleza desde perspectivas desusadas. Mira. Plantea preguntas. Adivina. ¡Diviértete!
- La experiencia ha de verse impregnada de un espíritu dichoso. El propio entusiasmo es contagioso.
- **Un último comentario:** está en el monitor, en los objetivos que persiga y en su intuición, ver cómo se van a aprovechar mejor estas actividades y la manera de presentarlas: como "juegos" o como "experiencias" (a veces, si se dicen que son juegos, se pierde la concentración necesaria)

A la hora de seleccionar los juegos y actividades, se han tenido en cuenta los siguientes factores:

- Que ayuden a conseguir, dentro de lo posible, los objetivos antes expuestos. Que sean formadores.
- Que sean aptos para un grupo-clase o grupo-taller (unos 15 a 25 niños/as)

- Que el material a usar sea mínimo o, en todo caso, fácil de transportar (vendas para los ojos, cuerdas, tarjetas... y poco más). En la mayoría de los casos, aprovecharemos simplemente los materiales que nos ofrece el campo.
- Que el abanico de edades sea lo más amplio posible (ver apartado “destinatarios”). En el fondo todos somos “niños/as con ganas de jugar”. Sólo hay que saber despertar esas “ganas”.
- Que sean lo menos competitivos posible. Que prime la cooperación y el gusto por divertirnos y aprender más que la rivalidad.
- Que sean fáciles de jugar, sin muchas reglas que entorpezcan la comprensión y desarrollo de los mismos.
- Que hagan que nos relacionemos con el entorno natural y entre nosotros.
- No se incluyen (salvo excepciones) juegos deportivos y con pelota.
- Si interesa este tipo de actividades, existe abundante bibliografía sobre el tema.

Además de todo lo planteado anteriormente hemos tenido en cuenta para la creación de esta propuesta las características psicológicas en la edad escolar para así lograr una mayor adaptación de los juegos y actividades al festival. A continuación, exponemos algunas de estas:

- Aparece un nuevo tipo de actividad. El estudio.
- Aparece como formación psicológica la voluntariedad, la cual alcanza su madures producto del desarrollo y estabilidad de la jerarquía de motivos.
- Esta voluntariedad se expresa en los procesos psicológicos, lo que muestra que la unidad de los procesos afectivos (necesidades, sentimientos, afectos) y procesos cognitivos (memoria, atención, pensamiento, etc.) adopta un nuevo nivel de desarrollo.
- Esta unidad es la base de las formaciones motivacionales complejas que caracteriza a la personalidad en las siguientes etapas de su formación.

Desarrollo

El festival se basará en juegos recreativos y material audiovisual como herramientas para la educación ecológica y desarrollo físico. Se dividirá en dos partes la primera se desarrollará en la sala de conferencias aquí se expondrá un documental sobre el medio ambiente y al concluir el mismo realizaremos una conferencia (intercambio de ideas) con los niños. A partir de lo observado ellos plantearan ideas sobre cómo contribuir al cuidado del medio ambiente pero no solo en forma de intercambio sino utilizando la competencia como medio de motivación(se crearán dos equipos formados por ambos sexos y varias edades donde cada uno a partir del color otorgado a su equipo desarrollara posibles respuestas a una interrogante dada) se indicaran los colores rojo y azul el equipo azul deberá responder a la siguiente pregunta: ¿Cómo ayudarías a mantener la limpieza del medio ambiente?, mientras q el equipo rojo tendrá otra interrogativa que será :¿Qué consideras mal hecho para el cuidado del medio ambiente? ganará el equipo que más respuestas acertadas exponga . Con dicha actividad comenzarán las demás actividades recreativas del festival.

Cronograma de juegos y actividades:

JUEGO 1- Nombre: La ardilla recolectora.

Se forman los niños en grupo de tres o cuatro en el terreno cruzándose los brazos por la espalda o cogiéndose las manos estos representan las casitas de las ardillas. En el interior de estas se situará un niño agachado que representa ser una ardilla. El terreno estará minado de latas, pomos vacíos, entre otros materiales reciclables. Al sonido del silbato las ardillas saldrán de sus casas para recolectar cuantas piezas reciclables puedan, con el segundo silbato aquella ardilla que tenga más material recolectado en su casita será la ganadora.

JUEGO 2- Nombre: La polimita.

Se sitúan dos equipos a ambos lados del terreno formados en una hilera en el centro se encuentran un grupo de niños dentro de un circulo simulado en el suelo con una cuerda, estos representaran las polímitas. Alrededor del círculo se encontrará el cazapolimitas que no permitirá que se lleven las polímitas. El juego consiste en que cada jugador tiene que llegar a los alrededores del circulo y tomar la polímita de la mano para que esta pueda salir de su circunferencia solo podrán marchar sin ser tocados por el cazapolimitas de no ser así el jugador se retirara y le tocara al siguiente intentarlo el juego termina cuando sean rescatadas todas las polímitas. El equipo ganador será aquel que más polímitas allá rescatado.

JUEGO 3- Nombre: Salva el pescadito.

Se establecen dos carriles uno para cada equipo los mismos presentaran a lo largo de su extensión objetos como pomos y latas. Al final del carril se encuentra un niño, este simulara ser un pescado enfermo por la contaminación del agua. El juego consiste en que cada concursante deberá quitar un objeto del camino para que el ultimo de la hilera pueda llegar al pescadito y traerlo en su espalda para poderlo salvar. Ganará el equipo que primero rescate al pescado y lo traiga hacia la línea de partida.

JUEGO 4- Nombre: Imitación de animales.

Se forman ambos equipos en una fila excepto uno de cada equipo este imitara a un animal escogido con anterioridad por el equipo contrario su grupo tiene que identificar de que animal se trata aquel que adivine sustituirá al imitador y así sucesivamente hasta que uno de los dos equipos adivine 5 veces este será el ganador, para adivinar solo cuentan con un minuto.

Actividad 1- Siembra de plantas.

Para la primera actividad medioambiental se enseñará a los niños como y la importancia de sembrar un árbol esto lo motivará para hacerlo también en su

comunidad incluso en la escuela. Para dicha operación nos apoyaremos del vivero existente en el área con plantas típicas del lugar.

Actividad 3- Recogida de la playa.

Al llegar a la playa convocaremos a una recogida de todos aquellos materiales mencionados con anterioridad que afectan al bienestar del ecosistema marino, para ello contaremos de todos los niños y niñas presentes para hacer una actividad conjunta.

Conclusiones

Para dicho proyecto siempre nos basamos en el uso correcto de términos infantiles para una satisfactoria educación. Hemos tenido en cuenta todo lo aprendido a lo largo de los estudios cursados en la UCCFD, así como lo inculcado por los profesores de la misma. Con gran entusiasmo los invitamos a este FESTIVAL ECOLÓGICO.

Bibliografía

Libro: Los 100 juegos del plan de la calle

Título: Proyecto AMBICOSTAS

Autores: Dra. C. Yamilet Yanes Leiva

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

RESUMEN

El Turismo Deportivo de Naturaleza, sienta sus bases en las potencialidades de los espacios donde se desarrolle y el ordenamiento territorial que se realice, que le garantice sostenibilidad al producto, beneficiando con cada una de sus modalidades una promoción hacia el conocimiento y cuidado del medio ambiente. En Cuba el desarrollo de este, es muy reciente y se buscan las oportunidades y potencialidades naturales en cada sitio para desarrollarlo; existe un potencial a lo largo y ancho de la isla, en los espacios litorales de las zonas costeras, donde se pueden desarrollar modalidades en tierra, aire y agua, resultando un marco idóneo. En el Litoral Norte de *Mayabeque*, se ha diseñado una estrategia que está basada en un estudio de potencialidades naturales, una evaluación de impacto y de riesgo, siguiendo los principios de sostenibilidad, que sirve como modelo para el desarrollo territorial de otras zonas costeras en Cuba. Por lo que el presente trabajo hace referencia a un proyecto que se ha creado con el nombre de AMBICOSTAS, que como su nombre lo alude, pretende llevar a cabo la implementación de la estrategia antes mencionada en el Litoral Norte de Mayabeque y realizar un diagnóstico de potencialidades para la práctica del turismo deportivo de naturaleza en todas las zonas costeras de Cuba y un diagnóstico social de las comunidades asentadas en las mismas.

INTRODUCCIÓN

Los espacios litorales representan un potencial para la práctica de los deportes de naturaleza pero a su vez son uno de los espacios más vulnerables al cambio climático y todos los problemas ambientales asociados a este, que la mayoría de las veces los afectan de forma irreversible. Cuba siendo un archipiélago, tiene gran parte de su territorio como zona costera, siendo estas de gran importancia económica, ecológica y social para el país, por lo que la explotación y manejo de las mismas requiere de un ordenamiento territorial adecuado para preservar el equilibrio ecológico. En la Escuela Internacional se llevó a cabo durante varios años un proyecto de investigación territorial en el Litoral Norte de Mayabeque para el desarrollo del turismo deportivo de naturaleza, la protección del medio ambiente y el desarrollo local de las comunidades; este proyecto obtuvo varios resultados relevantes, entre ellos el diseño de una estrategia para desarrollar el turismo deportivo de naturaleza, teniendo en cuenta los aspectos económicos, sociales y medio ambientales, cumpliendo los indicadores de sostenibilidad para el desarrollo de esta actividad.

Por lo que se ha comenzado a desarrollar un nuevo proyecto de alcance nacional, que permita implementar los resultados alcanzados por el mencionado anteriormente y sistematizarlos en el Litoral Norte de Mayabeque, creando las bases para su sostenibilidad, con el fin de que sirva como modelo para el desarrollo territorial de otras zonas costeras del país; el nombre seleccionado es AMBICOSTAS, porque las acciones fundamentales se desarrollarán en los ambientes costeros, debido a las siguientes problemáticas identificadas:

- Vulnerabilidad ambiental en las zonas costeras de Cuba
- No se aprovechan, ni se usan adecuadamente las potencialidades de los espacios litorales para la práctica del Turismo Deportivo de Naturaleza
- Desventajas sociales de la mayoría de las comunidades costeras

Estas problemáticas justifican la necesidad de: Urgencia de concienciar a las nuevas generaciones de la importancia de la protección de las zonas costeras, la

necesidad de establecer espacios destinados a la práctica de los deportes de naturaleza y lineamientos del país en función de la búsqueda de nuevos espacios geográficos con potencialidades reales

para recuperar o crear destinos que desarrollen el Producto Turístico de Naturaleza y del interés del país de un diagnóstico social de las comunidades costeras en desventaja social

Para lograr este fin AMBICOSTAS se convierte en un proyecto sombrilla que persigue tres líneas de trabajo con tres objetivos generales diferentes pero a su vez relacionados entre sí:

1- Implementar una estrategia enfocada en el uso sostenible de los espacios naturales para desarrollar el Turismo Deportivo de Naturaleza en el Litoral Norte de Mayabeque, contribuyendo al desarrollo local sostenible del territorio.

2- Diagnosticar las potencialidades de las zonas costeras en Cuba para desarrollar el Turismo Deportivo de Naturaleza.

3- Realizar un diagnóstico social de las comunidades costeras con desventaja social, en Cuba.

Para cada uno de estos objetivos generales se han planificado objetivos específicos que permitan lograr los resultados esperados de conjunto con otras universidades y centros de investigación del país.

En la implementación y sistematización de la estrategía diseñada en el proyecto anterior, se pretende:

- Actualizar el diagnóstico de la explotación actual y potencialidades reales que presentan los espacios naturales del Litoral Norte de Mayabeque para desarrollar el Turismo Deportivo de Naturaleza
- Precisar el estado actual de la infraestructura de las Instalaciones de Campismo Popular del Litoral Norte de Mayabeque
- Determinar las características y el nivel de preparación de los recursos humanos, que laboran en el Campismo Popular del Litoral Norte de Mayabeque
- Comprobar las necesidades y potencialidades locales de las comunidades

- Rediseñar la estrategia destinada al desarrollo del Turismo Deportivo de Naturaleza, en el Litoral Norte de Mayabeque
- Aplicar la estrategia diseñada

Para generalizar el proyecto y hacerlo extensivo a todas las zonas costeras de Cuba, por la parte del diagnóstico de potencialidades, se planifica:
- Investigar las características físico geográficas de la costa norte y sur de los tramos occidentales, centrales y orientales del país
- Diagnóstico ambiental de cada tramo costero
- Determinar las potencialidades reales de los espacios litorales para la práctica del Turismo Deportivo de Naturaleza
- Precisar el estado actual, potencialidades y necesidades de la infraestructura de las Instalaciones del MINTUR, enclavadas en los tramos de costa de interés
- Determinar las características y el nivel de preparación de los recursos humanos que laboran en estas instalaciones
- Comprobar las potencialidades locales de las comunidades
- Diseñar un Programa de capacitación para los recursos humanos del MINTUR
- Diseñar una estrategia destinada al desarrollo del Turismo Deportivo de Naturaleza en el país

El diagnóstico social que aspira llevar a cabo el proyecto, se requiere de:
- Verificar una localización geográfica de las comunidades costeras, clasificadas en desventaja social
- Realizar una caracterización físico geográfica de las comunidades de interés
- Efectuar un estudio de tiempo libre de la población de estas comunidades
- Comprobar las ofertas recreativas existentes, a las que tienen acceso esta población
- Diagnosticar los intereses y necesidades recreativas de la población seleccionada
- Determinar los recursos endógenos (espacios, infraestructura y humanos) potenciales de cada comunidad
- Identificar los principales actores sociales de las localidades

- Cometer talleres de educación ambiental en las comunidades
- Diseñar un Programa Recreativo para cada comunidad

- Diseñar un plan de capacitación para los actores sociales designados

Los métodos de investigación teóricos utilizados en las investigaciones han sido:

El Histórico – Lógico, Enfoque Sistémico, Analítico – Sintético, Inductivo – Deductivo y Análisis Documental.

Los métodos empíricos : La Observación, Encuestas y Entrevistas, Matriz DAFO y el Trabajo de Campo.

Como Método Estadístico se utilizó: Análisis Estadístico Descriptivo.

DESARROLLO

El llamado turismo tradicional o de masas ha estado dirigido fundamentalmente por empresas turísticas con poca interacción de las comunidades locales, destinado solo a la satisfacción de las necesidades de los huéspedes con el fin de lograr un ingreso económico fuerte, sin tener en cuenta otras cuestiones de gran importancia como la protección y conservación del medio ambiente y la calidad de vida de la población de comunidades que forman parte del atractivo turístico de un producto.

Según la Organización Mundial del Turismo (OMT), a pesar de ser el turismo en la actualidad una actividad económica, social y cultural, considerada prioritaria en el proceso de desarrollo de muchos países; el turismo tradicional o de masas está cayendo en decadencia, debido al deterioro de los diferentes espacios donde se desarrolla y a la necesidad cada vez más creciente de las personas a buscar unas vacaciones placenteras. Por lo que se han buscado opciones para mejorar los destinos, los atractivos y los productos, con vistas a elevar la curva de nivel en el flujo turístico internacional.

El nuevo turismo, llamado turismo alternativo sienta sus bases en la sostenibilidad del producto, basado en los principios de sostenibilidad establecidos por la OMT. Por lo que nacen nuevas tendencias para modificar la actividad turística a nivel

internacional, teniendo en cuenta también los cambios en los intereses de la población mundial, por lo que se ha producido un despegue del Producto Naturaleza, ya que los espacios naturales pueden ser un factor incentivador de ingresos turísticos, cumpliendo con tres principios fundamentales: Sostenibilidad, Ordenamiento territorial y Doble papel del producto, dentro de este último principio se contempla la inserción de modalidades deportivas, sobre todo los deportes extremos, que resultan de gran atractivo para la demanda a nivel mundial.

En Cuba este producto es novedoso y existen potencialidades naturales para desarrollarlo, por lo que con los cambios económicos ocurridos recientemente en la isla, se han establecido en los lineamientos como una prioridad dentro del sector turístico buscar espacios naturales con potencialidades para desarrollar el Producto Deportivo de Naturaleza y las principales potencialidades se encuentran en las zonas costeras.

En el Litoral Norte de la actual Provincia de Mayabeque, existen una serie de potencialidades naturales para el desarrollo de este producto y además cuenta con la presencia de varias Instalaciones destinadas al Turismo nacional e Internacional. Pero a pesar de existir todos estos recursos no son explotados adecuadamente.

El presente trabajo de investigación sienta sus bases en un diagnóstico de un periodo de 7 años, a través de Campamentos realizados en el Litoral, con estudiantes de la Escuela Internacional de Educación Física y Deporte, Universidad que albergó estudiantes de 85 naciones de diferentes regiones geográficas, como Asia, África, América Latina y el Caribe, participando representantes de todos estos países en los campamentos, lo cual representó una variada gama de intereses y necesidades recreativas, además de tener amplias experiencias en otros países donde han podido visitar diferentes destinos y disfrutar del Producto Deportivo de Naturaleza, por lo que pudieron hacer una comparación, determinar potencialidades reales y proponer modalidades novedosas para Cuba.

Para que este diagnóstico fuera válido, primeramente ellos recibieron un contenido teórico durante todo un semestre en varias asignaturas, pero sobre todo en

Recreación (Básica, Física, en la Naturaleza y Comunitaria) y en Turismo Deportivo de Naturaleza; por lo que están capacitados antes de desarrollar la parte práctica, se planifican las actividades según la propuesta de los profesores insertados en un Proyecto desarrollado en la zona y finalmente ellos culminaron con un ejercicio de defensa donde hacen una nueva propuesta a partir de sus experiencias después de determinar los elementos negativos, positivos e interesantes. De todas las propuestas se diseñó una que apoyada en los diferentes trabajos de campo selecciona las posibles a desarrollar y descarta otras por el grado de riesgo o el impacto negativo en los ecosistemas que podría provocar. En ella e tuvo en cuenta los espacios naturales con ecosistemas estratégicos, el estado de conservación, la explotación actual, las potencialidades para la práctica de algunas modalidades de turismo de aventura y ecoturismo y el posible impacto en los ecosistemas.

Pero para poder desarrollar este producto y aprovechar adecuadamente los espacios naturales, se determinaron una serie de Fortalezas, Amenazas, Debilidades y Oportunidades, luego se realizó la matriz DAFO y se diseñó una estrategia para que potenciara el desarrollo del turismo de naturaleza en, en el Litoral Norte de Mayabeque, la cual se hizo una primera implementación en la zona de Puerto Escondido, con resultados positivos para la investigación, lo que ha dado lugar a pasar a una nueva etapa de la investigación, donde se comience a implementar y sistematizar la estrategia en todo el Litoral Norte de Mayabeque y a su generalización, a través del Proyecto AMBICOSTAS.

Los primeros resultados obtenidos los han protagonizado los estudiantes del Círculo Científico Estudiantil de recreación y los profesores de recreación de la UCCFD, actualizando y profundizando el diagnóstico del Litoral Norte de Mayabeque, investigaciones que tributen al proyecto, a través de talleres de intercambio con los proyectos de conservación que existen en las Áreas protegidas del Litoral, intercambiando en eventos científicos y realizando intervenciones a través de festivales recreativos en las comunidades insertadas en la zona de estudio. Otro de los primeros resultados alcanzados es el mapeo de los principales tramos de costa de Cuba.

CONCLUSIONES

1- La implementación de la estrategia refirma las potencialidades de los espacios naturales del Litoral Norte de Mayabeque para desarrollar el Turismo Deportivo de Naturaleza como vía para fomentar un desarrollo sostenible.

2- Las características físico geográficas de Cuba favorecen la presencia de un potencial para las modalidades del turismo deportivo de naturaleza en las zonas costeras.

RECOMENDACIONES

1- Realizar convenios que permitan la implementación de la estrategia diseñada con vistas a desarrollar el Turismo Deportivo de Naturaleza, en todo el Litoral Norte de Mayabeque.

2- Promover la necesidad de orientarse hacia un desarrollo sostenible, a través del desarrollo del Turismo Deportivo de Naturaleza.

BIBLIOGRAFÍA

1. Barómetro OMT, 2009.
2. Devís Devís, José. (2000). Actividad física, salud y medio natural. Madrid, INDE.
3. Medina, Norman. (2004). Turismo de la naturaleza en Cuba. NOMOS SA.
4. Pérez, Aldo. (1997). Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos. México F.
5. Pinos Quiles, Martin. (1997). Actividades físico deportivas en la naturaleza. Madrid, Gymnos.
6. Pinos Quiles, Martin. (1997). Iniciación a los deportes en la naturaleza. Madrid, Gymnos.
7. Rebollo Rico, Socorro. (1999). Curso sobre deporte-turismo y medio ambiente. Barcelona, Paidotribo.

Título: Proyecto comunitario Socio-Cultural Deportivo Recreativo. "Talento en mi Barrio"

Autor: M.Sc. Rolando José Ginarte Guerra.

Coautores: Lic. Víctor Manuel Cuello Batista.

Lic. Antonio Sánchez Roman.

Municipio: Bayamo.

País: Cuba

RESUMEN:

El presente trabajo consiste en lograr participación activa de los principales actores de la comunidad en la identificación de talentos artísticos y deportivos, a través, de actividades físicas, recreativas y culturales en los consejos populares de Bayamo Norte y como objetivos específicos precisa en motivar a los residentes en estos consejos populares y lugares aledaños, contribuir con la reducción de flagelos que afecten la sociedad como las drogas, alcoholismo, cigarros y otros vicios, identificar talentos artísticos y deportivos. Unas de las actividades realizadas es la música Interpretada por cantantes Infantiles, jóvenes y adultos, actuaciones de payasos, magos, declamadores, concursos infantiles de pintura, declamación, bailes, reconocimiento a personas de nuestra cultura, que se han destacado en la comunidad, Juegos de Baloncesto, Voleibol, Fútbol y Béisbol en modalidades practicadas, cartel Boxeo, Juego de mesa (Parchí, dominó, dama, entre otros), tabla de Círculos de Abuelos (Artes marciales), Bailo terapia gigante, competencia de programa a Jugar, reconocimientos a atletas destacados dentro de la comunidad y el municipio, conversatorios sobre higiene bucal, sexualidad y auto focal, actividades gastronómica: Venta de refrescos, galletas, helados, dulces, entre otros.

1. Órganos nacionales de contrapartida

1.1 Entidad cubana contraparte oficial del proyecto:

Dirección Provincial de Deportes. Granma.

Dirección Municipal de Deportes. Bayamo.

Universidad de Granma. Facultad Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.

Contraparte ejecutora o técnica:

Dirección Provincial de Cultura Granma. Dirección Municipal de Cultura Bayamo.

Dirección Provincial de Educación Granma. Dirección Municipal de Educación Bayamo

Dirección Provincial de Salud Pública Granma. Dirección Municipal de Salud Pública Bayamo.

1.2 Otras instituciones que colaboran en la realización del proyecto:

- Órgano de Gobierno en Granma y municipio Bayamo:

Garantiza la participación de comunidades e instituciones. Apoyo logístico.

- Comisión de Prevención y Atención Social en Granma:

Apoya las coordinaciones necesarias, así como la realización del trabajo en las comunidades**.** Garantiza transporte y alimentación.

- Dirección Provincial de Educación (Escuela Especial Ernesto Che Guevara, Politécnico Juan Vitalio Acuña y otros ubicados en las comunidades donde se trabajará)

Apoya, mediante las coordinaciones necesarias, la realización del trabajo en las comunidades insertadas*.* Garantiza las acciones en el propio Centro Educativo.

- Casa de Cultura del Município:

Aportan talento aficionado y personal técnico por manifestaciones artísticas.

- Dirección Municipal de trabajo

Coordina las acciones con los trabajadores por cuenta propia del territorio en función de incrementar las ofertas gastronómicas y culturales en sus distintas manifestaciones. Ventas de sus productos en ferias de apoyo a las acciones del proyecto.

El Comité gestor del proyecto estará conformado de la siguiente forma:

- Coordinador: MSc. Rolando José Ginarte Guerra. Miembro de la comisión provincial de Baloncesto. Arbitro internacional de Baloncesto (FIBA). Jefe técnico del Baloncesto en el Municipio Bayamo.rolandoginarte@nauta.cu móvil 54806476.

- Vice coordinador: Lic. Víctor Manuel Cuello Batista (profesor de Baloncesto, director del combinado deportivo escritor, compositor y promotor cultural, miembro de la UNEAC).

Miembros:

- MSc. Marcos Alexis Serrano Tamayo. Universidad de Granma.
- MSc. Ernesto González Medel. Universidad de Granma. Facultad de Cultura Física.
- MSc. Sarai Vázquez Rodríguez. Universidad de Granma.Facultad de Cultura Física.
- Lic. Antonio Sánchez Román. Dirección Municipal de Deportes Bayamo.
- Lic. Yoandri Arjona Pérez. Dirección Municipal de Deportes Bayamo.
- Lic. Reinier Alberto Escalona Masó. Dirección Municipal de Deportes Bayamo.

2. Contraparte extranjera fuente de financiamiento.

2.1 Entidad extranjera contraparte oficial del proyecto: (por definir)

2.2 **Fuente de financiamiento:** ONGs, Universidades, Asociaciones e Instituciones de diferentes países.

3. Relación de la entidad cubana con los beneficiarios del proyecto.

A partir de la concepción general del proyecto en cuanto a la forma de intervención comunitaria, en las dimensiones culturales y deportivas se requiere de establecer una organización y planificación que esté siempre en correspondencia con las necesidades, gustos y preferencias de los beneficiarios y en función de elevar la calidad de vida, que se fomenten los valores ciudadanos, educar en la tolerancia y para la tolerancia y el respeto mutuo ,reducir o atenuar las indisciplinas sociales y reconocer los talentos que surgen en el barrio.

Los posibles problemas que puedan aparecer en la dinámica de trabajo, deberán ser abordados por el Grupo gestor del proyecto, siempre con la premisa de que mientras más rápido y efectivamente se les dé una solución, se contribuirá a un mayor impacto positivo del proyecto en la comunidad.

De todo lo anterior se deriva que el proyecto persiga las siguientes *prioridades*:

- El trabajo sistemático con niños, jóvenes y adultos, incluyendo personas de la tercera edad; de comunidades que presenten distintos grados de complejidad, de índole social y económica, adaptado a la diversidad poblacional.
- El enriquecimiento de la vida deportiva y sociocultural comunitaria.
- La preparación de la comunidad para la realización autóctona y sostenible de acciones de carácter deportivo y sociocultural.
- El fortalecimiento de los niveles de participación de las comunidades en los proyectos artísticos– culturales y físicos deportivos– recreativos que se gestan y promueven en las diferentes instituciones del territorio.
- La identificación de talentos para las actividades artísticas y deportivas entre los comunitarios.

4. Historia

4.1 Antecedentes

El proyecto Talento en mi Barrio tuvo sus comienzos en el año 1991, en la actual provincia de Granma, específicamente en el reparto Iser (Cancha de Baloncesto del Politécnico Juan Vitalio Acuña) del Municipio Bayamo.

Perseguía entonces los siguientes **objetivos:**

Motivar a la comunidad hacia la participación de actividades culturales, físicas, deportivas y recreativas en el barrio, Fomentar la unidad del barrio y trabajar en la formación de valores.

Posteriormente también con estos objetivos fue replicado en diversos consejos populares tales como Jesús Menéndez, Rosa la Bayamesa, El Valle, Camilo Cienfuegos, San Juan el Cristo, Julia-Mabay y otras comunidades de municipios de La Provincia (Niquero, Media Luna, Manzanillo y Jiguaní).

Con respecto a otras nacionalidades el proyecto desarrolló actividades en el territorio nacional coordinadas con equipos de supermaster del hermano país de República Dominicana. Además, como parte del megaproyecto con Venezuela (Barrio Adentro Deportivo) se desarrollaron actividades en las comunidades del municipio Santa Teresa del Tuy en el Estado Miranda.

4.2 Fundamentación

Con la presente versión lo que se pretende es llegar con mayor sistematicidad, coherencia e integración a las comunidades seleccionadas e involucradas en la investigación dentro y fuera de nuestro país, de una manera más coordinada y cohesionada entre todos los factores involucrados, teniendo en cuenta la experiencia de los últimos años y a partir de un enfoque mejor segmentado de los beneficios potenciales del proyecto, que en este caso particular se encuentran prácticamente la totalidad de los que habitan dichas comunidades.

Derivado del análisis de los diferentes diagnósticos y estudios realizados en las citadas comunidades, teniendo en cuenta las dimensiones, que normalmente son consideradas para posibles intervenciones comunitarias, se pueden apreciar datos, básicamente de índole social, que caracterizan a estas comunidades de la siguiente manera:

- Existencia de diversas disfunciones de tipo social, entre las que se podrían identificar:
- Consumo de sustancias tóxicas (tabaquismo, alcoholismo entre otras)
- Proliferación de embarazos precoces y madres solteras.
- Se encuentran jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.
- Prácticas de indisciplinas sociales, así como de diversos tipos de figuras delictivas, que propician que una parte de su población sea juzgada por órganos competentes e internada en instituciones penales.
- Presencia además de otros tipos de problemas que son fuente generadora de conflictividad social, como son los casos de:
- Una situación crítica en cuanto a las condiciones de vivienda.
- Bajo nivel de ingresos salariales a nivel familiar.
- Problemas con las fuentes de abasto de agua.
- Viales dañados.
- Afectaciones de tipo ambiental que afectan a la salud de una buena parte de la comunidad.
- Personas con discapacidad mental o física, necesitadas de actividades que le hagan pasar el tiempo de manera más agradable y productiva.

Actividades que se planifican y realizan en las comunidades seleccionadas:

Culturales.

Participación de cantantes infantiles jóvenes, adultos, payasos, declamadores, magos poetas, concursos infantiles, danzas tradicionales y folclóricas de la comunidad entre otras manifestaciones.

Deportivas, Físicas y Recreativas.

- Baloncesto (modalidad BASKETRANSI, 3 vs 3, en silla de ruedas y Ajedrez Basquetbol)
- Voleibol (modalidad 3 vs 3)
- Futbol (modalidad 4 vs 4 y 2 vs 2)
- Composiciones de Gimnasia con el adulto mayor TAICHI.
- Bailoterapias
- Competencias para bailar.
- Rueda de salsa casino y bailes tradicionales.
- Tracción de la soga.
- Programa A jugar.
- Boxeo a ciegas.
- Juegos de mesas (parchís, dominó, dama entre otros)
- Juegos de participación popular.
- Entre otras actividades festivas como ferias nacionales e internacionales y de interés recreativo, deportivo y cultural de la comunidad

4.3 Objetivos

Objetivo general.

Contribuir al logro de una participación activa de la comunidad y sus principales actores sociales, así como a la identificación de talentos artísticos y deportivos, a través, de actividades físicas, deportivas, recreativas y culturales adaptadas a la

diversidad poblacional y basadas en el principio de la inclusión en diferentes consejos populares de Bayamo Norte y otros consejos aledaños.

Objetivos específicos.

1. Motivar a los residentes de los consejos populares y lugares aledaños hacia la participación activa en las diferentes actividades en función de sus necesidades, gustos e intereses.
2. Contribuir a la unidad, respeto mutuo, tolerancia y a la reducción de flagelos que afecten la sociedad.
3. Identificar talentos artísticos y deportivos en estos consejos populares.
4. Fomentar nuevos espacios y capacidades de desarrollo sociocultural y de recreación sana desde el punto de vista técnico, formativo y logístico y consolidar los existentes, dentro de barrios y comunidades; que contribuyan a fortalecer en sus pobladores el sentido de pertenencia al lugar donde viven y elevar sus conocimientos sobre el deporte y la cultura.
5. Propiciar una mayor integración y fortalecimiento de la identidad comunitaria involucrando a los diferentes actores presentes en estas y aprovechando la transversalidad de la cultura y el deporte.

4.4 Vialidad y sostenibilidad:

El proyecto es factible y viable en cuanto a su realización. Existe en las comunidades enormes potencialidades aún por explotar, entre las que se encuentra:

- Cientos de niños y jóvenes vinculados al Sistema Nacional de Enseñanza, con potencialidades para ser grandes artistas o deportistas.
- La presencia –aunque no con el impacto que se necesita- de promotores culturales, instructores de arte y de activistas deportivos y de recreación.
- Diversas instituciones educacionales, cultura y de salud pública.
- La existencia de tradiciones culturales autóctonas que se preservan en mayor o menor medida.
- La existencia de un liderazgo comunitario, acompañado por representantes de los CDR, FMC, ACRC y otras instituciones y entidades. En este liderazgo es

decisivo el papel del presidente de consejos populares como máxima autoridad del gobierno en las comunidades.

Está demostrado que sólo observando desde una óptica global la situación comunitaria y utilizando algunas de las herramientas más efectivas: precisamente la cultura, las diferentes manifestaciones artísticas, así como la actividad deportivo- recreativa, mediante una especie de diálogo sistemático y creciente; es que se podrán enfrentar y vencer los problemas identificados en la comunidad.

La factibilidad del proyecto a su vez está dada por qué:

- Existe la necesidad de realizar las acciones del proyecto, por lo que es la propia comunidad la mayor interesada en que se materialice éste.
- Las políticas trazadas por el sector de la cultura y el deporte propician un fortalecimiento del trabajo con las comunidades.
- Existe un presupuesto que se ha calculado asequible que puede ser ejecutado para dar cobertura a las principales exigencias del proyecto (financiamiento en divisas).

El proyecto es sostenible a partir de los siguientes elementos:

- Por un lado, la propia concepción del proyecto, donde se define que la comunidad no es objeto sino sujeto activo, se garantiza la continuidad que ésta preserve los conocimientos y el herramental metodológico con el cual se trabaja, lo que garantiza la continuidad en el accionar. En cuanto a la sostenibilidad social es interés de la sociedad mantener la vitalidad en cuanto a las actividades de carácter sociocultural, artístico, deportivo y recreativo, con un enfoque de sano esparcimiento y de un buen uso del tiempo libre.
- Quedan bien entrenados los diferentes factores de la comunidad respecto a la gestión por proyectos, dirección estratégica, comunicación, habilidades gerenciales, entre otros temas.
- La institución rectora del proyecto posee la idoneidad desde el punto de vista académico y gerencial para llevar a feliz término los objetivos y acciones previstos.

- El proyecto tendrá un seguimiento **mensual** en el seno de la propia comunidad, mediante la realización de un Consejillo sobre proyecto en alguna reunión o escenario ya diseñado y que se utilice por el Consejo Popular u otra institución local.
- El proyecto puede ser ejecutado en otros países por un tiempo de 21 días a un mes.
- La evaluación del proyecto se hará a partir de indicadores de medida e impacto. La evaluación contemplará un enfoque cuantitativo.

Momentos de evaluación:

El Comité Gestor del proyecto (representantes de los comunitarios y no comunitarios) sostendrá una reunión de coordinación y evaluación trimestral, en una comunidad seleccionada previamente.

Se hará una evaluación detallada sobre cumplimiento de los objetivos, resultados y acciones del proyecto, dos veces al año.

Instrumentos de evaluación:

Se elaborarán actas de los consejillos o juntas operativas que serán archivadas en formato electrónico como evidencias del proyecto.

De igual manera se elaborarán, analizarán y archivarán informes sobre la evolución del accionar del proyecto.

Las encuestas y la observación con una guía con indicadores serán los instrumentos que se aplicarán.

5. Localización.

En sus inicios el proyecto estará ubicado en las comunidades de Bayamo Norte, las cuales pertenecen a la capital de la Provincia de Granma, Cuba. En una segunda etapa se prevé desarrollar en el resto de las comunidades del municipio y luego en el resto de la provincia.

6. Duración.

Comienzo: 1º de abril de 2017

Término: 30 de diciembre de 2020

7. Beneficios del proyecto.

El proyecto mantiene su accionar dentro de las comunidades de Bayamo Norte que fueron incluidas a partir del acuerdo 440 – 2007 de su Consejo de Administración.

Consejos Populares de:

- Siboney.
- Rosa La Bayamesa.
- Barrio Azul.
- Camilo Cienfuegos.
- Aeropuerto Viejo.
- Reparto Polígono.

Se pretende además llevar el accionar del proyecto hasta algunas comunidades previamente seleccionadas por el organismo correspondiente en el territorio y cuya cobertura específica.

De igual forma *Talento en mi Barrio* intentará mejorar la situación de algunas comunidades con marcadas disfunciones sociales y que han sido características previamente por la Comisión de Prevención y Atención Social de Granma. Algunas de estas áreas son:

- Consejo Popular El Valle (calle 10 y final. Circunscripción 135. Bayamo).
- Pasaje S. Siboney. Circunscripción 123. Bayamo).

Se prevé la inserción del proyecto en aquellas comunidades donde se realiza la inclusión de niños y jóvenes con discapacidad pertenecientes a la red de escuelas especiales del MINED, tomando como base las experiencias desarrolladas en la Escuela Especial Ernesto Guevara de Bayamo desde hace algún tiempo. En este caso se partirá de un trabajo realizado en la propia Escuela especial que tendrá su colofón en las comunidades donde los niños y jóvenes deberán poner en práctica los conocimientos adquiridos de manos del proyecto, específicamente del sub proyecto BASKETRANSI.

Por tanto, la población en la cual se centrará el trabajo del proyecto es la conformada por la población que reside en las comunidades seleccionadas para formar parte del mismo. Teniendo en cuenta los diferentes grupos etarios a los

cuales está principalmente dirigido el proyecto, se estima que este abarcará a más de 100 mil personas.

8. Financiamiento del proyecto (Recurso necesarios)

2017- 2018 **2018- 2019** **2019- 2020**

Recursos materiales		**Cantidad**	**Precio**	**Cantidad**	**Precio**	**Cantidad**	**Precio**	**Total**
Hojas		**1000**		**1000**		**1000**		**3000**
Lapiceros		**10**		**10**		**10**		**30**
Plumones marcadores		**5**		**5**		**5**		**15**
Módulo Deportivo Shores y camisetas		**20**		**20**		**20**		**16**
Cartulina		**12**		**12**		**12**		**36**
Presilladoras		**3**		**3**		**3**		**9**
Tijeras		**3**		**3**		**3**		**9**
Sogas y cuerdas		**10**		**10**		**10**		**30**
Juegos de Cuerdas para 3 y 4		**6**		**6**		**6**		**18**
Papeles de colores		**12**		**12**		**12**		**36**
Data show		**1**		**1**		**1**		**3**
Pegamento		**10**		**10**		**10**		**30**
Equipo de audio		**1**		**1**		**1**		**3**
Pelotas de Baloncesto		**10**		**10**		**10**		**30**
Pelotas de Futbol		**10**		**10**		**10**		**30**
Pelotas de Voleibol		**10**		**10**		**10**		**30**
Pelotas de Béisbol		**10**		**10**		**10**		**30**
Guantes de Béisbol		**9**		**9**		**9**		**27**
Impresora y tóner		**1**		**1**		**1**		**1**
Otros gastos		**14**		**14**		**14**		**42**

alimentación, hospedaje y transporte).								
Participación en eventos nacionales e internacionales		**3**		**3**		**3**		**9**
Computadora laptop		**1**		**1**		**1**		**1**
Local u oficina		**1**		**1**		**1**		**1**
Cámara fotográfica		**1**		**1**		**1**		**1**
Extensión eléctrica		**1**		**1**		**1**		**1**
Transporte		**1**		**1**		**1**		**1**
Luces		**1**		**1**		**1**		**3**
Soporte para luces		**1**		**1**		**1**		**3**
Micrófonos inalámbricos		**3**		**3**		**3**		**3**
Baterías (----)		**1**		**1**		**1**		**1**
Carpa		**1**						**1**
Estímulos materiales		**40**		**40**		**40**		**120**
Recursos humanos								
Especialistas de los talleres y de las actividades		**16**		**16**		**16**		**48**
Septeto LEAL		**8**		**8**		**8**		**24**
Total			**45 985**		**45 760**		**48 786**	**140 531**

10. Cronograma de trabajo para cada comunidad.

	Actividad	Descripción	Beneficiarios y lugar	Responsable	Fecha Inicio	Fecha Culm
1	Diagnóstico de la situación social actual y de las necesidades gustos e intereses recreativos con los instrumentos seleccionados.	Se realizará una observación con una guía de observación y se realizará una encuesta a más del 45 por ciento de las personas y actores sociales que intervienen en las comunidades seleccionadas Se determinará a través de la encuesta de entrada el conocimiento de las principales necesidades y la situación social de las comunidades seleccionadas y los conocimientos que poseen de esta los trabajadores sociales, entrenadores, profesores de Educación Física, docentes otros actores sociales e integrantes de la comunidad además de las necesidades, gustos y preferencias recreativas.	Comunidades seleccionadas, gobierno de las comunidades, actores sociales, instituciones docentes, deportivas, culturales y recreativas enclavadas en las comunidades. Local de reunión.	Coordinador del proyecto Miembros del proyecto.	Abril 2017	Dic. 2020

2	Informe de los resultados de la aplicación de los instrumentos en las comunidades seleccionadas.	Se efectuará un informe o memoria escrita e impresa para detallar los resultados alcanzados en el diagnóstico inicial. Local de reunión.	Actores sociales de la comunidad, comunidad y comunidad científica Local de reunión.	Coordinador del proyecto. Miembros del proyecto.	Abril 2017	Dic. 2020
3	Reunión de organización y planificación de las actividades en función del resultado del diagnóstico, adaptadas a la diversidad poblacional y en función de la inclusión	Teniendo en cuenta el diagnóstico inicial se organizarán y planificarán las actividades para desarrollar el proyecto. Actividades que se describirán en un guion. Las actividades estarán en función de la diversidad poblacional y bajo el principio de la inclusión aprovechando siempre las potencialidades de los participantes de las comunidades seleccionadas.	Gobierno de la comunidad, actores sociales, comunidad científica estudiantes universitarios y comunidades seleccionadas. Local de reunión.	Miembros del proyecto y actores sociales de la comunidad.	Abril 2017	Dic. 2020
4	Talleres relacionados con los intereses de las comunidades seleccionadas sobre temas de Música y baile, Deporte y Recreación	Los integrantes del grupo musical brindarán talleres y los profesores de la Universidad y de Deporte impartirán los que se relacionan con el Deporte y la Recreación	Promotores culturales, trabajadores sociales, recreadores, entrenadores, otros actores sociales y la comunidad. Locales seleccionados en las comunidades.	Profesores de música y baile, Universitarios y Especialistas en Deporte y Recreación	Abril 2017	Dic. 2020

5	Proyecto Socio Cultural Deportivo Recreativo Talento en mi Barrio`	Actividades descritas en la Fundamentación del proyecto y otras que se hayan sido determinadas en el diagnóstico inicial dentro de los gustos e intereses de las comunidades seleccionadas. Conciertos del "Septeto LEAL".	Niños, adolescentes, jóvenes y adultos con talentos culturales músicos, plásticos, escritores, y bailarines, deportistas, practicantes de actividades físicas y recreativas y observadores. Personas con necesidades educativas especiales y las comunidades en general. Plazas o parques	Coordinador del proyecto. Miembros del proyecto	Abril 2017	Dic. 2020
6	Diagnóstico Final situación social actual y de satisfacción de las necesidades e intereses recreativos.	Se realizará una observación con una guía de observación con indicadores durante la realización de las actividades del proyecto. Se aplicará el cuestionario de salida para evaluar el estado de la situación social actual y la satisfacción de las necesidades e intereses recreativos de las comunidades seleccionadas.	Comunidades seleccionadas, gobierno de las comunidades, actores sociales, instituciones docentes, deportivas, culturales y recreativas enclavadas en las comunidades. Plazas o parques.	Coordinador del proyecto. Miembros del proyecto	Abril 2017	Dic. 2020

7	Informe de cierre del proyecto	Se evaluarán los resultados del proyecto. Entrega del resultado a los líderes comunitarios y a comunidad científica. Se efectuará un informe o memoria escrita e impresa para detallar los resultados alcanzados en el diagnóstico final.	Actores sociales de la comunidad, comunidad, comunidad científica, instituciones culturales, recreativas, deportivas y docentes. Local de reunión.	Coordinador del proyecto. Miembros del proyecto	Abril 2017	Dic. 2020

Resultados alcanzados con el proyecto como antecedente de este:

- Se han efectuado 78 actividades del proyecto en diversas comunidades del territorio cubano.
- 26 árbitros de baloncesto se han formado en comunidades cubanas y 2 en el estado Miranda de la República Bolivariana de Venezuela a través de cursos realizados por miembros del proyecto autorizados en esta especialidad, de ellos 12 árbitros ostentan la categoría nacional y uno internacional.
- 25 activistas del mismo alcanzaron el título Universitario de Licenciados en Cultura Física en Cuba y 4 venezolanos se formaron en la República Bolivariana de Venezuela.
- Ha aportado 54 talentos deportivos a las preselecciones provinciales y uno a la selección nacional cubana juvenil en Baloncesto.
- A través del mismo se han establecido torneos de competencias interbarrios en los diferentes deportes y modalidades.
- Constituye un elemento dinamizador de la Cultura, el Deporte y la Recreación en las comunidades del territorio cubano.
- Contribuye a la disminución de indisciplinas sociales
- Apoya el deporte Universitario y Recreativo en la comunidad universitaria.
- Aporta de manera activa a la construcción de medios para las actividades en las diferentes comunidades en especial de un básquet móvil, que se traslada a estas.
- Logró aglutinar 4000 personas en una actividad en la que se cerró una de las principales arterias de la ciudad de Bayamo comparada esta con un mini carnaval.
- Estableció una gira de verano en casi todos los Municipios con el equipo de supermaster "Trota mundo de Bayamo".
- En varias actividades de los consejos populares instituyó un espacio para dar la bienvenida a niños que cavaban de nacer y a través de los años cinco de ellos resultaron ser talentos.

Título: Proyecto de medios múltiples para el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad 5 Pesos del municipio San Cristóbal.

Autor: Lic. Ángel R Polo Pedroso

País: Cuba

RESUMEN

En los programas relacionados con la enseñanza existen como limitantes la insuficiente cantidad de ejercicios, repercutiendo esto de manera negativa en el desarrollo de las habilidades, capacidades y ejercicios complementarios para el desarrollo de los mismos en la comunidad de “Cinco Pesos” en el municipio San Cristóbal. Pensamos que contribuyendo al desarrollo de las habilidades y capacidades los beneficiarios tendrán la posibilidad de asimilar con mayor facilidad esta actividad, logrando una mayor y mejor realización del juego, pues lo nuevo despierta mayor interés, logrando una mayor participación de forma activa y consciente en la actividad a desarrollar.

Las conclusiones y recomendaciones emanadas de este trabajo deben aportar nuevas sugerencias para el desarrollo de las actividades como guía para perfeccionar el trabajo y contribuir al desarrollo de un proceso docente educativo en el que la correcta selección de los ejercicios estén en correspondencia con el gusto y preferencias de los beneficiarios. El programa a modular de esta investigación no será resuelto de una vez y por todas, por lo que solicitamos que se siga investigando en este campo y que los profesores al seleccionar las diferentes actividades sean lo más creativo con el objetivo de mejorar calidad.de vida de esta comunidad.

INTRODUCCION

En la época actual, en la que el desarrollo histórico de la humanidad encuentra su máxima expresión en la coincidencia de dos procesos revolucionarios, la revolución social y la revolución científico-técnica, el papel que juega el deporte en las transformaciones sociales adquiere un significado especial brindándole un lugar de primera importancia en la formación de su personalidad, debido a que el deporte en su estructura posee los requisitos necesarios para ello desde el punto de vista social, moral, político e ideológico.

Actualmente en el mundo, la ciencia y la técnica han sido procesos institucionales y en nuestro país ha alcanzado un nivel tal de desarrollo institucionado a nivel de gobierno, formando parte de la política del desarrollo social, reflejado en los lineamientos de la política económica y social del partido, específicamente en el lineamiento **138** **"Prestar mayor atención en la formación y capacitación continuas del personal técnico y cuadros calificados que respondan y se anticipen al desarrollo científico tecnológico en las principales áreas de la producción y los servicios, así como a la prevención y mitigación de impactos sociales y medioambientales".**

En nuestro caso el planteamiento del desarrollo deportivo tuvo que prever desde el comienzo las instituciones básicas que contribuirán a crear las condiciones para el progreso más completo y la profundización permanente de los procesos apoyados en la base ideológica y en instrumentos de la ciencia.

Los elementos tratados anteriormente conllevan a formular el **objetivo** de este trabajo:

Elaborar medios múltiples que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de los pobladores de la comunidad 5 pesos municipio San Cristóbal.

DESARROLLO

El análisis de la documentación permite apreciar que uno de los primeros factores establecidos como premisa para el cambio de concepciones de la práctica del deporte y del movimiento de la cultura física estuvo encaminado a la formación de los cuadros necesarios para impulsar técnicamente las actividades deportivas hacia el pueblo.

Los cambios operados en nuestro país a partir del triunfo de la revolución han determinado un desarrollo ascendente en lo económico, político y social, en tal medida que nuestro país a pesar de ser pequeño ya se ha destacado, obteniendo logros significativos, tanto dentro del ámbito nacional como internacional.

Ha sido, es y seguirá siendo para nuestro país una prioridad y forma parte de la conciencia de técnicos y profesionales el desarrollo del trabajo comunitario, el cual reflejamos en nuestro trabajo diario como eje de formación política y cultural, buscando como un único resultado elevar la calidad de vida de los pobladores de la comunidad 5 Pesos del municipio San Cristóbal.

Nuestro trabajo se concentro específicamente crear condiciones favorables que ayudaran a mejorar la salud de los pobladores de la comunidad, que entre los principales problemas de salud se detectaron obesidad, sedentarismo, diabetes y de parálisis en las articulaciones producto de accidentes laborales como es el caso de Guillermo Vocourt.

Las principales acciones que se lograron realizar para el mejoramiento de la calidad de vida de los pobladores esta la construcción de un gimnasio, el cual fue construido con materia de desecho de los centrales 30 de Noviembre y José Martí ambos del municipio San Cristóbal, se utilizaron tubos, barras, ruedas dentadas, planchas entre otros materiales, para conformar los aparatos del gimnasio, auxiliados por especialistas en materia deportiva. Se creó un sistema de trabajo que tomo como eje fundamental un plan de ejercicios, mejoramiento de dietas alimenticias y actividades colaterales de ejercitación los cuales se realizaban en horarios de la tarde, todos aplicados en concordancia a las problemas que reflejaba los pobladores y monitoreados por Licenciados en Deporte, Dietistas,

médicos del consultorio de la familia y del Hospital Comandante Pinares como parte de un grupo de trabajo interinstitucional.

Formo parte importante el trabajo realizado con los niños que entre otros propósito se establecía la ejercitación para el desarrollo motor, el fortalecimiento de músculos y los tejidos y la búsqueda del biotipo adecuado para la práctica de boxeo. Al igual que en el gimnasio los medios utilizados para la construcción del aparato de estiramiento son de desechos de materia prima de los Centrales del municipio lo cual no implica gastos algunos a la institución donde se puede generalizar a un sin número de disciplinas deportivas..

Partiendo de la valoración económica de los medios utilizados podemos decir que los mismos están valorados aproximadamente 1 juego de pesas entre 300 y 500 USD la plataforma y los accesorios entre 200 y 300 USD la barras giratorias se aplican en edades tempranas para el desarrollo del estiramiento.

CONCLUSIONES

1. Existen importantes fundamentos teóricos, metodológicos y políticos que argumentan la necesidad del trabajo comunitario en función de la elevación de la calidad de vida de los pobladores de 5 pesos. .
2. El trabajo grupal es una herramienta complementara para el mejoramiento de la calidad de vida de los beneficiarios, tanto para niños como para personas mayores.

RECOMENDACIONES

1. Continuar perfeccionando la propuesta desde sus fundamentos teóricos y metodológicos de manera que contribuya al incremento de sus potencialidades orientadoras a la labor del docente.
2. Previo al inicio del programa del programa debe hacerse una valoración médica con el fin de conocer el estado de salud de las personas.

Bibliografía

1. Bunn John. (1987) Entrenamiento deportivo científico. México. Editorial PAX México.
2. Crespo, Miguel. (1990). “Ejercicios para mejorar tu VIDA”. Niveles: Iniciación YMedio, Editorial Gymnos.
3. Chu Donald, A. (1993) Ejercicios Pliométricos. España.
4. Estévez Cullell, Migdalia., arroyo Mendoza, Margarita. Y Col. (2006). La Investigación Científica en la Actividad Física: Su Metodología. Editorial Deporte. La Habana.
5. Harre, Dietrich. (1993) Teoría del entrenamiento deportivo. Editorial Científica Técnica.
6. Fernández Bengoechea, Ela. Y Col. (2006). Español Comunicativo en la Cultura.
7. Freunnd John E. (1991). Estadística Elemental Moderna. Edición Revolucionaria. 45 p.
8. Castro Rúz, Fidel. (1991) Pensamiento en: El Deporte de Hoy. Realidades y Perspectivas.
9. Grushin, B. (1991). Tiempo Libre y Recreación. Moscú. Editorial.
10. González de la Torre y col. (2007). ISCF “Manuel Fajardo” UNIVERSALIZACIÓN DE LA CULTURA FÍSICA. MAESTRÍA ACTIVIDAD FÍSICA COMUNITARIA. Metodología de la Investigación. Imprenta Centro Gráfico. Isla de la Juventud, Cuba.
11. Pérez Sánchez Aldo, (2003). Departamento de Recreación: Fundamentos Teóricos Metodológico. ISCF “Manuel Fajardo”.
12. Ramos, A y Col. (2005). Tiempo Libre y Recreación en el desarrollo Local. Monografía del Centro de Estudios de desarrollo Agrario y Rural. La Habana, Cuba.
13. Colección Deportes & Entrenamiento, Editorial Paidot.
14. Harre Dietrich. (1988) Teoría del entrenamiento deportivo. Editorial Científico Técnica. Ciudad de la Habana, Cuba.

15. Kos. B y Teplý Z. (1995) 1500 ejercicios de condición física. Fuerza. Flexibilidad, Equilibrio, Coordinación, España.
16. Hernández Sampier, R.(1994). Metodología de la investigación. México.

Título: Proyecto deportivo-recreativo para satisfacer las necesidades de la población en la localidad de Godines del municipio Candelaria provincia Artemisa.

Autores: M.Sc. Emiliano Luis García Moreno**.** Profesor Auxiliar**,** eluis@uart.edu.cu
Lic. Dania Rosa Gavilan Carrillo. Profesora Asistente, daniagc@uart.edu.cu
Institución: Universidad de Artemisa
País: Cuba

Resumen

La investigación está encaminada a satisfacer las necesidades de la población en la localidad de Godines, para facilitar la misma se tuvo en cuenta una muestra a partir del universo que actualmente existe en esta localidad, trabajando solamente con un total de cien personas de todas las edades. Con ella pretendemos partir de un análisis del programa de la Cultura Física y calidad de vida, proponiéndose un proyecto de actividades deportiva-recreativas donde estén vinculados todos los programa del deporte como elementos esencial en la vida social de la comunidad, orientado al desarrollo humano de los diferentes grupos etáreos donde se unen un conjunto de acciones para lograr determinados resultados. Se pudo confirmar que determinados momentos no se ponen en práctica actividades que estén acorde con los intereses de los pobladores de esta localidad, motivado por la problemática y limitaciones que aparecen en el empleo del tiempo libre, para conocer estas deficiencias se partió de un diagnóstico de encuesta y entrevista aplicada a un grupo de personas de ambos sexos y años, dándonos la veracidad y a partir de los resultados obtenidos aportar soluciones asequibles encaminadas a la práctica sistemática mediante el proyecto.

Palabras clave: Necesidades. Población. Actividades deportivas-recreativas.

Summary

The investigation is guided to satisfy the population's necessities in the town of Godines, to facilitate the same one one kept in mind a sample starting from the

universe that at the moment exists in this town, only working with a total of a hundred people of all the ages. With her we seek to leave of an analysis of the program of the Physical Culture and quality of life, intending a project of sport-recreational activities where all the program of the sport like elements essential are linked in the social life of the community, guided to the human development of the different groups etáreos where they unite a group of actions to achieve certain results. You could confirm that certain moments don't put on in practical activities that are in agreement with the interests of the residents of this town, motivated by the problem and limitations that appear in the employment of the free time, to know these deficiencies he/she left of a survey diagnosis and he/she interviews applied to a group of people of both sexes and years, giving us the truthfulness and starting from the obtained results to contribute affordable solutions guided to the systematic practice by means of the project.
Words key: Necessities. Population. Sport-recreational activities.

Introducción

La importancia de tener tiempo libre y ocuparlo en actividades que nos ayuden a formarnos como personas, tiene además un carácter preventivo de algunos de los males que aquejan a la sociedad: depresión, soledad, aislamiento, alcoholismo, drogadicción y enfermedades de cualquier tipo, etc. Esto hace que el tiempo libre hoy en día sea una actividad de como emplearlo en todas las clases sociales y de todos los grupos de edades. Estará presente cuando el ser humano disfruta de su acción porque hace justamente lo que le gusta y desea, ejerce su libertad en el tiempo, liberando su impulso lúdico y en consecuencia incluso hasta la obligación de trabajar siendo un propósito de desarrollo personal que él mismo se impone voluntariamente.

Actualmente se han diseñado y propuestos programas físico-recreativos o deportivo-recreativos para inducir a la población en el alto cuidado de la salud, promoviendo la participación de todos en las diferentes barriadas del país. Las actividades en el individuo se minimizan con la edad y constituye un factor de salud, la reducción del movimiento, junto con la reacción lenta de los reflejos y

descenso del tono muscular en reposo, entre otros factores van provocando en determinadas personas poca coordinación de tal forma que, lo que deja de ejecutarse, es fruto del sedentarismo y pronto será imposible de efectuar, si no se actúa en la realización de actividades deportiva-recreativas

Trillla en (1999), señala que: para poder definir una actividad como recreativa debe cumplir al menos tres requisitos; liberta en la elección y realización, motivación personal para su desarrollo y ejecución placentera para la persona que la realiza.

La recreación como actividad organizada puede desarrollarse tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados. Ejemplos claros serían todo tipo de actividades a realizar en parques, plazas o en la naturaleza y en otro de los caso, pueden ser perfectas opciones aquellas actividades recreativas relacionadas con el arte, la música, la comunicación, el teatro, el cine y el uso de tecnologías de última generación que aún es este último una actividad palcentera.

Para Jhon H. Finley “la recreación consiste en la actitud que caracteriza la participación en variadas actividades y que resulta de la satisfacción que estas brindan al individuo, en ellas haya expresión, el espíritu y a través de ella se contribuye a una vida plena, alegre y satisfactoria.”

La actividad recreativa debe ser un juego en el que también se cree un marco de fantasía, sin embargo es evidente que en muchas ocasiones no lo es, faltando ese elemento lúdico, que por el propio afán de ser competitivo se antepone al deseo de victoria y no de la propia recreación.

Las limitaciones analizadas así como la que se le atribuye a la recreación comunitaria en la sociedad, en función de lograr un uso racional del tiempo libre que contribuya a crear hábitos de conducta tales como la sociabilidad, la disciplina, el compañerismo, y el amor por la vida, constituyen algunos de los elementos fundamentales que permiten argumentar la necesidad de desarrollar dicha investigación proponiéndonos como problema ¿Cómo satisfacer las necesidades de la población en la localidad de Godines del municipio Candelaria provincia Artemisa?

Formulándonos como objetivo: Elaborar un proyecto deportivo-recreativo para satisfacer las necesidades de la población en la localidad de Godines del municipio

Candelaria provincia Artemisa.

Desarrollo de la investigación

En nuestro municipio al igual que el resto del país, en su lucha por defender la realización de actividades deportivo-recreativo y mantener los criterios de igualdad humana, ha enarbolado programas sociales y científicos en este sentido, así pueden demostrarse resultados de avance cualitativos y cuantitativos hacia la igualdad teniendo en cuenta el sexo, las razas, entre otras, las cuales son importantes requiriendo de actividades mejores que exhiba una real equiparación de oportunidades. A pesar del importante papel de las actitudes para lograr una integración social real de muchos pobladores, todavía este continúa siendo un campo de trabajo en el que se necesitan estudios acerca de este lado del fenómeno social de cómo entender y tratar a cada persona para su realización. Por lo antes planteado es que se aprecia la recreación como un valioso medio para el esparcimiento tan variada como variada pueden ser los intereses y preferencias individuales. La actividad recreativa como fenómeno social que abarca las actividades de contenido físico – deportivo – recreativo –turístico, a los cuales se dedica por espontánea voluntad en su tiempo libre, para el descanso, la diversión y el desarrollo individual.

Todas las formas de manifestaciones de la recreación, tanto las actividades lúdicas como las motrices al aire libre, brindan la posibilidad de emplear adecuadamente el tiempo libre de las personas.

En el proceso de la recreación es importante la participación de la población, pues para que la gestión se lleve a cabo y sea efectiva debe existir una estrecha relación con el que dirige y el que ejecuta, que el primero les proporcione una buena comunicación y orientación de las actividades recreativas, conlleva a una mejor toma de decisiones, donde la comunidad sea participe de lo que se quiere hacer en su tiempo libre, y en tal sentido se logren resultados más eficientes. También se sostiene que dirigida correctamente, la gestión contribuye al aprovechamiento de los recursos con que se cuenta y a la oportunidad de las acciones.

La actividad deportivo – recreativo es una estimulante que por medio del cual las personas se hacen hábitos ligero, rápido, fuerte y alcanzan todo ello alegremente,

aprende a crear lo que él quiere, lo que está en relación con sus gustos y deseos. La planificación de las actividades deportivo-recreativo no es una fórmula para sumar los intereses, gusto y preferencias de los distintos grupos de edades a un plan concebido en el municipio o comunidad, es además tener en cuenta las particularidades del entorno sus tradiciones, donde se van a desarrollar. Las actividades recreativas como fenómeno local difiere de una localidad a otra, de un municipio a otro, pues dependen de un grupo de factores que hacen diferenciar la estructura del tiempo libre, estas actividades recreativas poseen la facilidad que al ser practicadas, propician felicidad y en determinados momentos eliminan preocupaciones, en este caso hacen que algunos pobladores de la localidad de Godines puedan olvidarse de sus adicciones, mientras juegan, corren, se ríen, cooperando y alcanzando metas que dan origen a su desarrollo personal desde el punto de vista saludable.

Esta situación social unida a los nuevos hábitos, estilos de vida y oportunidades que se han generado, en nuestros días, han provocado la aparición de “colectivos emergentes”, cuyas necesidades reclaman una atención especial y diversificada, así como una correcta promoción y planificación para poder responder a sus necesidades (Ruipérez y Llorente, 1996).

Se ha podido constatar por estudios anteriores que las técnicas utilizadas para conocer los gustos y preferencias, no recogen suficientemente los resultados de los principales intereses recreativos de la población de esta localidad, utilizando una muestra poco significativa, lo que trae como consecuencia que las actividades planificadas para tal fin, no satisfagan las necesidades recreativas de esta localidad, prevaleciendo en determinados momentos un insuficiente aprovechamiento de los medios de enseñanza para la planificación y ejecución práctica de las actividades, incidiendo en la calidad, variedad de las mismas, promoviendo la falta de motivación y poca participación de los habitantes por las actividades que se ofertan.

La realización de actividades resulta de gran provecho no sólo con vistas al fortalecimiento de la salud de las personas, sino también como un medio de prevención contra el organismo.

Como dijera el compañero Fidel Castro Ruz:

“Cuando cada muchacho encuentre en la ciudad, en el pueblo, en el barrio un lugar apropiado para desarrollar sus condiciones físicas y dedicarse por entero a la práctica del deporte de su preferencia, habremos visto satisfecho el deseo de todos los que hemos hecho esta Revolución”.

La elaboración de este proyecto posibilita el desarrollo y logro de un hombre capaz de actuar en un mundo en constante transformación, mirar a los niños, jóvenes, adultos, adolescentes en fin a todos en su integridad, interacción social, autonomía, se preocupa por las actitudes y capacidades antes que por otras actividades no formadoras de valores acordes con los principios de nuestra sociedad. El desarrollo de este proyecto de la experiencia vivida por niños, adultos, jóvenes y adolescentes como formas más concretas recurre al trabajo colectivo donde las relaciones de personalidad sea la característica notoria, lo cual nos conlleva estimular la espontaneidad, participación y la creatividad en las distintas actividades ofertadas.

La actividad recreativa es una necesidad corporal básica. El cuerpo humano está hecho para ser usado de lo contrario se deteriora; si se renuncia al ejercicio el organismo funciona por debajo de sus posibilidades físicas, por tanto, se abandona la vida. Un cuerpo que no se ejercita utiliza, sólo dispone de un bajo nivel de rendimiento y puede incrementarse con la práctica regular de ejercicio, este aumento de crecimiento orgánico podrá ser apreciado en todos los ámbitos de la vida. El trabajo y el tiempo libre se volverán menos agotadores y se disfrutará más las actividades a medida que la capacidad de desempeño aumente.

Lo recreativo de una actividad no está en la actividad misma sino en la actitud con la que enfrenta el individuo. Con esto abordamos que el tipo de actividad, su oportunidad y duración lo define el individuo, según sus intereses, habilidades, capacidades, experiencia y nivel de información, ya que la opcionalidad es una característica propia de la actividad recreativa, aunque esta elección se realiza sobre la base de intereses individuales, es condicionada socialmente, por lo que una misma actividad puede constituir una actividad recreativa o laboral a razón de cómo se enfrente.

Algunas de las actividades que se proponen en el proyecto

"Una vida saludable en la localidad de Godines"

Objetivo general: Contribuir al mejoramiento de los estilos de vida aprovechando la influencia de las actividades deportivo recreativo de la localidad.

Aspectos a tener presente en el desarrollo de las actividades:

• Disposición de participar en cada actividad.

• Apoyo de la comunidad en general y de otros factores.

• Flexibilidad en el desarrollo de las actividades

• Equilibrio en la organización y desarrollo de las mismas según las edades.

Algunas actividades propuestas

Deportes populares (Voleibol, béisbol, mini fútbol)

Deporte canino

Cometas y objetos volantes.

Bailables

Juegos de mesa, entre otros

Indicaciones Metodológicas de las actividades a desarrollar.

Estas se deben planificar atendiendo a:

- Cantidad de actividades
- Medios materiales
- Áreas disponibles
- Cantidad de participantes
- Actividades a realizar

Conclusiones

1. Los fundamentos teóricos y metodológicos acerca de la investigación permitieron las bases para elaborar el proyecto deportivo-recreativo en busca de un mejor bienestar, relaciones sociales de amistad y compañerismo, calidad de vida y la motivación de la población por las actividades.
2. El fútbol, béisbol, el baile y el dominó fueron las opciones recreativas más preferidas, según las encuesta, siendo este último de un nivel de preferencia

significativo, así como con mucha prioridad en el periodo vacacional y fines de semana.

3. La valoración de los técnicos según el Proyecto de actividades deportivo - recreativos demuestra la factibilidad de la población encuestada contribuyendo a su desarrollo en la contribución de una mejor calidad de vida.

Bibliografía

- Bencomo Pérez, L. (2006). *Ejercicio físico y salud.* Disponible en CD Maestría Actividad Física Comunitaria.
- Cabrera B. (1983). *Algunas consideraciones sobre la práctica de las actividades físicas y la preferencia de la población cubana*. Trabajo de Diploma por el Título de Licenciado en Cultura Física. Ciudad de la Habana.
- Fullera Bandera, P. y col. (2003). *Recreación Comunitaria*. La Habana, INDER.
- Gómez Vela, María y Sabech, E. (2005). *Calidad de vida. Evolución del Concepto y su influencia en la investigación y la práctica.* Universidad de Salamanca. Disponible en CD Maestría de la Actividad Física Comunitaria.
- INDER. (2000) *XII Seminario Nacional a Directores Provinciales y Municipales de Deportes.* Ciudad de la Habana. Editorial Deportes, 128 p.
- Juanes Giraud Blas Yoel. (2008). *Proyecto de Actividades Físico – Deportivas en la Comunidad penal de la Prisión Provincial de Ariza.* Cienfuegos.
- Moreira, R. (1977). *La Recreación un fenómeno socio-cultural.* Impresora José Huelga. La Habana, Cuba.
- Martínez Gámez, M. (1995) *Educación del ocio y el tiempo libre con actividades física alternativas.* Madrid, Librerías deportivas Esteban Sanz.
- Mazorra, R. (1988) *Para tu salud corre o camina*. La Habana, Instituto de Medicina del Deporte.
- Munné, F. (1980) *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico*. Trillas, México.López Andrada, B. (1982) *Tiempo libre y Educación*. Madrid, Escuela Española.

- Pérez Sánchez, A. (1997) *Recreación Fundamentos teóricos Metodológicos.*

ANEXO

Compañeros el objetivo de este documento es que nos aborden criterios verídicos a cerca de los **gustos y preferencias** para así poder planificar las actividades recreativas.

Objetivo: Valorar los gustos y preferencias de la población, con la intención de conocer cuáles son las principales actividades en la ocupación del tiempo libre.

Encuesta a grupos heterogéneos.

1 Total de entrevistados:___

Niñas _____

Niños _____

Adolescentes_____

Adultos_____

2- De 8 a 14 años:____

Hembras _____

Varones _____

3- De 14 a 18 años:___

Hembras _____

Varones _____

4- De 18 a 25

5- Indicar con una cruz cada opinión preferente a favor de:

__ Video juegos __ Bailoterapia __ Fisiculturismo__.

__ TV; Video doméstico __ Campismo __.

__ Cine __ Cría de animales

__ Teatro __ Deportes populares

__ Bailables __ Juegos de mesa

__ Música __ Otras opciones

__ Playas, ríos, piscinas

5- Satisfacción con la oferta recreativa que recibe actualmente, según sus gustos y necesidades.

___ Suficiente ____ Insuficiente ____ Indefinido

Título: Proyecto Extensionista "De Barrio en Barrio" una alternativa para el desarrollo social en comunidades vulnerables de la provincia Granma.

Autor: M.Sc. Alain Ernesto González Paneque, agonzalezp@udg.co.cu

Coautores: M.Sc. Yaima Castillo Pumarol , ycastillop@udg.co.cu

M.Sc. Osvanys Pantoja Ojea, opantojao@udg.co.cu

Institución: Universidad de Granma. Facultad de Cultura Física

País: Cuba

RESUMEN

Este proyecto surge en el año 2006 por iniciativa de profesores noveles y estudiantes vanguardias de la Facultad de Cultura Física, grupo de avanzada que se propuso convertirse en embajadores de la actividad física, el deporte, la recreación, la cultura y el desarrollo humano en comunidades vulnerables de la provincia Granma, sobre todo, y como encargo social fundamental, las localizadas en zonas de difícil acceso y las identificadas en el mapa sociopolítico del gobierno provincial.

Tiene como objetivos principales ofertar satisfacción, promover el esparcimiento sano y dar respuesta a las principales necesidades físicas, deportivas, recreativas y culturales de las poblacionales intervenidas, contribuyendo al bienestar, disfrute y sano aprovechamiento del tiempo libre, para de esta manera equilibrar el estado físico y psicológico de los beneficiarios de modo que se incremente su desarrollo social y humano, y su calidad de vida.

Para su implementación se utilizan los métodos análisis - síntesis, inductivo-deductivo, sistémico-estructural-funcional, revisión documental, encuestas, entrevistas y la observación estructurada; que permiten diagnosticar en estas comunidades la situación actual en cuanto al proceso recreativo, de modo que se obtengan las herramientas necesarias para luego implementar un cronograma de actividades pertinente.

Como principales resultados obtenidos se logra incrementar la diversidad de ofertas, diversidad que ha motivado a la participación por sus características novedosas y atractivas, se ha alcanzado la integración social de los factores

comunitarios, se ha mantenido una actuación social adecuada, se ha percibido una disminución notable de hábitos tóxicos y actitudes negativas en las comunidades intervenidas a partir del aprovechamiento adecuado del tiempo libre, y se ha logrado desarrollar en los miembros del grupo gestor habilidades profesionales e investigativas en este perfil laboral.
Palabras clave: Desarrollo social, Comunidades vulnerables, recreación comunitaria.

SUMMARY

This project emerged in 2006 on the initiative of novice teachers and avant-garde students of the Faculty of Physical Culture, an advanced group that set out to become ambassadors for physical activity, sport, recreation, culture and human development in communities Vulnerable areas of the Granma province, above all, and as a fundamental social responsibility, those located in areas difficult to access and those identified in the socio-political map of the provincial government.

Its main objectives are to offer satisfaction, promote healthy recreation and respond to the main physical, sports, recreational and cultural needs of the population affected, contributing to the well-being, enjoyment and healthy use of free time, in order to balance the physical state And psychological benefits of the beneficiaries so as to increase their social and human development, and their quality of life.

For its implementation the methods are used: analysis - synthesis, inductive-deductive, systemic-structural-functional, documentary revision, surveys, interviews and structured observation; that allow diagnosing in these communities the current situation regarding the recreational process, so that the necessary tools are obtained to later implement a relevant schedule of activities.

The main results obtained increase the diversity of offers, diversity that has motivated participation because of its novel and attractive characteristics, social integration of community factors has been achieved, adequate social performance has been maintained, a decrease has been perceived Notable of toxic habits and negative attitudes in the communities intervened from the adequate use of the free

time, and has been able to develop in the members of the manager group professional and investigative skills in this work profile.
Key words: Social development, vulnerable communities, community recreation.

INTRODUCCIÓN

Este proyecto se gesta a partir de la problemática de reconocer el trabajo en la esfera de la recreación donde no nos podemos conformar y mucho menos a sabiendas de que aún existen insuficiencias, por ejemplo no se tienen en cuenta las particularidades generales y específicas en cada comunidad en la que se interviene sobre todo en aquellas de difícil acceso, por lo que no se logra un incremento en la diversidad de ofertas a la hora de aplicar un programa o proyecto recreativo, convirtiéndose en la mayoría de los casos en una rutina que no satisface las necesidades no solo físicas, deportivas y recreativas, sino también de esparcimiento, reeducativas y de integración social, lo que permite divisarla poca influencia del proceso de recreación comunitaria en el progreso social de estas comunidades.

Por lo que se plantea el **problema científico:** ¿Cómo potenciar el desarrollo social y humano a través de la recreación comunitaria en zonas vulnerables e intrincadas de la provincia Granma?

El presente trabajo tiene como **objetivo general** Elaborar un proyecto recreativo de intervención comunitaria que permita el desarrollo social mediante el incremento de la diversidad de ofertas físicas, recreativas, deportivas y culturales en comunidades vulnerables e intrincadas de la provincia Granma.

El **objeto de investigación:** El proceso recreativo comunitario.

El **campo de acción**: está dado en la proyección del proceso recreativo comunitario en el desarrollo social y humano de zonas vulnerables e intrincadas de la provincia Granma.

Para dar solución al problema científico se plantearon las siguientes **preguntas científicas:**

1. ¿Cuáles son los antecedentes y tendencias que existen sobre el desarrollo social y humano a través de la recreación comunitaria en zonas poblacionales vulnerables y de difícil acceso de la provincia Granma?
2. ¿Cuáles serían los principales fundamentos teóricos que actualmente existen sobre el desarrollo social y humano a través de la recreación comunitaria en la población rural?
3. ¿Cuál es el estado actual del proceso de recreación comunitaria en zonas vulnerables y de difícil acceso de la provincia Granma?
4. ¿Cómo elaborar un proyecto extensionista de intervención comunitaria que desde la Universidad promueva el desarrollo humano y social a través de la recreación?
5. ¿El proyecto recreativo implementado para contribuir al desarrollo humano y social en comunidades vulnerables y de difícil acceso de la provincia Granma es pertinente?

Para dar respuesta la las **preguntas científicas** consideradas anteriormente se plantearon las siguientes tareas científicas:

1. Análisis y síntesis de los antecedentes y tendencias que existen sobre el desarrollo social y humano a través de la recreación comunitaria en zonas poblacionales vulnerables y de difícil acceso de la provincia Granma.
2. Argumentación de los fundamentos teóricos que actualmente existen sobre el desarrollo social y humano a través de la recreación comunitaria en la población rural.
3. Determinación del estado actual del proceso de recreación comunitaria en zonas vulnerables y de difícil acceso de la provincia Granma.
4. Elaboración de un proyecto extensionista de intervención comunitaria que desde la Universidad promueva el desarrollo humano y social a través de la recreación.
5. Validación del proyecto recreativo implementado.

Se utilizaron los siguientes **métodos teóricos**:

Análisis-síntesis: utilizado en la totalidad de la investigación, fundamentalmente en la precisión de los presupuestos teóricos relacionados con el objeto de

investigación, el campo de acción y la estrategia diseñada, así como en la valoración y la interpretación de los instrumentos empíricos utilizados.

Inducción-deducción: empleado en el establecimiento y justificación de los razonamientos generales y particulares del objeto de investigación y el campo de acción, así como en la concreción y elaboración de los fundamentos teóricos que sustentan el desarrollo social y humano a través de la recreación comunitaria.

Histórico-lógico: empleado en la caracterización de los antecedentes y tendencias del proceso de formación doctoral.

Sistémico – estructural – funcional: utilizado en la configuración del sistema de procedimiento metodológico por etapas, empleado en la elaboración del proyecto recreativo.

Métodos empíricos

Observación estructurada: en la confirmación del problema científico planteado y en la posterior visualización de la solución a dicho problema.

La **encuesta y la entrevista:** se aplicanen aras de revelar la existencia y solución del problema científico.

La población y muestra esta dada en pequeños grupos de beneficiarios de diferentes etapas que son observados, encuestados y entrevistados antes y después de ejecutado el cronograma de actividades para determinar la características de la zona desde los puntos de vistas demográficos y de infraestructura, como se lleva a cabo el proceso de recreación comunitaria, situación medioambiental, formación general y desarrollo humano, características del contorno social y medir el nivel de satisfacción y participación en las intervenciones comunitarias realizadas. Dentro de estos pequeños grupos se encuentran los delegados de cada zona, trabajadores sociales, profesores de los combinados deportivos, líderes comunitarios, activistas, entre otros.

La **novedad científica y aporte teórico** de la presente investigación están dados en manifestar los fundamentos que ha permitido crear un procedimiento de trabajo sustentado en la implementación de un proyecto extensionista de intervención comunitaria a través de la recreación para el desarrollo social y humano en zonas vulnerables e intrincadas de la provincia Granma y constituye una guía para

enriquecer el conocimiento y trabajo de los profesionales de este perfil de la Cultura Física.

El **aporte práctico** está dado en la elaboración e implementación de un proyecto extensionista de intervención comunitaria a través de la recreación para el desarrollo social y humano en zonas vulnerables e intrincadas de la provincia Granma, que ha permitido durante su ejecución el perfeccionamiento y la praxis combinada de habilidades profesionales e investigativas de su grupo gestor enfatizando en el protagonismo estudiantil durante la aplicación del diagnóstico y posterior caracterización de las comunidades, la participación en la planificación, organización y dirección de las actividades, y en la evaluación de impactos; además del incremento de la diversidad de ofertas recreativas novedosas y atractivas que han potenciado las opciones de participación y la inclusión, y la creación de un área para la construcción de medios y espacios rústicos con material reciclado.

DESARROLLO

Proyecto extensionista de intervención comunitaria a través de la recreación "De Barrio en Barrio"

"De Barrio en Barrio" es un proyecto puramente extensionista, que cuenta con la integración de las cátedras honoríficas de medio ambiente, salud y sexualidad, el movimiento de artistas aficionados y el movimiento deportivo de la Facultad de Cultura física de Granma, articulación que potencia notablemente el incremento de la diversidad de ofertas físicas, deportivas, recreativas y culturales, que tendrán carácter formativo, reeducativo y preventivo; contribuyendo a la formación integral e integración social del beneficiario.

El proyecto se conceptualiza con la sistematización comprensiva de acciones de carácter físico, deportivo, recreativo y cultural tendentes a favorecer el desarrollo humano integral y la integración social de diferentes parcelas y grupos poblacionales, a partir del estudio de sus particularidades, necesidades, intereses y tradiciones, en el caso de beneficiarios que se encuentren en situación irregular tomarán una connotación particular susceptible de atender experiencias

recreativas de carácter terapéutico, compensatorio y/o preventivas, de tal forma que no ocurra ningún tipo de exclusión.

Representa además una guía que permite orientar acciones posibles de ser consideradas con dos direcciones; por una parte, pueden adaptarse a recursos humanos y materiales existentes y por otra parte a medidas necesarias para la reorientación de los recursos existentes de una verdadera contribución al desarrollo integral de las diferentes poblaciones.

El campo de actuación esta dado en comunidades seleccionadas con intencionalidad en el mapa socio político del gobierno, ubicadas sobre todo en lugares de difícil acceso.

Objetivo General: Ofertar satisfacción, promover el esparcimiento sano y dar respuesta a las principales necesidades físicas, deportivas, recreativas y culturales de las poblacionales intervenidas, contribuyendo al bienestar, disfrute y sano aprovechamiento del tiempo libre, para de esta manera equilibrar el estado físico y psicológico de los beneficiarios, de modo que se incremente su desarrollo social y humano, y su calidad de vida.

Objetivos Específicos:

1-Elaborar un diagnóstico para la caracterización puntual de las diferentes poblaciones a intervenir en cuanto a: desarrollo social, desarrollo de infraestructura, demografía, principales movimientos laborales y situación actual de las actividades físicas, deportivas, recreativas y culturales que se realizan.

2-Aplicar el diagnóstico.

3-Capacitar a estudiantes y profesores miembros del grupo gestor del proyecto.

4-Panificar acciones para contribuir a la adaptación social, re-educación y trabajo preventivo a través del deporte, la actividad física y la recreación, considerando las necesidades y posibilidades que presenta la realidad que rodea a la comunidad.

5-Elaborar un cronograma de actividades físicas, deportivas, recreativas y culturales pertinente que permita contribuir al desarrollo de experiencias tendentes a favorecer y compensar las necesidades propias de la población beneficiada.

6-Sistematizar esfuerzos en la incorporación de los diferentes sectores al desarrollo social y humano de las comunidades a través de la recreación.

7-Ejecutar el cronograma de actividades.

8-Promover el desarrollo equilibrado de la personalidad de manera armónica con las destrezas físicas y habilidades psíquicas e intelectuales, a través de actividades tendentes a educar para la buena utilización del tiempo libre.

9-Estimular el desarrollo de aptitudes y valores que incrementen la participación a favor del mejoramiento del ámbito familiar y comunitario.

10-Aprovechar del potencial característico de la población a favor del incremento de la diversidad de ofertas recreativas.

11-Valorar de la aplicación del cronograma de actividades.

Tiempo de duración del proyecto:

- Duración: Un curso escolar.
- Fecha de inicio: Septiembre
- Fecha de terminación: Junio
- Renovación: Inicio de cada curso escolar

Frecuencia de los encuentros en Bayamo: Mensual

Frecuencia de encuentros en los diferentes municipios: Mensual

Lugares donde se ejecuta: Comunidades seleccionadas, escuelas, centros laborales, penitenciarías, círculos infantiles, unidades militares, etc.……

Responsables: Estudiantes y profesores miembros del grupo gestor del proyecto.

Áreas de trabajo:

1- Socialización de experiencias hacia interiorización de las normas sociales.

Actividades: Dinámica de grupos, juegos didácticos, juegos de participación, festivales de artes plásticas, cine debates, talleres de promoción de salud y sexualidad con temas sobre violencia de genero, violencia contra la mujer y los niños, comunicación social, entre otros temas, exposición de mesas informativas con tabloides para leer y aprender acerca de diferentes enfermedades de transmisión sexual y los métodos de protección y prevención contra las ITS/VIH/SIDA. (Catedra honorífica de salud y sexualidad)

2- Practicamos diferentes juegos para disminuir las conductas inadecuadas.

Actividades: Planes de la calle, Festival de juegos tradicionales, Programas “A JUGAR”, Festival de juegos de participación, Festivales de juegos acuáticos, Festival de juegos de mesa.

3- Físico-deportiva-recreativa.

Actividades: Festivales recreativos variados, festivales de juegos pre deportivos, festivales de juegos de mesa, mini festivales de artistas aficionados, actividades bailables, actividad física con el adulto mayor y sana bandas, composiciones gimnasticas, bailo terapias y la sección "Minuto para Ganar" que desarrolla una gran variedad de juegos de participación que motivan mucho a los implicados, entre ellos podemos mencionar: el culipandea, la pelota alegre, pasta para dos, molino de viento, el franco tirador, Robín Hood, entre otros.

4- Demostrando nuestras potencialidades culturales.

Actividades: Mini festival de artistas aficionados y juegos de participación.

5- Creación de juegos, espacios y medios rústicos.

Actividades: Festival de juegos rústicos, exposición de juegos e instalaciones creadas con material reciclado.

Principales resultados alcanzados.

Impacto social:

Incremento de la diversidad de ofertas recreativas, que por sus características novedosas y atractivas motivan a la participación masiva de la población beneficiada, enriquecimiento del desarrollo humano e interiorización de las normas socialmente establecidas, se ha alcanzado la integración social de los factores comunitarios en la organización y desarrollo de las actividades, se ha mantenido una actuación social adecuada de los participantes y se ha percibido una disminución notable de hábitos tóxicos y actitudes negativas a partir del aprovechamiento óptimo y adecuado del tiempo libre.

Impacto económico:

Representa una guía que permite orientar acciones posibles de ser consideradas con dos direcciones; por una parte, pueden adaptarse a recursos humanos y materiales existentes y por otra parte a medidas necesarias para la reorientación de los recursos existentes.

Otros resultados alcanzados:

- Se elaboró además un diagnóstico que permite determinar de manera más profunda y exacta las particularidades que caracterizan a cada comunidad intervenida.
- La confección del Colectivo Científico estudiantil del proyecto con un total de 15 miembros, estudiantes de los años 2do, 3ro y 4to de la carrera Cultura Física, los cuales a través del mismo están recibiendo capacitación y preparación científico metodológica en temas relacionados a los perfiles de actuación que se ponen de manifiesto dentro de las áreas de impacto del proyecto. De ahí el incremento de la participación de los estudiantes en eventos científicos.
- La participación en eventos científicos provinciales y nacionales con resultados destacados y relevantes, ejemplo de ello: El Seminario Científico Metodológico 2016 (Facultad de Cultura Física de Granma), Fórum de Ciencia e Innovación Tecnológica a Nivel de Base 2016 y 2017 (Facultad de Cultura Física de Granma) con categoría relevante, Fórum de Ciencia e Innovación Tecnológica a Nivel de Base 2017 del Combinado Deportivo Siboney con categoría relevante , Jornada Científica Estudiantil 2017 (Facultad de Cultura Física de Granma) con categoría relevante, Taller Provincial de Impacto (Universidad de Granma 2017) con categoría relevante, Taller de Proyectos Extensionistas (Universidad de Granma 2016), Taller Nacional de Impacto 2017 en Ciego de Ávila, 3er Taller Científico Universitario “Gestión de Proyectos de Impacto Sociocultural en el Desarrollo Local” de la Universidad de Guantánamo 2016, Evento de Base Patriótico Militar de la Universidad de Granma 2016.
- La implementación mensual de un plan de capacitación para los estudiantes y profesores que intervienen en el proyecto en cuanto a la aplicación de técnicas y métodos investigativos así como la planificación, organización y dirección de actividades físicas, deportivas, recreativas, culturales y de dinamización.

- Caracterización de las poblaciones intervenidas de manera profunda y lo más exacta posible de tal forma que se reconozcan sus particularidades.
- La elaboración y aplicación programas recreativos que responden a las necesidades propias de cada sector poblacional de manera que se logra incrementar notablemente la diversidad de ofertas en cada una de las actividades.
- Incremento de la participación en las actividades lo que se corresponde con la satisfacción de las necesidades, gustos, preferencias y tradiciones de cada sector.
- Se ha garantizado la coordinación de los distintos factores comunitarios a la planificación y ejecución de actividades que faciliten la atención a la diversidad.
- Se ha mantenido una actuación social adecuada durante la realización de las actividades entre los diferentes grupos poblacionales gracias a las relaciones de colaboración desarrolladas en los diferentes contextos.
- Se ha logrado que los beneficiarios interioricen el concepto de sí mismo sobre la base de la participación activa y el intercambio de experiencias vivenciales positivas, así como el incremento del sentido de pertenencia.
- Se ha percibido una disminución de hábitos tóxicos y actitudes negativas durante las intervenciones realizadas, a partir del aprovechamiento óptimo y adecuado del tiempo libre.
- Se ha logrado lo que esperan los beneficiarios del proyecto:
  Variedad de actividades. Oportunidades de participación. Actividades de fácil y rápida ejecución. Que sea divertido y placentero. Resultados inmediatos. Que les permita figurar o destacarse a los beneficiarios. Que permita la integración del grupo laboral, familiar y de la comunidad.
- Con la caracterización puntual de las comunidades se han logrado detectar varias manifestaciones artísticas y culturales que nos han permitido incrementar la diversidad de ofertas.
- El desarrollo de la praxis combinada de habilidades profesionales e investigativas de los miembros del grupo gestor en los perfiles de actuación

del proyecto, promoviéndose fundamentalmente el protagonismo estudiantil en la planificación, organización y desarrollo de las actividades programadas.

- La socialización en las comunidades intervenidas de las experiencias adquiridas en los talleres de capacitación de salud y sexualidad, violencia de género y equidad social promovidos por la articulación del Proyecto De Barrio en Barrio con la Organización no Gubernamental Centro Oscar Adolfo Romero (OAR), la Red Nacional de Jóvenes y el Centro Promotor de Salud y Sexualidad en Granma.
- El proyecto en los términos de su aplicación en cada comunidad exige un aval de satisfacción por parte de sus directivos que hacen función de portavoces de los criterios de la población beneficiada en cuanto a la calidad de la ejecución de las actividades, donde siempre se ha constatado el beneplácito de los mismos, que se manifiesta además con la motivación hacia la participación masiva que han demostrado, siendo convocados además a volver a visitar estas comunidades lo que incrementa la demanda para el proyecto en la provincia.
- El accionar e impacto del proyecto durante el año 2016 influyó en gran medida a que su coordinador general obtuviera el premio de la Rectora de la Universidad de Granma como profesor más destacado en el área de Extensión Universitaria y el premio Alma Máter recibido de la FEU por su apoyo incondicional a la misma.

Conclusiones

- La realidad de la oferta de proyectos de organismos e instituciones existentes para atender las necesidades e intereses de la población, razón por la cual se hace necesaria la búsqueda de alternativas que a bajo costo y con un carácter integral atiendan la problemática de estas comunidades.
- A los beneficiarios les atraen más las actividades que encuentran novedosas, esto indica que la necesidad está determinada por las carencias de oportunidades que el medio le brinda.

- Un proyecto basado en intereses y necesidades no solo se fundamenta en los que la gente manifiesta que le gustaría, sino que el hecho de que no conoce o no le agrada algo, puede ser una manifestación de una carencia que también debe atender el proyecto, puesto que lo que se busca es justamente el desarrollo integral de las áreas afectivas-sociales, cognoscitivas y psicomotrices para el logro de la integración social.
- Los pobladores que participan desarrollan conocimientos sobre valores históricos, culturales, tradicionales, arquitectónicos de su comunidad; se desarrolló la autoestima y conductas acordes con los principios de nuestra sociedad.
- Se considera importante señalar la motivación hacia el proyecto, la satisfacción por los conocimientos adquiridos y una mejoría de la disciplina y las relaciones interpersonales.

Bibliografía

1. AISANUK, L. (2000). Gestión de tiempo libre. Barcelona: INDE Publicaciones.
2. ANDER-EGG, E. 1989). La animación y los animadores. Editorial Narcea, Madrid.
3. Aguilar P.: Drogadicción y Adolescencia. Editorial Carrera. Bogotá. 1989 – 420 p.
4. BOULLON, R. (1983). Las actividades turísticas y recreacionales. Editorial Trillas, México.
5. BRANCHER, H. (1977) Recreación. Rusell Sage Foundation.New York.
6. BUTLER, G. (1963). Principios y métodos de Recreación para la comunidad. Editorial Gráfica Omeba, Buenos Aires.
7. CAGIGAL, J. M. (1971). Ocio y deporte en nuestro tiempo. Citius, Altius, Fortius.-Tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
8. CAJIGAL, J. M. (1987). Cultura Física y Cultura Intelectual. Editorial Kapeluz. Buenos Aires.
9. Blanco, Antonio, Olga González, Mirta García, et al (2002). Proyecto. “Estrategias para el diagnóstico y atención de menores en situación de desventaja social de la enseñanza primaria”.

10. Baxter E.: La formación de valores. Una tarea pedagógica. Editorial Pueblo Educación 1999, 121. - p.
11. Castro, Pedro L. (2004). “El maestro y la familia del niño con dificultades”. ICCP.- - Colectivo de autores (2000). Sistematización de estudios precedentes sobre prevención comunitaria. Ciudad de la Habana.
12. Colectivo de autores (2003). La prevención comunitaria en Cuba: Realidades y desafíos. (Informe de investigación). La Habana.

Anexo Plan de acciones

No	TAREAS	FECHA	RESP.	IMPACTOS
1	Presentación del Proyecto	septiembre	J´ Proyecto	Aprobación del proyecto.
2	Reuniones de coordinación	Mensual	J´ Proyecto	Presentación del plan de actividades y de aseguramiento. Distribución de tareas y responsabilidades por área. Selección de propuesta de actividades y sector poblacional o comunidad donde se desarrollará.
3	Divulgación de las actividades.	Mensual	Comité de divulgación y promoción.	Promover y difundir el proyecto por medio de cartas de invitación, volantes, visitas a las instituciones, folletos, perifoneo, publicaciones en prensa o boletines. Además puede invitar a grupos culturales, artísticos o musicales para que sean parte del mismo.
3	Capacitación de estudiantes y profesores	Mensual	Especialistas de los diferentes perfiles de actuación	Adiestramiento de estudiantes y profesores participantes en las diferentes esferas de actuación así como en el desarrollo de habilidades profesionales e investigativas.

4	Diagnóstico de la comunidad	Mensual	Activistas Estudiantes Profesores	Caracterización del estado actual de la comunidad en cuanto a: deporte, recreación, cultura, infraestructura, desarrollo social, demografía, necesidades, gustos, preferencias y tradiciones.
5	Elaboración delos programas de actividades.	Mensual	J´ Proyecto	Planificación de cada actividad, con el día, hora y lugar en que se va ha realizar, aseguramiento material para su desarrollo y responsables.
6	Aplicación delos programas de actividades	Mensual	Contingentistas UJC FEU	Promoción de actividades físico-deportivas, recreativas y culturales de carácter preventivo reeducativo o compensatorio para todos los grupos poblacionales y desarrollo de habilidades profesionales en los estudiantes miembros del proyecto.
7	Valoración de los resultados.	Mensual	J´ Proyecto	Presentar informes tanto a superiores como a los participantes: Cuantitativos, cualitativos y de cumplimiento de funciones, logros alcanzados, impactos logrados y criterio de los beneficiarios de las actividades desarrolladas.

Título: Pal golfo donde un Barrio se Mueve.

Autores: Lic. Damaris Domínguez Oduardo

M.Sc. Jorge Luís Disotuar Abad

Institución Responsable de la Ejecución: Dirección Municipal de Deportes

Dirección: Maceo 128 Esquina Luz Caballero.

País: Cuba

Línea de acción del Proyecto: Apoyo a la cobertura, calidad y sostenibilidad de los servicios en el municipio Manzanillo.

Área Geográfica:

Consejos Populares

Municipio: Manzanillo

Provincia: Granma

Instituciones de Apoyo: Cultura, Gastronomía, Consejos Populares, Salud Pública, Educación (Escuelas de la demarcación donde se realice el proyecto).

Coordinador del Proyecto: José Luís Bosch Guillen.Subdirector de Cultura Física y Recreación. Teléfono: 57-7141

Equipo de Proyecto

- Juan Melchor Céspedes Sierra.
- Guillermo Marcelo López - Chávez la O
- Damaris Domínguez Oduardo
- Lianet Martínez García
- Ángel Cesar Melo Gutiérrez
- Yoel Alfredo Sánchez Fuoman
- Yusnael Angulo Santos
- Geronimo Blanco Rosales
- Ángel Estrada Ballester
- Esteban Castro Pacheco
- Armando Palacio Balba.
- Jesús Manuel Méndez Escalona

DESCRIPCION DEL CONTEXTO A NIVEL LOCAL

El trabajo conjunto del deporte, la cultura física y la recreación con otras instituciones del gobierno y del estado ha convertido a Cuba en uno de los países que más lucha por elevar la calidad de vida de sus ciudadanos en la búsqueda de la satisfacción material y espiritual de los mismos. Se combaten enfermedades, hábitos tóxicos, conductas inadecuadas, vicios dañinos que afectan la población desde diferentes arista; con este objetivo definido, la Revolución no ha escatimado recursos ni esfuerzos para propiciar el mayor bienestar posible, que se alcancen metas, que aporten elementos positivos a la sociedad, y un nivel de vida más alto a alcanzar por cada ciudadano, elevando así la calidad de vida de la población en general.

La Cultura Física tiene como finalidad contribuir a la formación de una Cultura General Integral y como parte de ella, garantizar una vida sana. La misma juega un papel fundamental porque mediante sus actividades se compensa la carga física, intelectual, actividades emotivas, alegres y espontáneas en las que los pobladores de las diferentes comunidades, consejos populares tienen un gran margen para la creación, improvisación, disfrute.

Desde el punto de vista social la actividad física presenta una serie de ventajas de especial importancia. Así y teniendo en cuenta valores puramente económicos, a la sociedad le interesa tener a la población lo más saludable posible y así disminuir los gastos sanitarios que esto representa, por tanto, el hecho de que practiquen actividades físicas y recreativas favorece la desviación de la atención por problemas de salud al tener otras actividades que hacer, en este caso deportivas, recreativas, culturales, etc. a las que se les da una especial prioridad por el impacto social de las mismas

Todas las formas de manifestaciones de la recreación, tanto las actividades pasivas como físicas, brindan la posibilidad de ocupar adecuadamente el tiempo libre y aumentar la capacidad para enfrentar las condiciones objetivas de la vida, pero sin lugar a dudas las que tienen un carácter físico presentan en grado superlativo mayor, caudal de posibilidades para la recreación sana y el

esparcimiento espontáneo, sin dejar de tener en cuenta el carácter individual de los gustos e intereses recreativos, donde cada uno elige la actividad a realizar por tanto la necesidad de las actividades recreativas es un hecho indiscutible en la actualidad, pues esta es de gran utilidad para mejorar la forma social de vida del hombre, es por ello que la recreación constituye un valioso medio para garantizar el esparcimiento del individuo y su contenido es tan variado, como variado pueden ser los intereses individuales de los que se entreguen a ellos para aprovechar todo su potencial. La búsqueda de alternativas en función de mejorar la calidad de vida y el sano esparcimiento de la población es una de las principales problemáticas que presenta el municipio Manzanillo en estos momentos, buscar soluciones que responda a los intereses de la población manzanillera es una de las cuestiones primordiales sobre las que se deben dirigir investigaciones y proyectos de intervención comunitaria de todas las instituciones y organismos que relacionan su quehacer con los entes comunitarios.

La realización de las actividades físicas resulta de gran provecho no sólo con vistas al fortalecimiento de la salud de las personas, sino también como un medio de prevención ante los vicios nocivos y a su vez el incremento del régimen motor y la capacidad de trabajo físico e intelectual de cualquier persona.

Municipio Manzanillo.

El municipio de Manzanillo esta, ubicado en la Región Sur Oriental de Cuba, con costas al Golfo del Guacanayabo se encuentra ubicado al Oeste de la Provincia Granma y limita al Norte con el Golfo de Guacanayabo, al Este con el Municipio de Yara, al Sur con el Municipio de Bartolomé Masó y al Oeste con el Municipio de Campechuela. Posee una extensión territorial de 497.01 Km2. Y una población de 130 945 mil habitantes, de estos, 26 448 son niños/as, adolescentes y jóvenes, estructurados en 5 asentamientos urbanos y 73 rurales de estos 35 mayores de 200 habitantes y 38 menores, y una población dispersa de 5 480 habitantes aproximadamente. El territorio está conformado en 160 circunscripciones distribuidas en 16 Consejos Populares.

La población en edad laboral es de 80 667 habitantes (59%), la económicamente activa es de 40 571. Están protegidos por asistencia social 954 ancianos,

vinculados 93% a entidades para mejorar su alimentación. Existen 1 242 discapacitados agrupados en sus organizaciones afines.

Existe un total de 110 familias con riesgos sociales y tendencia a la adicción de alcohol, falta de vínculo laboral, bajo nivel cultural y económico, lo que influye en el inadecuado funcionamiento familiar y desarrollo de niños/as, adolescentes y jóvenes.

En el municipio existen 19 sala de video, 29 parque infantil y 12 Combinado deportivo con áreas para la práctica deportiva con sustanciales limitaciones para su uso por la falta de implementos deportivos.

El entorno económico de Manzanillo no puede enajenarse del mar, por lo que cuenta con dos entidades pesqueras, además de procesar el camarón como rubro fundamental, también dedica espacios y recursos a la pesca de escama, mientras que un astillero construye los medios navales necesarios para la conquista marítima del Golfo del Guacanayabo y las aguas del Caribe, cuenta con fábricas de baterías de automóviles, tuberías de aluminio para el riego agrícola, medios de enseñanza y piezas de centrales, calzado, entre otros, resulta uno de los polos industriales de la provincia

JUSTIFICACIÓN

En el municipio Manzanillo se han logrado resultados relevantes en los diferentes eventos recreativos, los trabajos investigativos presentados han contribuido a la creación de medios novedosos para la recreación, además de propuestas de programas y actividades diversas, sin haber incursionado en la realización de un Proyecto Recreativo Integrador que eleve la participación de la población en las actividades que se realizan y que a su vez los atraiga para su vinculación posterior en las actividades físico deportivas que brinda el organismo en las diferentes comunidades. Por parte de los órganos superiores que controlan la actividad de recreación, sus opiniones han sido satisfactorias.

Lo antes expuesto demuestra la necesidad de confeccionar y luego generalizar este proyecto integrador, teniendo en cuenta la poca motivación por parte de los

pobladores de las comunidad en las actividades recreativas que se realizan en los Consejo Populares, que renové constantemente las opciones participativas y motive a la población con el propósito de ocupar eficientemente el tiempo libre de los mismos. Elevando la motivación y por ende la participación de la población en las actividades recreativas que se ofrecen, así como la calidad de vida de los mismos, creando un espacio para la utilización como guía los talentos de las propias comunidades, sirviendo para la concreción de diferentes proyectos comunitarios en los diferentes combinados deportivos.

El proyecto que se propone esta dado en la importancia que reviste la necesidad de realizar actividades físicas que nos ayuden al mejor desenvolvimiento de nuestra vida diaria. El envejecimiento del organismo humano además de constituir una etapa normal e irreversible de la vida, es una forma especial del movimiento de la materia. Es un complejo y variado proceso que depende no solamente de causas biológicas, sino también de condiciones socioeconómicas en las cuales se desarrolla el individuo como ser social. Es por eso que junto a la correcta relación de trabajo- descanso, los hábitos de alimentación, régimen de vida y la eliminación de todo tipo de exceso y costumbres en el consumo de tabaco, alcohol y otros, desempeñan una importante función la realización de actividades físicas y recreativas en la lucha por ocupar el tiempo libre en actividades sanas que contribuyan al mantenimiento y mejora de la salud.

Medios necesarios. (Ver ficha técnica)

- Equipos de Audio (1)
- Memoria Flash Drive 16 g.b (1)
- Cronómetro (3)
- Ropa Deportiva para profesores (13 juegos)
- Equipos Informáticos(computadora)

OBJETIVO GENERAL

Ocupar el tiempo libre de la población en actividades sanas a través de juegos de participación novedosos.

BENEFICIARIOS

Los beneficiarios del proyecto serán todas las personas del municipio de Manzanillo que residen en los diferentes Consejos Populares.

TRANSVERSALIZACIÓN Y FORTALECIMIENTO DEL ENFOQUE DE GÉNERO

Con este Proyecto lograremos restablecer y fortalecer diferentes actividades diseñadas en el trabajo del INDER, encaminadas a lograr mayor participación de la población en las actividades físicas y recreativas, así como mejorar la participación de los mismos en la vida social, logrando así un mejoramiento de la salud de los mismos

En el mismo se dará respuesta a través de los propios trabajadores que atienden y traban en la dirección de deportes del municipio manzanillo y que se reforzara mediante el accionar conjunto de todos los factores comunitarios, ampliando su contenido de trabajo lo cual ayudará a nuestra entidad a minimizar la cantidad de trabajadores que puedan ser sometidos al proceso de disponibilidad.

METAS DEL MILENIO Y DERECHOS DE LAS NIÑAS Y NIÑOS

Este proyecto se enmarca dentro de los Objetivos de Desarrollo del Milenio, promoviendo acciones para garantizar que los niños/niñas, ancianos y población en general tengan las mismas posibilidades de disfrutar la seguridad, buena salud, protección y autonomía, reconociendo el derecho al esparcimiento, al juego, a las actividades recreativas y a participar libremente en la vida cultural del territorio.

IMPACTO AMBIENTAL DEL PROYECTO.

La política ambiental concibe la acción planificada, organizada y consciente del hombre hacia el medio ambiente en el contexto de la actividad que desarrolle; sin embargo a pesar de todo lo realizado, aún se deben seguir realizando esfuerzos en este sentido, el Proyecto "**Pal golfo donde un Barrio se Mueve**." pretende el desarrollo armónico de los pobladores de los diferentes consejos populares y comunidades, a demás de garantizarles estilos de vida sanos, por ello es preciso dar tratamiento a los problemas que se presentan en el ámbito de la dimensión ambiental, todo lo que se haga desde esta dimensión permite garantizar bienestar, placer, salud, sentido de la vida, que redundará positivamente en el aprovechamiento del tiempo libre, por lo que lograr cambios de actitudes, constituye una necesidad dirigir acciones de educación ambiental con los pobladores, así como garantizar de conductas responsables en el presente y futuro, teniendo en cuenta el disfrute del medio natural, donde desarrollan sus actividades recreativas, por tanto pueden incidir más en desarrollar una conciencia diferente con respecto al medio. Por consiguiente, la política ambiental en que se basará el Proyecto alcanza la comunidad en todas sus dimensiones, desde el espacio más abarcador hasta el barrio o la cuadra, el mismo propone un aporte particularizado las encaminadas al cuidado, saneamiento y protección del medio ambiente

En relación con el vínculo del hombre y el medio ambiente, el Proyecto Recreativo destaca como un medio para propiciar que el cambio educativo implique comprender nuestras actuaciones, conocer su origen y sus consecuencias. Ello supone la explicación del sustrato ético que orienta el accionar humano.

En este sentido el Gobierno del Consejo Popular y los representantes de la comunidad tienen caracterizados los problemas ambientales y se realicen acciones para minimizarlos, dentro de la caracterización de estos problemas en los cuales se centran las principales acciones a realizar están lo relacionado con la contaminación, por residuales domésticos, industriales y de desechos sólidos por la existencia de microvertederos en áreas aledañas, para dar solución a esta problemática se proponen trabajos voluntarios, montaje de obras culturales donde

se lleve un mensaje del cuidado del medio ambiente, y la reforestación, charlas educativas, se hará énfasis en la educación medioambiental.

PRINCIPALES ACTIVIDADES

Actividad	**Fecha de inicio**	**Fecha de finalización**	**Responsable**
Caracterizar el estado actual del objeto de investigación a partir de un proceso de diagnostico que permitirá seleccionar las vías para implementar el plan de actividades.	6/10	7/10	Responsable del proyecto
Determinación de los representantes por cada organismo que tendrá acciones en el proyecto.	6/10	6/10	Responsable del proyecto
Elaboración de las actividades y materiales de apoyo a la misma	7/10	7/10	Investigadores miembros del proyecto
Confección del plan sobre las actividades a desarrollar en el contexto de la comunidad por cada organismo.	7/10	7/10	Investigadores miembros del proyecto
Elaboración del Plan general	8/10	8/10	Investigadores miembros del proyecto
Aplicación de las acciones del proyecto	8/10	8/10	Investigadores miembros del proyecto

Evaluación del impacto parcial esperado	8/11	8/11	Jefe de Proyecto y Jefes de tareas
Elaboración del informe parcial.	9/11	9/11	Jefe de Proyecto y Jefes de tareas
Rediseño de las actividades con problemas o no cumplidas	9/11	9/11	Jefe de Proyecto y Jefes de tareas
Aplicación de las acciones del proyecto	7/12	8/12	Investigadores miembros del proyecto
Evaluación del impacto final esperado	8/13	8/13	Jefe de Proyecto y Jefes de tareas
Elaboración del informe final	8/14	8/14	Jefe de Proyecto y Jefes de tareas
Aplicación de las acciones del proyecto	9/14	2/16	Investigadores miembros del proyecto

RESULTADOS ESPERADOS

Contribuir al mejoramiento, sostenibilidad y aumento de la calidad de vida, conocimiento de las acciones medio ambientales para la preservación del mismo mediante la aplicación del Proyecto Recreativo Integrador **Pal golfo donde un Barrio se Mueve**, esperamos fortalecer los vínculos con las comunidades, nos proponemos como metas además potenciar el desarrollo de un movimiento deportivo y cultural en la comunidad, que permitirá el logró de un comportamiento social activo, consiente y positivo en los pobladores que residen en las comunidades, contribuir al mejoramiento de las relaciones interpersonales entre los comunitarios de los diferentes grupos etáreos.

El proyecto se presentó por primera vez en el año 2010 en la calle Luz Caballero, es un proyecto que desde sus inicios se presentaba en tiempo de verano,

principalmente como una antesala al carnaval manzanillero, por su aceptación se ha presentado en varias etapas del año en el transcurso de este en los diferentes consejos populares , universidades y comunidades fuera del municipio, teniendo en cuenta estas etapas ha existido variabilidad en su nombre como: **Calentando el Carnaval, PALGOLFO donde un Barrio se mueve, Veraneando con mi gente, Acompáñame en saludo al X Congreso UJC, pero el objetivo sigue siendo el mismo hasta la actualidad.**

EVALUACION Y MONITOREO.

Se realizará a través de los informes que efectuara las comisiones encargadas de cada una de las tareas, en cortes parciales (mensuales y trimestrales), para analizar el cumplimiento de los objetivos y las entregas de los materiales y si hubiese algún cambio en el cronograma de realización.

SOSTENIBILIDAD Y APORTES LOCALES

El proyecto recreativo es mucho más que un plan de acción, es el documento metodológico que rige la realización a corto, mediano y largo plazo, del conjunto de acciones para el logro de los resultados y metas a alcanzar en el entorno social concreto, con eficiencia y eficacia y en correspondencia con los objetivos estratégicos del proyecto. En tanto la recreación y el deporte, como toda actividad humana interactúan con el entorno y produce impactos ambientales que aumentan considerablemente en la actualidad, por convertirse estas en unas actividades de masas; que si no están bien planificadas y estructuradas, pueden implicar consecuencias negativas para la sociedad.

Con respecto al beneficio que aportan las actividades deportivo-recreativas para la salud humana, son muchos los investigadores que coinciden en afirmar que estas se consideran un instrumento eficaz, para elevar la calidad de vida de las personas que realizan actividades deportivo-recreativas, siendo un elemento importante del medio ambiente. Además, los resultados prácticos evidencian que

en la medida que las personas conocen profundamente estos beneficios, son más capaces y respetuosos con el medio y más responsables de la ocupación de su tiempo libre; por tanto conocen, aman y actúan más a favor del medio y de ellos mismos como parte de éste. Esta premisa ha sido tenida en cuenta en la esfera de la Cultura Física Comunitaria partiendo de la estrecha relación existente entre esta forma de actividad humana y el medio ambiente.

Por último es válido destacar que el proyecto está directamente relacionado con los programas que ejecuta el INDER en función de la atención a la población en materia de actividad física y opciones recreativas sanas. El sistema de trabajo estructurado en el proyecto permite el mantenimiento y reparación de los equipos instalados, por lo que aseguramos la sostenibilidad técnica del proyecto.

DURACIÓN

El proyecto tendrá una duración de 2 años, lo cual comenzará partir de esta fecha: Julio del 2014 generalizándose luego a todos los combinados deportivos del municipio hasta la actualidad.

Aunque cuando comenzó en el 2010, como anteproyecto para evaluar el nivel de aceptación del mismo, sufrió varios cambios de nombres, los que se adaptaban a la facha persiguiéndose el mismo objetivo.

MISI0NES E INTERCAMBIOS TÉCNICOS

Se hará en los informes que se presentará en los cortes mensuales y trimestrales, así como en los intercambios y reuniones del colectivo de investigadores con otros organismos que intervienen en el proyecto.

CAPACITACIÓN

Se realizo al inicio del proyecto un seminario, finalizando en un post grado que aumento el nivel de conocimiento de todos los posibles miembros, junto a los

informes parciales, se expondrá alguna forma de capacitación (taller, seminario u otra) que se requiera para que se generalizara a nivel de los combinados deportivos.

DOCUMENTACIÓN

En todo el transcurso del proyecto se realizo un expediente del mismo, donde se tomarán evidencias de las actividades que se realizan, se avalo por las diferente autoridades del municipio como son PCC, Gobierno Municipal, Diputado a la Asamblea Nac., presidentes de Consejos Populares, Delegados de las diferentes circunscripciones, organizaciones políticas y de masas como los CDR, FMC, COMBATIENTES, CTC, UJC estos resultados han sido divulgados por la radio, televisión, por los medios de propaganda de la entidad, se tiene vivencias fotográfica y digitales de las actividades realizadas en el proyecto, se cuenta con informes del seguimiento trimestral, parcial y final, así como una relatoría de la participación en eventos para socializar este proyecto.

VISIBILIDAD

El mismo constituyo r el inicio de una serie de proyectos que ayudaron a transformar el municipio y otros municipios de la provincia con la ayuda de otras instituciones, lo cual tendrán como objetivo esencial la búsqueda de opciones para el disfrute y calidad de vida de la población manzanillera, permitirá elevar el nivel de satisfacción de la población conformando espacios fijos y habituales que brinden opciones recreativas con pleno nivel de acceso a ellas, y que los pobladores los tengan como alternativas en la utilización del tiempo libre de forma sana, se observará un cambio en la imagen de la comunidad y su entorno, y las acciones realizadas permitieron ser replicadas en diferentes zona del territorio granmense.

PRESUPUESTO

Cód.		Cantidad	**Costos**	**Aportes**	**TOTA**

	Descripción		Unitario	Local $MN	PDHL U$D	Comité U$D	L U$D
0001	**Personal**						
	Director del proyecto	1	710,00				
	Especialista	5	4000				
	Técnicos	7	4725				
Subtotal 9435			13				
0002	**Asistencia Técnica**						
2.1	**Capacitación**		100,00	100,00			
2,2	Transportación		2.100,00	2.100,00			
2,3	Alimentación		500,00	500,00			
2.4	Materiales e Insumos		1000.00	1000.00			
2.5	Otros		300.00	300.00			
Subtotal			4000.00	4000.00			
Parcial							
0005	**Materiales y Equipos**						
	Material deportivo						
	Balones	45					
	Pelota de Béisbol	10					
	Suizas	4					

	Pelotas de trapo	20					
Subtotal							
TOTAL			**13435**	**4000**			

1. FICHA TECNICA: COSTOS Y COMPUTOS POR RUBRO

Código	Rubro	Descripción	Cantidad (UM)	Costo Unitario U$D	Costo Unitario $MN	Costo	Costo Total U$D
001	Equipos y Herramientas	Equipo de Audio de 5 KW con micrófono incluido y equipo de Música (Móvil)	1	875,00	2500,00	3375	875,00
		Base de Micrófono con boom AMP	2	25,61	18,23	43.84	51.22
		Cable de Micrófono Quilk Lok	2	1,00	0,98	2.98	2.00
Subtotal				901	2519.21	3421.82	928.22
002	Materiales Gastables	Pulóver	13	5,85	1,7	7.55	76.05
	Vestuario Deportivo	Pantalón Deportivo	13	8,4	2,5	10.09	109.2
		Tenis deportivo	13	12	3,6	15.6	156
Subtotal				26.25	7.8	33.24	341.25

003	Equipos Computación	Pcp c2d2.2, ddr3x3 1terabay,	1	197,35	555,92	561,4792	197,35
		impresora epson lx-300 plus ii	1	74,64	210,25	212,3525	74,64
		monitor 21 pulg samsung lcd panoramico negro 923nw	1	74,99	211,25	213,3625	74,99
		notebook toshiba a300-05u/3gb/250gb/15.4"/dvdrw	1	313,86	884,1	892,941	313,86
		cámara digital olympus fe26blk	1	45,44	128	129,28	45,44
		teclado hanel ps/2	1	2,77	7,8	7,878	2,77
		bateria ups yuasa 12v 7ah	1	3,82	10,75	10,8575	3,82
		adaptador de espiga redonda a plana	1	0,06	0,18	0,1818	0,06
		bocinas usb tong fang (m1250)	1	2,15	6,07	6,1307	2,15
		Data Show	1	284,00	800,00	1084	284,00
		Modem	1	10,65	30,00	40.65	10,65
		Memoria Flash Drive 16 g.b)	2	3,44	9,68	12,12	6,88

Subtotal							
004							
005							
Total							

ANEXOS

1.- Actividades realizadas a través del proyecto.

Cuélala si puedes

1. Pelotas de trapo o de béisbol
2. Aro de gimnasia
3. Madera con soga
4. Silbato

Chupa Chupa

Pomos

Almohadones

Refresco

Hecha sin botarla

Pomos plásticos

Vasos

Borrachito

Pelota

Tiza o cinta para marcar

Bate

Boxeo a ciega

Guantes de boxeo

Pelotas

Cinta para vendar los ojos

Silla

Silbato

El forsudo

El baile del hulaula

Silbato

Hulaula

Lanzamiento del huevo

Huevos

Tiza

El rompimiento del huevo

Huevo

Cinta para vendar los ojos

Bate

La suiza

Suiza

Silbato

Competencia de baile

Equipo de música

Karaoke

Micrófono

Datasho

Anexo 2. Actividades de Corte Administrativo.

Responsable: Presidente del Consejo Popular.

No	Actividades	Fecha	Hora	Lugar	Responsable
1	Reunión del Grupo de Trabajo del Consejo Popular.				
2	Reunión del Grupo Gestor del proyecto.				
3	Convocatoria a trabajos voluntarios y acciones de saneamiento medioambiental en la comunidad.				
4	Trabajo en el Plan Imagen de la Comunidad.				
5	Reunión de rendición de Cuentas a los pobladores sobre las principales inquietudes de los mismos y acciones que se están aplicando.				
6					

Anexo 3 Evidencias de algunas actividades

07/20/2011

PROYECTO RECREATIVO

Semana Muevela UMB: una estrategia para concienciar sobre la actividad física en la población universitaria de la Universidad Manuela Beltrán (Colombia)

Docente: Carol Cárdenas Castro

Estudiosos: Karen Peralta Segura, FabianTobacia Paula Andrea Nuñez.

Licenciatura en Ciencias del Deporte, Programa de Psicología.

Institución: Universidad Manuela Beltrán

País: Colombia.

La iniciativa Mueve Latinoamérica, basada en la Move Week de Europa y Brasil permitió que la Universidad Manuela Beltrán se incluyera como una de las instituciones bandera en el país para la promoción de estilos de vida saludable. Se creó e implementó la Semana Mueve LA UMB con la finalidad de promocionar la actividad física como elemento fundamental para el desarrollo de la condición física y a su vez, de la formación integral de la comunidad académica de la institución. Esta semana contó con la participación aproximada de 350 personas entre estudiantes, docentes y personal administrativo de la universidad. Las actividades se fundamentaron en retos de baile a través de redes sociales como elemento para la promoción de la actividad física, encuentros relacionados con la actividad física y el deporte para tener una visión conceptual de estos elementos y por último torneos deportivos internos. Los resultados obtenidos se enfocan en la aceptación y gran participación de la comunidad académica generando un gran ambiente de interacción como elementos para la práctica de actividad física, eliminar el estrés laboral y académico de las dinámicas institucionales y reducir el sedentarismo y sus consecuencias.

icad
INSTITUTO DE COMUNICACIÓN, ARTE Y DEPORTE

INSTITUTO DE COMUNICACIÓN ARTE Y DEPORTE

CARRERA: TECNICATURA EN DEPORTE

Proyecto AFIDE 2017

VII convención Internacional de Actividad Física y deporte.

Participación como docente invitado San Luis - ARG

Taller elegido en la convención: Medio Ambiente Recreación y Deporte

Profesor a Cargo: ROBERTO DIAZ PELAYES

Resolución Aprobatoria N°: 418 ULP 2016

1- Nombre del Proyecto:

"Tecnicatura en deporte y su impacto social como agente de salud y su consciencia en preserva del medio ambiente".

2- Introducción:

Desde la perspectiva como docente del Tecnicatura en deportes de la ULP estando involucrado en la formación de los futuros técnicos deportivos de la universidad deseo poder presentar un trabajo en conjunto con los alumnos de 2º año en la **VII convención Internacional de Actividad Física y deporte** en el cual fui invitado a presentar un trabajo que manifestara un proceso de acción en vistas al desarrollo deporte sustentable. De ahí surgió la idea de elegir el taller de medio ambiente, recreación y deporte.

Donde deseo presentar un trabajo que pueda visualizar y encuadrar el proyecto: deporte tecnificado y el impacto **biopsicosocial** en el tratare de mostrar los avances a corto plazo, con vistas a cumplir una misión a mediano y largo plazo para potenciar el capital humano con el que contamos, la infraestructura deportiva provincial y generar posible convenios de trabajo en conjunto con organismos específicos como el ministerio de medio ambiente, campo y producción, secretaria de estado de deportes y otras instituciones públicas o privadas provinciales, nacionales, internacionales que estén interesadas en colaborar en el proyecto.

Justificación

Una de las preocupaciones de la política provincial/nacional/internacional es la contaminación ambiental y el mal aprovechamientos de los recursos renovables y no renovables.
Este tema no es ajeno al mundo deportivo, se enmarca en la buena gestión del deporte social y competitivo, que va desde la capacitación y la generación de propuestas que ayuden a mejorar las condiciones de vida los seres humanos por medio de la concientización, la inversión tanto en reactivación o construcción infraestructura deportiva sustentable.

Las ONG, las asociaciones y federaciones internacionales involucradas en el deporte, su mayor preocupación se enfoca en el:

- Legado deportivo tangible (infraestructura, economía)
- Legado deportivo intangible: la educación, el saber hacer para mejorar la calidad de vida de los seres humanos (sociedad en vías de una potencial pandemia en sedentarismo acompañada de una contaminación ambiental exponencial por el mal uso de los recursos naturales, el uso indiscriminado de material deportivo masivo y contaminante).

Teniendo en cuenta los puntos anteriormente nombrados

Con respecto al paradigma ambientalista y del ámbito del deporte sustentable, esas corrientes de pensamiento en continuo crecimiento, generan su enfoque de preocupación en:

- El abandono y deterioro de grandes obras arquitectónicas destinadas al desarrollo de eventos deportivos, esos lugares que terminan siendo edificios abandonados, o poco concurridos que dependen de calendarios nacionales e internacionales en fechas muy espaciadas para activar su uso.
- La falta de consciencia del cuidado del propio cuerpo y del medio ambiente que convergen en el mismo contexto. (Mala nutrición, falta de ejercicio físico, uso indiscriminado sustancia y materiales contaminantes, el uso y desuso de recursos renovables y no renovables)

La propuesta que deseo desarrollar en conjunto con los alumnos de 2 año de la tecnicatura seria realizar un análisis estratégico y un plan de acción para poder ser desarrollado potencialmente en las instalaciones de la ULP y Campus Arturo Rodríguez Jurado u otro lugar sugerido por entes como Secretaria de Estado de Deportes y aprobado por las autoridades del IAC- ULP.

Una vez aprobado el lugar, deberíamos desarrollar una prueba piloto como zona de deportes y actividades que involucre la concientización del medio ambiente y desarrollo sustentable.

Los recursos sugeridos para poder desarrollar la propuesta:

Por medio de capacitación, desarrollo de propuestas de actividad física al aire libre haciendo uso de los recursos materiales del medio ambiente y con material no contaminante, talleres de nutrición y cuidado de la salud, capacitación de desarrollo de huertas orgánicos para obtener nuestros propios alimentos, evaluación del lugar para transformarlo en centro educativo y deportivo sustentable, plantación de árboles frutales como elemento descontaminante y proveedor de alimentos

3- Análisis estratégico

Esta propuesta es ambiciosa donde se potenciara y generara propuestas con recursos que cuente la ULP y Campus u otro lugar asignado por la Secretaria de Estado Deportes (lo ideal sería que nos asignaran un predio deportivo), deberíamos generar convenios de colaboración con el Ministerio de Medio Ambiente, campo y producción que nos desarrollara las capacitación concerniente al desarrollo de huertas orgánicos y plantación de árboles frutales, (se solicitara un lugar físico y asesoramiento donde se realizara la huerta orgánica y plantación de árboles frutales en un lugar asignado que deberá luego ser mantenido por personal de parquizacion) . Los alumnos de la Tecnicatura deberán evaluar el lugar asignado para el desarrollo de propuesta de actividad física al aire libre o indoor con elementos que no generen contaminación, se programara un ciclo de charlas sobre nutrición e hidratación con el uso de frutas y verduras orgánicos, capacitación e invitación de colegios primarios y secundarios donde a través de actividades recreativas y deportivas se transmitirá la importancia del cuidado del medio ambiente.
Todos esos datos registrados de los eventos programados a corto, mediano y largo plazo plasmados en un diagrama de gantt, mas toma de fotos de lugares propuestos, encuestas y evaluando los posibles resultados, que se adapten a los objetivos generales y específicos que deseo alcanzar con los alumnos de 2 año de la tecnicatura de deportes de la ULP . Con esto se genera un informe pormenorizado de aquello que queremos lograr o lograremos en una línea de tiempo.
Adaptándonos a los requerimientos y programas de organismo internacionales que impulsan y difunden el deporte sustentable.

Objetivos generales:

- Establecer un espacio ecológico- deportivo en función de contribuir a la educación ambiental, en función de contribuir a la educación ambiental de los alumnos de ULP y la región asignada.
- Reactivar y reacondicionar centro deportivo transformándolo en un lugar de deporte sustentable

Objetivos específicos:

- Realizar actividades de capacitación y educación ambiental en contacto con la naturaleza de forma tal que los estudiantes, profesores y, trabajadores de la ULP y CAMPUS / u otro lugar asigando participen en este proceso de construcción y se conviertan en protagonistas de su propia creación colectiva.

- Se realicen intercambios de experiencia en dicho centro seleccionado, construyan y pongan en práctica implementos ecológicos que puedan utilizarse en las diferentes áreas deportivas. Desde nutrición, alimentos orgánicos, uso de los espacios naturales, indumentaria y buen uso de los recursos naturales renovables y no renovables.
- Se realicen encuentros deportivos ecológicos con significación provincial, nacional e internacional.
- Se recopilen, organicen y divulguen los resultados y generalizaciones de productos científicos con abordaje en el tema ambiental deportivo.

Con esto quise brevemente plasmar una idea del trabajo que puedo hacer en conjunto con los alumnos de 2 año.

"Este trabajo es mucho más extenso (que puedo transmitir una vez aprobada e interesada la primera etapa, ya que hay puntos que debo trabajarlo con los alumnos) que incluye un análisis FODA, soluciones y recomendaciones, proceso de aplicación, desarrollo y plan de acción, conclusión"

Sin otro motivo saludo cordialmente
Prof. Roberto Diaz Pelayes

Título: Actividades Físicas, Profiláctivas y Formativas como herramientas para prevenir enfermedades profesionales en los estudiantes de Ciencias Informáticas.

Autores: M.Sc. Silvano Merced Len, silvano@uci.cu
M.Sc. Alionuska Velázquez Cintra
Dra. C. Yunelsis Rodríguez Báez
Institución: Universidad de las Ciencias Informáticas
País: Cuba

RESUMEN:

La sociedad y la economía que deben basarse de forma creciente en el conocimiento y el aprendizaje, requieren una universidad innovadora e integrada; con un nivel de pertinencia que le permita formar un profesional cuyos modos de actuación incidan de manera positiva en la sociedad. En las universidades cubanas la práctica del deporte y la actividad física tienen como objetivo fundamental contribuir a la formación integral y armónica de los estudiantes, mejorando la salud y corrigiendo patologías prácticamente en su totalidad. Por otro lado, la informática está considerada una especialidad que no requiere un alto volumen de actividad motora; en ella los estudiantes mantienen posturas prolongadas en el tiempo, sedentarias y de intensas horas de trabajo mental, que unido a los factores ergonómicos pueden traer como consecuencia el padecimiento de molestias y dolencias calificadas como enfermedades profesionales. Dado que estos aspectos pueden limitar el impacto del rol social del informático se estudiaron los fundamentos relacionados con dichas enfermedades que afectan al estudiante de la carrera de Ciencias Informáticas, así como la evolución del proceso de formación de esta especialidad y se analizaron las propuestas que se han puesto en práctica para solucionar similar problemática. En esta investigación se presenta un sistema de actividades físicas y educativas con la finalidad de influir en la prevención de las enfermedades profesionales como complemento a la formación de ingenieros en Ciencias Informáticas; su entorno de aplicación se desarrolla en el marco de la disciplina Práctica Profesional. Con la

implementación del sistema se logró que los estudiantes tengan una mejor compensación físico-mental y puedan potenciar su rendimiento intelectual, individual y colectivo, elevando su productividad, evitando el estrés y eliminando modos de actuación que lo acercan a una vida sedentaria.

Palabras Clave: actividad física, enfermedades profesionales, formación, informática, prevención

Título: Ataxia espinocerebelosa Tipo 2

Autor: M.Sc. Ilbedis Pérez Avila

Institución: CEPROMEDE Holguín

País: Cuba

RESUMEN

Las Ataxias Hereditarias constituyen un serio problema de salud en Cuba y específicamente en Holguín donde se reporta la prevalencia más elevada del mundo (43 * 10^5 habitante). En esta investigación proponemos un programa comunitario destinado a la rehabilitación integral del paciente con (SCA 2). Para ello se tomó una muestra de 140 pacientes, con Ataxia Espinocerebelosa Tipo 2, pertenecientes a la provincia de Holguín. Dichos pacientes fueron sometidos a un programa comunitario para la rehabilitación integral. Con el propósito de generalizarlo y evaluar sus efectos rehabilitadores se utilizó la escala para estudios farmacológicos de síndromes cerebelosos.

El impacto científico de esta investigación radica en que con la implementación y aplicación del programa comunitario se logra la generalización y sostenibilidad en la comunidad del programa para la rehabilitación integral del pacientes afectados por la SCA 2 como la única alternativa terapéutica para contrarrestar los efectos del proceso patológico encontrado en este sector de la población, constatando sus efectos rehabilitadores, coadyuvando con ello a incrementar, significativamente, la calidad de vida de de dichos pacientes.

Palabras Claves: Rehabilitación integral, Terapia, SCA 2, Holguín, comunidad.

Título: Batería de pruebas físicas para evaluar la Condición Física de mujeres en climaterio.

Autora: M.Sc. Lisset Haydeé Romero Sánchez

Institución: UCCFD Manuel Fajardo

País: Cuba

Resumen

Para la mujer de edad mediana en etapa de climaterio, mantener su condición física resulta indispensable para alcanzar un buen estado físico y mental que le permita realizar sus actividades diarias con un menor gasto energético. Una condición física saludable se logra mediante el ejercicio físico sistemático, correctamente dosificado, que permite mantener o mejorar los niveles físicos alcanzados en periodos anteriores. Sí se planifican adecuadamente las capacidades físicas, se obtiene un desarrollo paulatino en la mujer, que la ayuda afrontar mejor la etapa. En el climaterio, aparecen una serie de factores que repercuten físicamente en la mujer, lo que provoca un declive en las capacidades cardiorrespiratoria, fuerza, flexibilidad, rapidez y coordinación, asociadas a la etapa pueden surgir enfermedades crónicas no transmisibles como: obesidad, hipertensión arterial y osteoporosis que impactan de forma desfavorable en la calidad de vida de la mujer. A tenor de las características de la etapa, es de vital importancia diseñar un instrumento que permita medir física y funcionalmente a la mujer en este periodo, de ahí la necesidad de aplicar una batería que evalúe realmente las capacidades que se van perdiendo con la edad, sin afectar la confiabilidad de las pruebas, pues las que se utilizan tienen un carácter general y no responden a las características de esta etapa de la vida. La valoración de la propuesta realizada por los expertos y la comprobación práctica constataron que la batería de pruebas diseñada cumple con los parámetros establecidos para su aplicabilidad.

Palabras Claves (hasta 6) Mujeres en climaterio, Condición física, Evaluación, Sistematización.

Introducción

Desde tiempos remotos el promedio de vida de la mujer era bajo; se describe que hasta los 23 años, en la época del imperio romano; aumentando a 30 en el período del descubrimiento de América; hacia los 45 en la era victoriana; alrededor de los 75 años sobre la mitad del siglo XX, aunque en Cuba, esté próximo a los 80 años, estas circunstancias explican el porqué, no es hasta la segunda mitad del siglo XIX que se comienza a estudiar el climaterio con todos los cambios hormonales existentes.

Los informes publicados por expertos de las Naciones Unidas en el tema de población y los emitidos por el banco mundial, plantean que al finalizar el siglo XX había más de 750 millones de mujeres mayores de 45 años en el mundo. En Cuba se espera que en un futuro inmediato cerca de cuatro millones de cubanas arriben a la etapa de climaterio-menopausia, producto del envejecimiento acelerado que ocurre en el país como fenómeno cada vez más creciente.

Desarrollo

Al analizar las diversas baterías de pruebas que existen en el mundo para medir condición física, persiste una dicotomía de criterios entre sus autores; basada en la estandarización de las mismas para poblaciones de otras latitudes con influencia en los estilos de vida, alimentación y el clima; asimismo, se hallan otras baterías para grandes sectores de la población adulta que abarcan varios grupos generacionales a los que se les aplican pruebas por igual, sin tener presente que la mujer de edad mediana comienza a experimentar una serie de cambios biológicos y psicológicos que se acentúan en la etapa de climaterio.

En este sentido se infiere analizar ciertas limitaciones que hoy existen en el orden metodológico e investigativo que afectan los procederes evaluativos para ser aplicados a mujeres en etapa de climaterio pues todavía es valorada desde su generalidad.

- Insuficiencias teórico-metodológica que limitan la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio, como eslabón importante para

valorar su estado de salud desde la cultura física y por consiguiente, un instrumento válido y confiable, a pesar de existir pruebas de condición física.

- Carencias de investigaciones que revelen el nexo entre climaterio - ejercicio físico con su forma de evaluación desde este contexto, lo que devela la necesidad de evaluar la condición física de mujeres en etapa de climaterio.
- La temática se visualiza de forma aislada, se precisa insertarla dentro de la cultura física para preparar un profesional que pueda afrontar esta etapa.

Toda esta problemática permite plantear el siguiente **objetivo General.** Elaborar una batería de pruebas físicas y funcionales para la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio sobre la base de la sistematización teórica de las principales transformaciones metodológicas.

Preguntas Científicas

1. ¿Qué referentes teóricos, científicos y metodológicos sustentan las pruebas físicas y funcionales para la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio?
2. ¿Cuál es el estado actual de la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio?
3. ¿Qué elementos y componentes estructurales tener en cuenta en la elaboración de la batería de pruebas físicas y funcionales para la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio?
4. ¿Cuál es la pertinencia de la batería de pruebas propuesta?

Tareas Científicas

1. Sistematización de los referentes teóricos que sustentan las pruebas físicas y funcionales para la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio.
2. Caracterización del estado actual de la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio.

3. Elaboración de los elementos y componentes estructurales de la batería de pruebas físicas y funcionales para la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio.

4. Valoración de la pertinencia de la propuesta a partir del criterio de expertos y los resultados de su puesta en práctica para la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio.

Métodos

Del nivel teórico y empírico. Analítico-Sintético,· Inductivo – Deductivo, Sistémico estructural funcional, Sistematización teórica, Observación, Entrevista, Encuesta, Medición, Modelación, Criterio de expertos.

Tablas, Gráficos y Figuras Batería de pruebas propuesta

N°	**Nombre de la prueba (tercera ronda)**	**Capacidad física**
1	Caminata de los 6 minutos (m) (prueba de terreno). Mazorra (1981) Rikly y Jones 2001)	Resistencia aerobia
2	Prueba de Wells y Dillon o Sit and Reach (cm)	Flexibilidad activa
3	Dinamometría de mano (kgf) Eurofit (1996)	Fuerza máxima
4	Prueba de levantarse y sentarse en una silla durante 30 (s) (Senior Fitness Tests) (Rikli y Jones, 2001). Fitzgerald (2010).	Fuerza rápida
5	Prueba de flexión del brazo (rep.) 5 libras (2.27Kg) Rikly y Jones (2001). Fitzgerald (2010).	Fuerza resistencia
6	Prueba de fuerza abdomen (rep.) Pila (1989) Eurofit (1996)	Fuerza resistencia
7	Mediciones antropométricas de (Peso, talla, IMC, ICC) Senior fitness test (Rikli, R y Jones, J, 2001)	

Conclusiones

1. Los referentes teóricos, científicos y metodológicos lograron sustentar las pruebas físicas y funcionales para la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio
2. Se alcanzó constatar el estado actual de la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio
3. La sistematización permitió establecer las principales transformaciones metodológicas que fundamentaron la evaluación de la condición física de mujeres en etapa de climaterio.
4. La pertinencia de la batería de pruebas propuesta se pudo constatar a través del criterio de expertos y su valoración por la calidad formal y la utilidad social.

Referencias

1. Ceballos Díaz, Jorge Luis y col (2000) Libro electrónico Adulto mayor y las actividades físicas. ISCF. La Habana Cuba.
2. Colectivo de autores (2006) *Ejercicio físico y rehabilitación tomo I* La Habana Cuba editorial deportes en: -Rehabilitación física de las enfermedades isquémicas del corazón capítulo 9 Hernández, Reinol; Agramonte, Servando; Núñez, Ismaris págs. 131-132.
3. Sistema de neurorrehabilitación multifactorial intensa capítulo 15 Sentmanat, Armando págs. 248-259.
4. Crespo Borges, Tomás (2007) Respuestas a 16 preguntas sobre el empleo de expertos en la investigación pedagógica editorial San Marcos, Lima, Perú Págs. 1-20-25.
5. FNUAP. (1994). Informe de la Conferencia Internacional sobre población y desarrollo. El Cairo Egipto. Disponible en: http://www.revistaciencias.com/publicaciones/EEyVpZkEkEnXVBQxow.php(s.e)
6. Mazorra Zamora, Raúl (1984) Actividad Física y Salud. La Habana. Editorial Científico Técnica.

7. Navarro, D y col. (1997) Aspectos clínicos del Síndrome Climatérico en la mujer cubana. Educación Continua 1997; 96: 28-31. *Disponible en:*http://www.revistaciencias.com/publicaciones/EEyVpZkEkEnXVBQxow.php
8. Navarro, J. y Navarro, J.M. (1999) El climaterio. Masson. Barcelona. Publicado por Licenciatura en Gerontología el día: Septiembre 15, 2005 04:01 PM. *Disponible en:* http://weblog.maimonides.edu/gerontologia/archives/001871.html

Titulo: Caracterización epidemiológica de atletas retirados de los deportes de combate y juegos con pelotas que asisten a las consultas en el instituto de medicina deportiva.

Autores: Dra. C. Edita Madelin Aguilar Rodríguez, YankoTamarit Peña, Celia del Rosario Lara Mulet

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. “Manuel Fajardo”. Cuba

País: Cuba

RESUMEN

Se realizó un estudio retrospectivo, transversal descriptivo con una muestra de 626 exatletas de ambos sexos donde el 79,7% era de sexo femenino y el 20,3% del sexo masculino, todos comprendidos entre las edades de 20 a 80 años; que han sido atendidos en la consulta de atletas retirados del Instituto de Medicina Deportiva. El objetivo del trabajo fue realizar una caracterización epidemiológica de estos, dirigida a los grupos que componen los deportes de combate y los juegos con pelotas, teniendo en cuenta el deporte al cual pertenecía cada exatleta. A partir de la revisión de las historias clínicas de los exatletas, pudimos determinar las principales enfermedades que han padecido o padecen dichos atletas, relacionarlas con los antecedentes patológicos familiares, tiempo de retiro y hábitos tóxicos. Los datos recopilados en las historias clínicas fueron procesados mediante la utilización del el paquete estadístico SPSS versión 10.0 para Windows, donde se encontraron resultados interesantes referente al padecimiento de los atletas.

Título: Comportamiento de la capacidad física equilibrio en Adultos Mayores, municipio Cienfuegos.

Autores:

M.Sc. Jorge Luis Abreus Mora. jabreus@ucf.edu.cu

M.Sc. Vivian Bárbara González Curbelo. vgonzalez@ucf.edu.cu

Dr. C. Jorge Luis Menéndez Díaz. Cuba jmenendez@ucf.edu.cu

Institución: Universidad de Cienfuegos. Cienfuegos

País: Cuba

Resumen

Las evaluaciones funcionales de Adultos Mayores han establecido estándares que permiten conocer su estado físico. En el desempeño de profesionales del municipio Cienfuegos, existen escasas herramientas para evaluar cambios en la capacidad equilibrio. Desde esta problemática se realiza este estudio descriptivo. Objetivo: Evaluar el comportamiento de la capacidad física equilibrio en Adultos Mayores. Métodos: Se utiliza la medición mediante los test: Escala de Equilibrio Avanzado de Fullerton, Prueba de Estiramiento Multidireccional, Prueba Clínica de Equilibrio e Interacción Sensorial Modificado y Prueba de andar 15 metros a la velocidad preferida y máxima, como procedimiento estadístico un estudio de frecuencias. Resultados: Se centraron en: padecimiento de enfermedades, cambios en sistemas sensoriales, mal uso de aferencias somatosensoriales, vestibulares y visuales-vestibulares, mala utilización de estrategias ortostáticas y las dimensiones del área de estabilidad. Conclusión: La evaluación de la capacidad física equilibrio manifestó deterioro de las estrategias ortostáticas y en los sistemas sensoriales y motores.

Palabras Claves. Equilibrio, Adulto Mayor

Introducción

El envejecimiento se identifica por el gradual detrimento de la funcionalidad. Muchos escritos han asociado el ejercicio físico, con un papel destacado, como herramienta para minimizar sus efectos. También proponen, con el fin de diseñar

programas de intervención adaptado a las peculiaridades de la población mayor, conocer dos aspectos: uno de ellos, cómo se ven afectadas las capacidades físicas por la edad, para conocer a priori las características de la población con la que se va a trabajar; otro, qué recomendaciones mínimas de prescripción de ejercicio físico se deben realizar para mejorar o mantener la calidad de vida relacionada con la salud del mayor (Carbonell, García, Virginia & Delgado 2009).

Autores como Gafas (2011), Romero & Espinosa (2010) refieren el envejecimiento como un proceso dinámico y continuo de la materia, en función del tiempo, en el cual determinadas manifestaciones externas traducen cambios internos; plantean además, entre sus acepciones generales, que se considera como la transformación de cualquier aspecto de la realidad que acontece en el proceso de interacción con el medio (Gafas, 2011).

También se producen modificaciones en el estado de salud: se alteran las estructuras; se reducen las funciones de las células, de los tejidos del organismo y de los procesos fisiológicos; las cuales pueden favorecer la aparición de diferentes circunstancias de morbimortalidad en el adulto mayor. Entre otras repercusiones, se afectan las potencialidades del movimiento humano, las propiedades de movilidad, resistencia y flexibilidad, los cuales van a reducir sus elementos de funcionalidad, independencia y eficiencia del trabajo fisiológico (Baquero & Hurtado, 2011; Thuy, 2008).

Todos estos cambios se traducen en una insuficiencia de la capacidad funcional de los Adultos Mayores (AM) determinada por una disminución progresiva de las capacidades físicas, haciéndose cada vez más difícil la adaptación a las exigencias del medio (Henriksson, 2005; Ronsky, 1999; Sousa, 2009).

La medición de las capacidades funcionales es un componente fundamental en la evaluación del adulto mayor. Esta, tanto en clínica como en investigación, permite identificar a los ancianos que presentan algún grado de discapacidad. Ello ha sido posible gracias al desarrollo de pruebas objetivas y estandarizadas de medición, las cuales presentan múltiples ventajas sobre los autorreportes y la información

obtenida de un "proxy", pero sobre todo ventajas en términos de validez. (Ávila, Gray & Payette, 2006, p1)

“La capacidad equilibrio es definida como un proceso por el cual se controla el centro de masa (CM) del cuerpo respecto a la base de sustentación ya sea estática o dinámica” (Rose, 2005, 15).

Otros autores, con los que se coincide, la denominan como la capacidad que permite regular los esfuerzos musculares estáticos y dinámicos, relacionados con la situación de las partes del cuerpo, para el mantenimiento de la estabilidad. Intervienen los receptores ópticos, acústicos y vestibulares (Colectivo, 2006).

Estados Unidos y Gran Bretaña han realizado estudios en centros geriátricos académicos, por un equipo de salud altamente calificado y con programas de prevención de riesgos dentro de contextos universitarios. En Cuba, son pocas las residencias de mayores que poseen esa complejidad (Salom, s.f.; Suárez H, Suárez A & Lavinsky L, 2006; Suárez H, Geisinger, Suárez A, Carrera, Spiller, & Lapilover, 2008).

Estos trabajos se refieren al abordaje y rehabilitación de las alteraciones del equilibrio en el AM y se destacan los aspectos que conceptualmente deben asumirse como premisas en esta patología y grupo etario, pero no evalúan su estado para establecer posibles pautas futuras.

En estudios relacionados con la edad y las enfermedades, el consumo de medicamentos se detectó en el 70 % de los gerontes mientras la movilidad y el equilibrio estaban afectados en el 60.91 % y 56.36 %, respectivamente (Torres, 2009)

Muchos autores han abordado la valoración funcional de los AM (Álvarez M, 1992; Baztán J, 2000; Valero C, 1998) con los que se coincide en la importancia de la misma para diagnosticar y elaborar estrategias de intervención dirigidas a estos grupos etarios.

Los cambios que se producen en el proceso de envejecimiento van a condicionar de forma sustancial todos los elementos que intervienen en la regulación de la postura y el equilibrio (Orozco, 2012).

Es deseable que ese incremento de la población AM se acompañe de acciones preventivas, de sanación, de promoción y de rehabilitación capaces de promover la mejora en la calidad de vida, la capacidad funcional, la autonomía, la independencia, la participación, el cuidado y autosatisfacción. (Leite, 2012, 822)

En Cuba, el desarrollo de programas y estrategias de salud centran sus propósitos en mejoras continuas de la calidad de vida de la población. Como resultado, se destaca la implementación de Programas Nacionales: Médico y Enfermero de la Familia, Atención Integral al AM, creación de las Casas de Abuelos y los Círculos de Abuelos. Conjuntamente con la prioridad prestada a la atención geriátrica, estos contribuyen al logro de sus objetivos (Gafas, 2011).

Un estudio realizado en Cuba describe la sucesión histórica del envejecimiento y alerta que del porcentaje de AM que hoy viven en el país se desconoce cuántos de ellos son considerados frágiles. (Alonso, Sansó, Díaz, Carrasco, Oliva, 2007). El conocimiento de esta información es crucial en la planificación y desarrollo de estrategias de intervención.

La aplicación de métodos en los desempeños de los profesionales que laboran en los Círculos de Abuelos del municipio Cienfuegos, arrojó que poseen pocas herramientas para evaluar los cambios en la capacidad equilibrio relacionados con la edad, aspecto que incide negativamente en su dominio sobre el comportamiento de la capacidad equilibrio en este grupo etario y la aplicación de intervenciones dirigidas a restaurar funciones relacionadas con esta capacidad.

Estos antecedentes conllevan a plantearse la siguiente problemática: ¿Cómo se comporta la capacidad física equilibrio de los Adultos Mayores en los Círculos de Abuelos del municipio Cienfuegos?

Objetivo:

Evaluar el comportamiento de la capacidad física equilibrio de los Adultos Mayores en los Círculos de Abuelos del municipio Cienfuegos, a través de los test: Escala de Equilibrio Avanzado de Fullerton, Prueba de Estiramiento Multidireccional, Prueba Clínica de Equilibrio e Interacción Sensorial Modificado y Prueba de andar 15 metros a la velocidad preferida y máxima.

Metodología

En el estudio descriptivo se trabajó con la población de AM activos en los Círculos de Abuelos del municipio Cienfuegos: 9975, de ella se seleccionó una muestra del 10%: 997 AM, mediante el método aleatorio simple. La selección se realizó mediante un muestreo probabilístico estratificado, los estratos lo conforman los Círculos de Abuelo del municipio Cienfuegos.

Aspectos éticos de la investigación:

Para la realización del presente estudio se obtuvo el consentimiento informado de los decisores que asumen el trabajo con los AM en los Combinado Deportivo, a los cuales se les comunicó previamente los intereses y el alcance de la investigación y se presentó al investigador que asumiría las labores inherentes a dicho estudio. Se obtuvo además el consentimiento informado de los AM incluidos en el estudio, por cuanto se solicitó su colaboración voluntaria, garantizando que no se divulgarían arbitrariamente datos personales ni otra información de carácter individual, además de explicarles con claridad y sencillez los objetivos y alcance del estudio.

Cuestionario:

Para realizar la caracterización de la población adulta activa de los Círculos de Abuelos del municipio Cienfuegos se utilizó el Cuestionario de Salud y Actividades, reproducido del Centro para el Envejecimiento Exitoso, del estado de Fullerton, Universidad de California (Rose, 2005).

Para medir el comportamiento de la capacidad equilibrio se utilizaron como instrumentos los siguientes test: Escala de Equilibrio Avanzado de Fullerton (Rose y Lucchese, 2003), Prueba de Estiramiento Multidireccional Prueba Clínica de Equilibrio e Interacción Sensorial Modificado y Prueba de andar 15 metros a la velocidad preferida y máxima (Rose, 2005).

Como procedimientos estadísticos se utiliza la estadística descriptiva mediante un análisis de frecuencias a través del paquete estadístico IBM SPSS Statistics Versión 19.

Resultados

Los resultados del Cuestionario de Salud se centraron en ocho indicadores fundamentales de los 23 que posee el mismo y se distribuyeron de la forma que se muestra a continuación en la tabla 1.

Tabla 1. Principales indicadores arrojados por el Cuestionario de Salud y Actividades

Principales indicadores	# de AM	%
Diagnóstico de enfermedades	747	75
Sufre de algún síntoma	722	72,5
Problemas visuales	648	65
Lesión que afecte el equilibrio o capacidad para caminar	867	87
Sufrió al menos una caída	498	50
Le preocupa sufrir caídas	997	100
Dificultades para realizar Actividades de la Vida Diaria	274	27,5
Practica ejercicios tres o cuatro veces por semana	872	87,5

En el test Prueba Clínica de Equilibrio e Interacción Sensorial Modificado los indicadores: Ojos Abiertos Superficie Blanda, Ojos Cerrados Superficie Estable, Ojos Cerrados Superficie Blanda, manifestaron una tendencia a la mala ejecución de los mismos. Tabla 2.

Tabla 2. Resultados del test Prueba Clínica de Equilibrio e Interacción Sensorial Modificado

	Frecuencias/ %							
	OASE	%	OASB	%	OCSE	%	OCSB	%
Bien	698	70	114	11,5	38	3,8	-	-
Regular	-	-	307	30,8	575	57,7	268	26,9
Mal	299	30	575	57,7	384	38,5	729	73,1
Total	997	100	997	100	997	100	997	100

Los resultado de la Prueba de andar 15 metros, tabla 3, se centraron en una inadecuada velocidad de la marcha, preferida y máxima, así como cambios en las dimensiones del área de estabilidad y deficiente equilibrio al prescindir del control visual ante los cambios de la base de sustentación

Tabla 3. Resultados del test Prueba de andar 15 metros

	Frecuencias/ %			
	Velocidad Preferida	%	Velocidad Máxima	%
Inadecuada Velocidad Marcha	898	90	972	97,5
Adecuada Velocidad Marcha	99	10	25	2,5
Inadecuada Longitud Zancada	997	100	997	100
Adecuada Longitud Zancada	-		-	

La aplicación del test Prueba de Estiramiento Multidireccional mostró la marcada reducción de la estabilidad postural al realizare las diferente inclinaciones, como se muestra en la tabla 4.

Tabla 4. Resultados del test Prueba de Estiramiento Multidireccional

	Frecuencias / %							
	Inclinación Anterior	%	Inclinación Posterior	%	Inclinación Lateral Derecha	%	Inclinación Lateral Izquierda	%
Límites Estables	249	25	299	30	299	30	249	25
Reducción de la Estabilidad	748	75	697	70	697	70	748	75
Total	997	100	997	100	997	100	997	100

La tabla 5 muestra el comportamiento de los diferentes indicadores del test Escala de Equilibrio Avanzado de Fullerton reflejado en una disminución del puntaje máximo (40ptos.) que se alcanza en la misma.

Tabla 5. Resultados del Test Escala de Equilibrio Avanzado de Fullerton

#	Indicador	Resultado
1	Equilibrio en bipedestación con pies juntos y ojos cerrados	2
2	Estirarse hacia delante, brazo extendido a coger un objeto a la altura del hombro	2
3	Vuelta de 360 grados a la derecha y a la izquierda	2
4	Pasos sobre y por encima de un escalón de 15,2cm	1
5	Caminar con los pies en tándem	2
6	Monopedestación	2
7	Bipedestación sobre gomaespuma con los ojos cerrados	2
8	Salto de longitud a dos pies	2
9	Caminar girando la cabeza	2
10	Control ortostático reactivo	1
Total		18

Conclusiones

- El diagnóstico sobre el estado de salud de los AM activos en los Círculos de Abuelos del municipio Cienfuegos arrojó un elevado padecimiento de enfermedades, uso de aditamentos para caminar, caídas frecuentes, limitaciones para realizar Actividades de la Vida Diaria y cambios en los componentes somatosensoriales, a pesar de salir frecuentemente y realizar ejercicios físicos tres o cuatro veces por semana.
- La aplicación de los test seleccionados permitió evidenciar: una inadecuada velocidad de la marcha, preferida y máxima; cambios en la capacidad equilibrio expresados en limitaciones funcionales y alteración en los sistemas sensoriales, asociados con actividades diarias; mala utilización de las estrategias ortostáticas (maleolar, coxal y podal) y las dimensiones del área de estabilidad; deficiente equilibrio al prescindir del control visual y ante los cambios de la base de sustentación que se traducen en: mal uso de las aferencias somatosensoriales, vestibulares y visuales-vestibulares.

Referencias Bibliográficas

Ávila, F. J. A., Gray-Donald, K. & Payette, H. (2006). Medición de las capacidades físicas de adultos mayores de Quebec: un análisis secundario del estudio NuAge. *Salud pública Méx,* 48(6). Recuperado de http://bvs.insp.mx/rsp/articulos/articulo.php?id=001762

Baquero, S. G. A. & Hurtado, H. A. (2011). Prevalencia de enfermedades que afectan las potencialidades del movimiento y el desempeño funcional en adultos mayores institucionalizados *Rev Iberoam Fisioter Kinesiol,* 14(2), 63-69. Recuperado de http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet_f=10&pident_articulo=90133578&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=176&ty=162&accion=L&origen=zonadelectura&web=zl.elsevier.es&lan=es&fichero=176v14n02a90133578pdf001.pdf

Baztán, C. J. J., González, M. J. I., Solano, J. J. J. & Hornillos, C. M. (2000). Atención sanitaria al anciano frágil: de la teoría a la evidencia científica. *Medicina*

Clínica, 115(18), 704-717. Recuperado de http://cursos.campusvirtualsp.org/pluginfile.php/62329/block_html/content/Lectura_Complementaria_1.pdf

Carbonell, B. A., García, M. A., A, Virginia & Delgado, F. M. (2009). Efectos del envejecimiento en las capacidades físicas: implicaciones en las recomendaciones de ejercicio físico en personas mayores. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte International Journal of Sport Science,* 5(17), 1-18. Recuperado de http://www.researchgate.net/publication/40617760_Efectos_del_envejecimiento_en_las_capacidades_fsicas_implicaciones_en_las_recomendaciones_de_ejercicio_fsico_en_personas_mayores

Colectivo de autores. (2006). Ejercicios Físicos y Rehabilitación. Ciudad de La Habana, Cuba: Ed. Deportes. Tomo I.

Dugdale, D. C. (2011). Cambios en huesos, músculos y articulaciones por el envejecimiento. *MedlinePlus.* Recuperado de http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/004015.htm

Gafas, G. C. (2009). *Estrategia educativa en enfermería para el cuidado biopsicosocial del Adulto Mayor hipertenso. Policlínico "José Martí"*. (Tesis de Doctorado). La Habana, Cuba. Recuperado de http:///www.tesis.repo.sld.cu3891Tesis_completa_Doctorado_Carlos_Gafas.pdf.

García, P. L. V. & García, O. L. H. (2004). Evaluación física y funcional de adultos mayores con deterioro cognoscitivo. *Rev Med Risaralda,* 10 (2). Recuperado de http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id_articulo=89765&id_seccion=4932&id_ejemplar=8820&id_revista=327

Henriksson, M. & Hirschfeld, H. (2005). Physical active older adults display alterations in gait initiation. *Gait Posture,* 21(3), 289-96. doi: 10.1016/j. gaitpost.2004.03.001. Recuperado de http://www.researchgate.net/publication/7973192_Physically_active_older_adults_display_alterations_in_gait_initiation

Leite Fernandes AMB, Almeida Ferreira JJ, Gomes Stolt LRO, Guedes de Brito GE, Ribeiro Clementino ACCR, Melo de Sousa N. (2012). Efeitos da prática de

exercício físico sobre o desempenho da marcha e da mobilidade funcional em idosos Fisioter. Mov., Curitiba, v. 25, n. 4, p. 821-83 Recuperado de

Oliveira Batista W, Alves Yunior ED, Porto F, Dutra Pereira F, Ferreira Santana R, Lirio Gurgel J. (2014). Influencia del tiempo de institucionalización en el equilibrio postural y en el riesgo de caídas de ancianos: estudio transversal. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 22(4), 645-5 Recuperado de http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n4/es_0104-1169-rlae-22-04-00645.pdf

Ronsky, J. L., Nigg, BM. & Fisher, V. (1995). Correlation between physical activity and the gait characteristics and ankle joint flexibility of the eldrly. *Clin Biomech,* 10(1), 41-49*.* doi:10.1016/0268-0033(95)90436-D. Recuperado de http://www.clinbiomech.com/article/0268-0033%2895%2990436-D/abstract

Rose, D. J., Lucchese, N. & Wiersma, *L. D*. (2006). Development of a Multidimensional Balance Scale for Use With Functionally Independent *Older Adult Arch Phys Med Rehabil.* 87*.* Recuperado de http://www.archives-pmr.org/article/S0003-9993%2806%2900868-9/abstract

Sousa, A. S. (2009). Análise da marcha baseada em correlação multifactorial [dissertação]. Portugal: *Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto*. Recuperado de http://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/66761/1/000137514.pdf

Suárez, H., Geisinger, D., Suárez, A., Carrera, X., Spiller, P. & Lapilover, V. (2008). Postural strategies in normal subjects and in patients with instability due to central nervous system diseases after sudden changes in the visual flow. *Acta Otolaryngol*, 128(4), 398-403. Recuperado de http://www.unboundmedicine.com/harrietlane/ub/citation/18368573/Postural_strategies_in_normal_subjects_and_in_patients_with_instability_due_to_central_nervous_system_diseases_after_sudden_changes_in_the_visual_flow_

Suárez, H., Suárez, A. & Lavinsky, L. (2006). Postural adaptation in elderly patients with instability and risk of falling after balance training using a virtual reality system. *Int Tinnitus J,* 12(1), 414*.* Recuperado de http://www.tinnitusjournal.com/detalhe_artigo.asp?id=135

Suárez, H. & Arocena, M. (2009). Las alteraciones del equilibrio en el AM. *rev. med. clin Condes,* 20(4), 401 407. Recuperado de http://www.clc.cl/Dev_CLC/media/Imagenes/PDF%20revista%20%C3%A9dica/2009/4%20julio/401_ALTERACIONES_EQUILIBRIO-3.pdf

Thuy, N. N. (2008). Atención al mayor desde la fisioterapia. *Artículos de Fisioterapia. eFisioterapia.* Recuperado de http://www.efisioterapia.net/articulos/atencion-al-mayor-la-fisioterapia

Título: Criterios para la construcción de un instrumento de diagnóstico motor en pacientes con ECV

Autores

Lic. Ariel García Alfonso. Profesor de actividad física y promoción de salud. Estudiante de postgrado de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", La Habana, Cuba.

Dr. C. Héctor Navarro Guerra. Profesor auxiliar. Centro de Estudios de la Educación Física y el Deporte. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana, Cuba. htr.navarro@gmail.com

Dra. Ivón Navarro González. Especialista de I Grado en Medicina Física y Rehabilitación. Departamento de pediatría. Centro Nacional de Medicina Física y Rehabilitación, Hospital Julio Díaz. La Habana, Cuba.

Introducción. La afectación más común y ampliamente reconocida causada por una enfermedad cerebro vascular (ECV) es el deterioro motor concerniente fundamentalmente a la pérdida o limitación de funciones en el control muscular o del movimiento o limitación de la movilidad. ***Objetivo.*** Fundamentar la selección de escalas, indicadores y aspectos fundamentales de los que depende la elaboración de un instrumento para el diagnóstico motor en pacientes con ECV del estado Monagas, Venezuela. ***Métodos.*** La búsqueda se realizó en las bases de datos Free Medical Journals, Europe PubMed Central y Rehabilitation Measures Database utilizando los términos: outcome measure, assessment scale, outcome scale, functional outcome, funtional classification, tests, measurements, stroke scale y stroke measure. ***Resultados.*** Al menos 191 formas de medir el estado de los pacientes con ECV están descritas en la literatura, y unas 63 aparecen como forma primaria de medir el resultado de la rehabilitación. Las escalas seleccionadas para la evaluación funcional de paciente con ECV fueron Barthel index, Action research arm, Ashworth scale, y 10-Meter Walk Test. ***Conclusiones.*** Los criterios asumidos para la selección de las escalas de evaluación funcional fueron en primer lugar las propiedades psicométricas (validez y confiabilidad), tiempo promedio para la aplicación de las escalas, necesidades de entrenamiento

previo de los evaluadores, necesidades de equipamiento y mobiliario, y tipo de escala (compensación funcional, recuperación funcional, tono muscular) reportadas en la literatura científica.

Introducción

Los estudios poblacionales y epidemiológicos reportan que las enfermedades cerebro vasculares (ECV) constituyen, en la mayoría de los países, la segunda o tercera causa de muerte y uno de los problema de salud global asociados a las discapacidades adquiridas en adultos[1, 2]. En la mayoría de los pacientes que sobreviven a una primera ocurrencia de la enfermedad, las secuelas reportadas son usualmente el deterioro a largo plazo, las limitaciones en las actividades (discapacidad), y la inserción social (handicap)[3].

La afectación más común y ampliamente reconocida causada por una ECV es el deterioro motor concerniente fundamentalmente a la pérdida o limitación de funciones en el control muscular o del movimiento o limitación de la movilidad[3, 4]. En el 70-85% de los casos, la primera ocurrencia la enfermedad viene acompañada de una hemiplejia, y 6 meses después de iniciada la enfermedad solo el 60% de los pacientes con hemiparesia que recibieron rehabilitación, logran independencia funcional en las actividades de la vida diaria (AVD), como caminar pequeñas distancias y asearse[5].

El deterioro motor puede ser causado por enfermedades cerebro vasculares isquémicas o hemorrágicas en la corteza motora, corteza premotora, tracto motor, o asociadas a las vías cerebrales y del cerebelo[4]. La perdida de la capacidad afecta las habilidades de los individuos tanto para darle cumplimiento a las AVD como la participación social y afectiva del contexto familiar. La recuperación de las capacidades motoras dañadas pueden ocurrir por la activación de diversos mecanismos: restitución, sustitución o compensación[6]; asociados en más del 70% de los casos a la inclusión del paciente a un programa de rehabilitación (3-6 meses) con supervisión intra o extra hospitalaria[5].

En consecuencia con la incidencia de las ECV en la población mundial y su incremento en los últimos años (+ 12% entre 2000-2012)[7], las secuelas motoras asociadas a la enfermedad y necesidades de rehabilitación de la población

venezolana, la misión “Médica cubana” en Monagas, Venezuela, decidió incorporar al diagnóstico integral de salud en el censo poblacional 2013-2014 a profesionales de la actividad física colaboradores activos de la misión “Barrio adentro deportivo”. La primera tarea asignada al grupo de colaboradores cubanos de la misión “Barrio adentro deportivo” en el estado Monagas fue la elaboración de un instrumento de evaluación del deterioro motor de pacientes con ECV para ser incorporado al protocolo de diagnóstico integral.

El objetivo de este trabajo es fundamentar la selección de escalas, indicadores y aspectos fundamentales de los que depende la elaboración de un instrumento para el diagnóstico motor en pacientes con ECV del estado Monagas, Venezuela.

Métodos

Clasificación de las secuelas más relevantes

La recuperación motora después de una ECV es compleja y aún no han sido esclarecidos los pasos que siguen sus modos específicos. Muchas intervenciones terapéuticas han desarrollado tentativas de ayuda a la recuperación motora (recuperación del deterioro y funciones asociadas), o a la compensación funcional (recuperación de las funciones pero no del daño constitutivo y estructural)[3]. La Clasificación internacional de desempeño, discapacidad y salud (ICF, siglas en inglés)[8], define las cuatro categorías que más efecto tienen en los individuos con ECV: 1) patología: ictus isquémicos (≈ 80%), ictus hemorrágico (≈ 15%); 2) estructura y función corporal (deterioro); 3) actividad asociadas a factores contextuales: ambientales y personales (limitaciones); 4) participación social (restricción). Entre las actividades motrices afectadas más relevantes se encuentran: realización de tareas simples y múltiples, mantener postura bípeda, marcha, uso de transporte, vestirse, bañarse, prepararse la comida, comer y beber, y hacer las actividades del hogar[9].

Criterio de selección de las escalas

Las escalas para valorar el estado de los pacientes con afecciones neurológicas son instrumentos de evaluación que se usan para cuantificar el déficit neurológico, la valoración funcional y global o la salud referente a la calidad de vida. Algunas de ellas se consideran como instrumentos clinimétricos porque son usadas para

cuantificar la condición clínica de los pacientes[10]. Actualmente todas las escalas de evaluación utilizadas en neurorrehabilitación tienen limitaciones que impiden su uso extensivo; sin embargo, es posible seleccionar baterías de ellas que sean útiles para realizar ensayos clínicos[11]. Estudios realizados en pacientes con enfermedades cerebro vasculares han detectado variables de mayor valor pronóstico en la recuperación a largo plazo, tales como: los niveles de conciencia, fuerza muscular, paresia de la mirada, déficit del campo visual, y algunos aspectos del control postural y del lenguaje; mientras que los reflejos tendinosos profundos, el estado sensorial, la orientación y la memoria, tienen menos valor predictivo[12, 13].

La identificación de artículos relevantes incluyó inicialmente la revisión de títulos y resúmenes y luego la revisión completa de los artículos cuando estos cumplían los siguientes criterios de inclusión:

- artículos de revisiones sistemáticas y originales publicados en revistas con revisión por pares,
- que incluyeran participantes con ictus y/o hemiparesia causada por ictus.
- que reportaran claramente el objetivo de la medición de resultados específico para miembros superiores e inferiores, tronco, equilibrio, tono muscular – espasticidad y AVD, incluidos los artículos específicos para una de estas clasificaciones por separado,
- con reporte de la evaluación de las propiedades psicométricas de la medición de resultados,
- los que incluían participantes mayores 18 años de edad.

Estrategia de búsqueda

Se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos Free Medical Journals, Europe PubMed Central y Rehabilitation Measures Database. La búsqueda se realizó por título, palabras claves y contenido temático de los documentos utilizando los términos: outcome measure, assessment scale, outcome scale, functional outcome, funtional classification, tests, measurements, stroke scale y stroke measure. El objetivo de la búsqueda estuvo enmarcado en la selección de las escalas más robustas (calidad de los datos, asunción de la

escalas de evaluación, orientación, validez, confiabilidad y sensibilidad)[11, 14] y con mayor prevalencia reportada en ensayos clínicos y práctica terapéutica[15-17].

Resultados

Las escalas de evaluación funcional[11] fueron el tipo de escala más utilizadas para valorar las funciones motrices de los pacientes con ECV, su clasificación más extendida es: 1) medida de la recuperación funcional, y 2) medida de la compensación funcional[6, 18].

Al menos 191 formas de medir el estado de los pacientes con ECV están descritas en la literatura, y unas 63 aparecen como forma primaria de medir el resultado de la rehabilitación[16]. Las escalas con mejores propiedades psicométricas encontradas se relacionan en la Tabla 1.

Discusión

Algunos de los criterios que deben cumplir las escalas para valorar el déficit neurológico (también atribuibles a otras escalas) son: 1) deben ser simples y fácil de administrar, preferiblemente no debe pasar los 10 minutos[12, 19, 20]; 2) deben ser sensible a los cambios de estado del paciente, detectar las respuesta al tratamiento administrado[21, 22]; 3) debe estar probada su validez y confiabilidad[23] y en la medida de lo posible, ser inmune a la influencia del sexo, edad, cultura, idioma, región geográfica, educación, ocupación y clases social de los paciente[24].

Variables relevantes para la construcción de instrumentos de evaluación

Las puntuaciones de muchas de las escalas de medición del mismo tipo, a saber: las que evalúan una misma región corpórea (miembros superiores o inferiores, tronco) están altamente interrelacionadas estadísticamente. La fortaleza y consistencia de estas relaciones sugieren que la calidad de la escala de medición subyace a su diseño y construcción, y cualquiera de ellas pudiera ser apropiada para su uso clínico[25]. Por otra parte, es necesario considerar algunos factores que influyen en el proceso de administración de las escalas o la medición de alguno de sus componentes (indicadores, sub-escalas, o tareas sugeridas), como son: 1) equipamientos y mobiliario para la aplicación de las escalas, bien por el costo y disponibilidad para la adquisición en el mercado o las posibilidades operativas para su traslado (equipamiento portátil); 2) las necesidades de

entrenamiento específico, del personal que realizará la evaluación, asociado a un programa curricular de capacitación; y 3) el tiempo promedio necesario para la administración de escalas de evaluación funcional, al margen de la relación experticia o familiarización con los ítems de la escala y la disminución del tiempo de su aplicación.

Selección de escalas para la evaluación funcional de paciente con ECV

Utilizando los criterios para la construcción de un instrumento de evaluación de pacientes con ECV, se seleccionaron las escalas que fueron utilizadas en el diagnóstico integral de salud en el estado Monagas, Venezuela (Tabla 2).

Aunque las versiones más extendidas del Barthel index[15] son las de 10 ítems, se seleccionó una escala modificada a 5 ítems[26] con excelentes propiedades psicométricas y considerable reducción del tiempo de administración. Los ítems alimentación, vestirse, control de los intestinos y control de la vejiga contenidos en los Barthel index para 10 ítems fueron asumidos por escalas para el déficit neurológico y resultado global utilizadas en otra sección del diagnóstico integral administrada por neurólogos, fisiatras y enfermeros.

La Action research arm test es la escala de recuperación funcional con mejores propiedades psicométricas[27] reportadas en la literatura para evaluar la funciones de miembros superiores en cualquier momento del estado del tratamiento. Considerando que en pacientes con ECV, luego de un período de flacidez de miembros superiores e inferiores comienza la aparición de la espasticidad con un alto índice de prevalencia, se decidió integrar a la selección una escala para valorar el tono muscular, Ashworth scale[28]. La 10-Meter Walk Test[29] no cumple los requisitos psicométricos de las escalas que las anteceden pero ofrece información de autovalidismo, es fácil y breve de administrar, y se emplean pocos recursos para su aplicación.

Conclusiones

Los criterios asumidos para la selección de las escalas de evaluación funcional fueron en primer lugar las propiedades psicométricas (validez y confiabilidad), tiempo promedio para la aplicación de las escalas, necesidades de entrenamiento previo de los evaluadores, necesidades de equipamiento y mobiliario, y tipo de

escala (compensación funcional, recuperación funcional, tono muscular) reportadas en la literatura científica. Para un instrumento de evaluación compuesto por escalas de puntuación (escalas ordinales, de intervalo o relaciones) de diferentes tipos pudiera elaborarse una escala de puntuación final que integre las puntuaciones de las escalas seleccionadas.

Referencias

1. Lloyd-Jones D, Adams R, Carnethon M, Simone GD, Ferguson T, Flegal K, et al. Heart disease and stroke statistics-2009: a report from the American Heart Association Statistics Committee and Stroke Statistics Subcommittee. Circulation. 2009;119:e21-e181.
2. Miller EL, Murray L, Richards L, Zorowitz RD, Bakas T, Clark P, et al. Comprehensive overview of nursing and interdisciplinary rehabilitation care of the stroke patient: a scientific statement from the American Heart Association. Stroke. 2010;41:2402-48.
3. Langhorne P, Coupar F, Pollock A. Motor recovery after stroke: a systematic review. Lancet Neurol. 2009;8:741–54.
4. Warlow C, vanGijn J, Dennis M. Stroke: practical management. 3rd ed. Oxford: Blackwell Publishing; 2008.
5. Dobkin BH. Strategies for stroke rehabilitation. Lancet Neurol. 2004;3:528–36.
6. Levin MF, Kleim JA, Wolf SL. What do motor “recovery” and “compensation” mean in patients following stroke? Neurorehabil Neural Repair. 2009;23:313-9.
7. Organization WH. World health statistics 2014. WHO Library Cataloguing-in-Publication Data; 2014.
8. WHO. International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). 2001. http://www.who.int/classification/icf/en/.
9. Langhorne P, Bernhardt J, Kwakkel G. Stroke rehabilitation. Lancet. 2011;377:1693–702.
10. Asplund K. Clinimetrics in stroke research. Stroke. 1987;18:528-30.

11. Lyden PD, Hantson L. Assessment scales for the evaluation of stroke patients. Journal of Stroke and Cerebrovascular Diseases. 1998;7(2):113-27.
12. Hantson L, Keyser JD. Neurological scales in the assessment of cerebral infarction. Cerebrovasc Dis. 1994;4(suppl 2):7-14
13. Hantson L, Weerdt WD, Keyser JD, Diener HC, Franke C, Palm R, et al. The European Stroke Scale. Stroke. 1994;25:2215-9.
14. Administration FaD. Patient reported outcome measures: use in medical product development to support labelling claims. 2009 [updated 2009; cited 2015 agosto]; Available from: www.fda.gov/downloads/Drugs/GuidanceComplianceRegulatoryInformation/Guidances/UCM193282.pdf.
15. Quinn TJ, Langhorne P, Stott DJ. Barthel index for stroke trials : development, properties, and application. Stroke. 2011;42:1146-51.
16. Lees KR, Bath PMW, Schellinger PD, Kerr DM, Fulton R, Hacke W, et al. Contemporary outcome measures in acute stroke research: choice of primary outcome measure. Stroke. 2012;43:1163-70.
17. Sullivan JE, Crowner BE, Kluding PM, Nichols D, Rose DK, Yoshida R, et al. Outcome measures for individuals with stroke: process and recommendations from the American Physical Therapy Association Neurology Section Task Force. Phys Ther. 2013;93:1383-96.
18. Huang VS, Krakauer JW. Robotic neurorehabilitation: a computational motor learning perspective. J Neuroeng Rehabil. 2009;6:5. doi. 10.1186/743-0003-6-5.
19. Lyden PD, Lau GT. A critical appraisal of stroke evaluation and rating scales. Stroke. 1991;11:1345-52.
20. Candelise L. Stroke scores and scales. Cerebrovasc Dis. 1992;2:239-47.
21. Wright J, Feinstein A. A comparative contrast of clinimetric and psychometric methods for constructing indexes and rating scales. J Clin Epidemiol. 1992;45:1201- 18.

22. vanBennekom C, Jelles F, Lankhorst G, al-et. Responsiveness of the rehabilitation activities profile and the Barthel Index. J Clin Epidemiol. 1996;49:39-44.
23. Husted J, Cook R, Farewell V, Gladman D. Methods for assessing responsiveness: a critical review and recommendations. J Clin Epidemiol. 2000;53:459-68.
24. Adams HP. Trials of trials in acute ischemic stroke: The Humana Lecture. Stroke. 1993;24:1410-5.
25. Lang CE, Bland MD, Bailey RR, Schaefer SY, Birkenmeier RL. Assessment of upper extremity impairment, function, and activity following stroke: foundations for clinical decision making. J Hand Ther. 2013;26(2):104-15.
26. Hobart JC, Thompson AJ. The five item Barthel index. J Neurol Neurosurg Psychiatry. 2001;71:225-30.
27. Arlette-Doussoulin S, Rodrigo-Rivas S, Viviana-Campos S. Validation of “Action Research Arm Test” (ARAT) in Chilean patients with a paretic upper limb after a stroke. Rev Med Chile. 2012;140:59-65.
28. Lee K, Carson L, Kinnin E, Patterson V. The Ashworth scale: a reliable and reproducible method of measuring spasticity. Journal Neurological Rehabilitation. 1989;3:205–9.
29. Wade DT, Wood VA, Heller A, Maggs J, Langton-Hewer R. Walking after stroke. Measurement and recovery over the first 3 months. Scand J Rehabil Med. 1987;19:25–30.
30. Yozbatiran N, Der-Yeghiaian L, Cramer S. A standardized approach to performing the action research arm test. Neurorehabil Neural Repair. 2007;22:78-90.
31. Blackburn M, vanVliet P, Mockett SP. Reliability of measurements obtained with the Modified Ashworth Scale in the lower extremities of people with stroke. Phys Ther. 2002;82:25–34.
32. Kollen B, Kwakkel G, Lindeman E. Hemiplegic gait after stroke: is measurement of maximum speed required? Arch Phys Med Rehabil. 2006;87:358–63.

Tabla 1. Características de diseño y propiedades psicométricas de las escalas de evaluación funcional más robustas reportadas en la literatura.

Escalas	**Estructura corporal/función**	**Actividades**	**Confiabilidad**	**Validez**	**Recomendado para uso en ECV**
Fugl-Meyer assessment	Si	No	Rasch reliabilities (coefficients ≥ 0.92)	(r ≥ 0.93)	Si
Functional Independence Measure	No	Si	Equivalente r=0.92; Test-retest r=0.95	BI (ρ =0.7)	Si
Jebsen Taylor Arm Function Test	No	Si	Intergrupo ICC= 0.82-1.00	HMQ (r=0.59); r_s= 0.84-.97 con 9-Hole Peg Test; r_s= 0.87-.95 con ARAT	Si
Box &	No	Si	Intragrupo	r=0.92	Si

Blocks Test			ICC= sin estudios establecidos; Intergrupo ICC= 0.99; Test-retest ICC= 0.96.	con Fugl-Meyer; r=0.95 con ARAT	
Wolf Motor Function Test	Si	Si	Intergrupo ICC= 0.85-0.97; Test-retest ICC=0.94-0.99	r_s= 0.86 (FAS) con ARAT r_s= 0.89 (time) con ARAT	Si
Action Research Arm Test	Si	Si	Intragrupo r=0.99; Intergrupo r=0.98; Test-retest r=0.9.	r =0.91-.94 con Fugl-Meyer; r=0.96 con MAS; r=0.87 con MI.	Si
Barthel index	No	Si	Consistencia interna (α =0.80–0.89); Cohen *k*=0.46	Convergente r=0.84	Si
Nine-Hole Peg Test	No	Si	Intergrupo/Test-retest: r= 0.68-.99	r_s= 0.84-.97 con JTAFT r_s= 0.85-	Si

				.93 con ARAT		
Motor Assessment Scale	Si	Si	Intergrupo r=0.95 Intragrupo r=0.98	Convergente r=0,96 con ARAT	Si	

ARAT, Action research arm test; BI, Barthel Index; FAS, Functional Ability Score; JTAFT, Jebsen Taylor Arm Function Test; MAS, Motor Assessment Scale; HMQ, Michigan Hand Outcomes Questionnaire; MI, Motricity Index;

Tabla 2. Selección de las escalas para la evaluación funcional de pacientes con ECV

Escalas	**Tipo**	**No. ítems**	**Puntuaciones**	**Tiempo de aplicación**	**Equipamiento**	**Entrenamiento**
Barthel index (modificado)[26]	CF	5 ítems: transferencias, bañarse, uso de la taza del baño, escaleras, movilidad	Entre 0-3	10 min	Camilla, silla	Familiarización con la escala
Action research arm test[30]	RF	19 ítems agrupados en 4 subtests: agarrar, empuñar, pinzar y movimientos gruesos	4 puntos: 0 (sin movimiento) a 3 (movimiento normal)	10-15 min	Bloques, bolas, piedras, tubos	Familiarización con la escala
Ashworth scale[31]	Tono muscular	5 ítems: 2 ítems para miembros superiores, 3 ítems para miembros inferiores	6 puntos: 0 (tono muscular normal) a 4 (miembros rígidos en flexión o extensión)	< 5 min		Familiarización con la escala
10-Meter Walk Test[32]	CF	Tiempo mínimo de rendimiento en la marcha		< 5 min	Cronómetro y lienza	No

ARAT, Action research arm test; CF, compensación funcional; ICC, coeficiente de correlación intraclase; RF, recuperación funcional

Título: Deformidades ortopédicas de atletas universitarios del equipo de tiro deportivo, modalidad fusil.

Title: Orthopedic deformities of university athletes of the sports shot team, fusil modality.

Autor: Dr. C. Mayda Losada Robaina*, maydalr@inder.cu

Coautor: Maykel Guerra Robaina**, Entrenador, Especialista.

**Institución: ***UCCFD Manuel Fajardo

**CEAR "Cerro Pelado"

País: Cuba

Resumen

En este trabajo se realizó un estudio diagnóstico donde se evidencian las deformidades que están presentes en los atletas universitarios de tiro deportivo, modalidad fusil y se pudo constatar mediante la entrevista las molestias de tipo músculo esqueléticas que tenían. Este resultado posibilita brinda al entrenador, datos importantes para la planificación del entrenamiento deportivo. En correspondencia con el problema científico, las características del objeto de estudio y de los objetivos trazados utilizamos los métodos histórico lógico, análisis de documentos, entrevista y medición para desarrollar nuestra investigación. Nuestro objetivo es determinar las deformidades presentes en los atletas, lo que permitirá reorientar el proceso de entrenamiento de forma particularizada de manera que sea posible prevenir a tiempo padecimientos dolorosos, que pueden atentar en contra del rendimiento deportivo.

Palabras claves en español

- Cultura Física Terapéutica: es una disciplina independiente, que aplica los medios de la cultura física en la curación de enfermedades y lesiones, en la profilaxis de sus agudizaciones y complicaciones, así como para la recuperación de la capacidad de trabajo.
- Ejercicios Físicos: acto motor sistemático repetido, que constituye el medio principal para realizar las tareas de la educación física y el deporte.

- Postura: posición habitual del cuerpo del hombre, parado libremente, sin tensión muscular adicional alguna.
- Posición normal: distribución simétrica de las partes el cuerpo, en relación con la columna vertebral.
- Deformidades ortopédicas: son las desviaciones de la postura normal, pueden estar relacionadas con variaciones funcionales del aparato locomotor, que provocan la formación de relaciones reflejos condicionados viciosos, y fijan una posición incorrecta del cuerpo, haciendo que se pierda el hábito de la postura correcta.
- Profilaxis: trabajo de preservación que evita la aparición y progresión de las deformidades.

Summary

In this work a diagnostic study was carried out where the deformities that are present in the university athletes of sport shooting, modality rifle were evidenced and it was possible to verify through the interview the musculoskeletal discomfort that they had. This result allows the coach to provide important data for the planning of sports training. In correspondence with the scientific problem, the characteristics of the object of study and the objectives drawn, we use the logical historical methods, document analysis, interview and measurement to develop our research. Our objective is to determine the deformities present in the athletes, which will allow reorienting the training process in a particular way so that it is possible to prevent in time painful suffering, which may be detrimental to athletic performance.

Key words

- Therapeutic Physical Culture: it is an independent discipline that applies the means of physical culture in the cure of diseases and injuries, in the prophylaxis of its exacerbations and complications, as well as for the recovery of the work capacity.

- Physical exercises: repeated systematic motor act, which is the main means to perform the tasks of physical education and sport.
- Posture: habitual position of the man's body, standing freely, without any additional muscular tension.
- Normal position: symmetrical distribution of the body parts, relative to the spine.
- Orthopedic deformities: deviations from normal posture may be related to functional variations of the locomotor system, which cause the formation of vicious conditioned reflex relationships, and fix an incorrect position of the body, causing the habit of correct posture to be lost.
- Prophylaxis: preservation work that prevents the appearance and progression of deformities.

Introducción.

El Tiro Deportivo es un deporte eminentemente técnico, por lo que un elevado coeficiente de inteligencia, término medio o superior, permite primeramente comprender todos los requerimientos técnicos de la actividad. La importancia de este parámetro radica en la propia ejecución de la actividad.

Debemos tener en cuenta que las acciones en este deporte se realizan a intervalos, es decir, cada disparo es el final de un trabajo previo; esta característica propia del deporte conlleva, a que el Atleta debe ser capaz de analizar cada una de sus acciones, tanto técnicas como mentales, no solo al realizar el disparo como acción final, sino también en el transcurso de las acciones que anteceden al mismo, saber en qué momento exacto se encuentra, si debe detenerse, continuar o comenzar nuevamente. (Los ejercicios físicos con fines terapéuticos Tomo II.)

Se conoce que de la primera competencia de Tiro efectuada finales del siglo XIX hasta la actualidad los resultados han aumentado considerablemente debido fundamentalmente a los avances científicos.

En Cuba desde esa fecha se comenzó a practicar el Tiro Deportivo por los ciudadanos miembros de la clase dominante; o sea la Burguesía y miembros de los cuerpos represivos.

Este hecho hace que se consoliden desde el punto de vista deportivo, los campos de tiro militares de la Cabaña y Columbia (hoy Ciudad Libertad). Al mismo tiempo se comenzaron a formar los clubes de cazadores para el tiro con Escopeta. Tanto estas armas como los Fusiles, Revólveres y Pistolas eran generalmente de fabricación norteamericana, al igual que las normas de organización y competencias. La inscripción en el Club no era gratuita por lo que solo la minoría tenía la posibilidad de practicar este Deporte por lo discriminatorio y caro.

Después del triunfo Revolucionario de 1959, se abrió un nuevo camino en el desarrollo del Tiro Deportivo, el cual se hizo asequible a todos los ciudadanos. Permitiendo ello que nuestros atletas hayan obtenido resultados relevantes en la esfera internacional, dando muestra de sacrificio, abnegación y sobre todo amor al Deporte. Resultado que aspiramos a incrementar cada día mediante el aumento de los conocimientos y la investigación, lo que se persigue con este trabajo.

En nuestro país se promueve la práctica de la Cultura Física con fines Profilácticos y Terapéuticos, con el objetivo de que todos aquellos que sean portadores de alguna enfermedad utilicen el ejercicio físico como perspectiva al tratamiento de su padecimiento, ya que la formación multilateral y armónica del individuo constituye una necesidad vital.

La postura ocupa una posición fundamental, en lo que a estándares de belleza se refiere, de aquí los diversos estudios asociados a la figura humana a lo largo de los años. Por definición es la figura, situación o el modo en que está puesta una persona o cosa. Es entonces algo natural y cotidiano. Se ha podido determinar en gran medida los efectos negativos que para la salud implica el no cumplir con las normas más adecuadas que la definen, partiendo de que no todos le damos la real importancia y trascendencia que esta posee.

Diversos autores como Panzer D. y cols., citados por Christensen y consultados por Manzur, (2002), Popov (1988), Sherrington (1946), concuerdan de una forma u

otra con el pensamiento: “La mejor postura es aquella en la cual los segmentos corporales están balanceados en la posición para la óptima alineación y el máximo soporte, con la mayor movilidad posible. La postura óptima permite el movimiento sin dolor con un mínimo de gasto de energía y es un signo de vigor y control armonioso del cuerpo”.

La formación de cada una de las curvaturas de la columna vertebral en el hombre, se produce de forma escalonada. En los primeros meses de vida cuando el niño desarrolla la capacidad de levantar y mantener en alto la cabeza en posición de acostado al frente, se forma la lordosis cervical donde intervienen de una manera decisiva los músculos de la espalda y el cuello. La cifosis dorsal comienza su formación en el segundo semestre de vida, cuando se desarrolla la capacidad de pasar de la posición de acostado a la de sentado manteniéndose esta por tiempo prolongado. Posteriormente se forma la lordosis lumbar bajo la acción de los músculos que garantizan la conservación de la posición vertical del tronco y de las extremidades, mientras se permanece parado o en marcha.

Los patrones posturales son mantenidos por una compleja interacción de entradas propioceptivas, modificadas por los hábitos, el somatotipo, e incluso por factores psicológicos, como la autoestima. El factor cardinal de la postura es el tono muscular, que no es solamente la base de la adaptación postural, sino también la expresión de las emociones y de las actitudes. El Sistema Nervioso Central controla la postura y el movimiento mediante un mecanismo capaz de elegir, entre varias combinaciones posibles, una determinada combinación de músculos. (Losada, 2008).

En edades tempranas los escolares sufren cambios anatómicos y fisiológicos que influyen en su continua movilidad, entre los que cabe destacar la osificación del esqueleto que aún no termina, lo que favorece el proceso de instauración de deformidades en el sistema osteomioarticular. La columna vertebral tiene propiedades de resorte, que protegen al cerebro y la médula espinal contra las conmociones que se producen durante la marcha y los saltos, a la vez que le proporciona suficiente estabilidad y movilidad. Para que la columna vertebral pueda ejecutar sus funciones de forma económica necesita del conjunto de

músculos y ligamentos que la recubren, cuando este desarrollo no es armónico la formación de las curvaturas sufre variaciones.

Diversas causas por las que puede ser producida una desviación de columna vertebral han quedado registradas en múltiples investigaciones: el uso inadecuado de materiales escolares como mochilas, transportación incorrecta de libros, largas jornadas en el aula, ubicación de los medios audiovisuales, iluminación deficiente, tamaño de las aulas, ergonomía y estado del mobiliario escolar.

En el libro La Cultura Física Terapéutica, Popov (1988) plantea:"La estabilidad del cuerpo humano en posición vertical, de acuerdo con el grado de manifestación de las curvaturas fisiológicas de la columna vertebral, puede garantizarse según la posición de las extremidades inferiores." Si existen desviaciones en la columna vertebral estas pueden deberse a deformaciones en las extremidades inferiores, y lógicamente, si existen desviaciones en extremidades inferiores deben existir alteraciones en la columna vertebral.

Otro problema que está incidiendo sobre la formación de deformidades en la columna vertebral de los niños es el uso masivo de los medios audiovisuales, tanto los que se emplean en el proceso de enseñanza en la educación primaria como las tele clases y el uso de computadoras, como los que se utilizan en el hogar como videojuegos, unido a la larga permanencia de los niños en las aulas lo que los lleva a adoptar malos hábitos posturales.

El uso excesivo de los videojuegos se ha relacionado también con un mayor riesgo de desarrollar sedentarismo nocivo para la salud del niño que puede desencadenar la aparición de sobrepeso y obesidad, así como molestias en los ojos y dolores de cabeza. Debido a las posturas que se adoptan durante el juego pueden aparecer, también, dolores musculares o vicios posturales, muy perjudiciales en un organismo en crecimiento y se ha observado con frecuencia la aparición de molestias en la mano y muñeca por el desarrollo de tendinitis o inflamación en los tendones.

A lo largo de los años los tratamientos para corregir las desviaciones de la columna vertebral han ido evolucionando, son diversos y se relacionan con la severidad de la desviación. Abarcan desde los ejercicios correctivos para aquellos

pacientes que presentan posturas deficientes, hasta el uso de corsés y procedimientos quirúrgicos de gran complejidad para aquellos donde la deformidad es más grave. En los últimos casos también suelen utilizarse ejercicios terapéuticos como complemento, una vez que el paciente se encuentra apto para realizarlos. Sin embargo, respecto a la profilaxis de estos padecimientos muy poco se ha trabajado e investigado, se plantea que es necesario prevenir pero lo cierto es que las deformidades por causas adquiridas existen y no hay ningún plan o estrategia interventora destinada a que el número de estas disminuyan o evitar las mismas.

En el deporte del tiro deportivo se han realizado diversas investigaciones sobre aspectos técnicos en modalidades como Tiro rápido y blanco móvil, dirigidas sobre todo a la técnica y resultados deportivos; caracterización de los atletas de este deporte no se ha realizado por lo que consideramos importante realizar este estudio debido a la diversidad de modalidades que integran este deporte. Por lo que nos planteamos como:

Problema científico.

Desconocimiento por parte de los entrenadores y atletas de las deformidades ortopédicas que pueden estar presentes en los atletas de tiro deportivo.

Objeto de estudio:

Las deformidades ortopédicas en atletas universitarios de tiro deportivo.

Objetivo general.

Determinar las deformidades ortopédicas que pueden estar presentes en los atletas universitarios de tiro deportivo.

Objetivos específicos.

1. Estudiar los antecedentes teóricos y metodológicos del trabajo en la educación postural.
2. Clasificar apoyo plantar de los atletas universitarios de tiro deportivo.
3. Determinar desviaciones de la columna vertebral de los atletas universitarios de tiro deportivo.
4. Determinar alteraciones en extremidades inferiores de los atletas universitarios de tiro deportivo.

Metodología

La investigación asume un tipo de estudio mixto no experimental transeccional. Conformaron la muestra seis atletas universitarios masculinos del equipo nacional de fusil del deporte Tiro deportivo con edades comprendidas entre los 20 y 33 años y un promedio de edad deportiva de 14,7 años.

Para dar cumplimiento a los objetivos propuestos se emplearon varios métodos y técnicas de la investigación científica del nivel teórico el Histórico-Lógico y el Analítico – Sintético fundamentalmente y del nivel empírico la Entrevista que nos permitió obtener una importante información objetiva relacionada con el conocimiento que tiene los atletas sobre las deformidades que puedan tener y las molestias de tipo músculo esqueléticas que presentan. (Anexo No.1) y la Medición que nos permitió obtener información objetiva relacionada con las deformidades en la columna vertebral, en las rodillas y en los pies a través de la aplicación del examen postural y el plantograma que fue aplicado a la totalidad de los atletas.

Resultados

En la tabla No.1 se muestran las respuestas dadas por los atletas de la muestra en la encuesta realizada sobre aspectos relacionados con las posturas que adoptan en las diversas actividades que desarrollan en la vida diaria. Como podemos apreciar, contestaron de que conocían sobre el tema de las posturas sin embargo en la pregunta dos todos manifiestan que no le prestan la atención debida a la postura que adoptan al sentarte, y en la cuatro de filtro se puede apreciar la contradicción en lo que manifiestan en la pregunta dos, en las preguntas relacionadas a sus costumbres en el hogar, se aprecia que la mayoría no adoptan buenas posturas , y alegan que es debido a que las condiciones en su hogar no favorecen tampoco el llevarlas a cabo. Es importante destacar que casi la totalidad, conoce las consecuencias de adoptar malas posturas, por lo que se impone realizar trabajos dirigidos a concientizar en ellos la adopción de hábitos posturales adecuados.

Como apreciamos en la tabla No.2 podemos ver que no se presentaron casos de pie plano en la muestra estudiada y existe presencia de pie normal derecho e

izquierdo pero pertenecen a atletas diferentes, se dio en un porciento elevado la presencia de combinaciones de deformidades de los pies en los atletas. La mayor incidencia de deformidades en ambos pies estuvo entre las clasificaciones de normal cavo y cavo. Un atleta en el pie derecho tuvo la presencia de cavo fuerte. Por lo que podemos decir que encontramos en todos los atletas la presencia de deformidades lo que con diferentes categorías

En la tabla No.3 se observó que la rodilla vara es la de mayor incidencia con un 50 %; y solo una valga coincidiendo con estudios que revelan que el mayor porciento del sexo masculino presenta rodillas varas.

Cuando analizamos las deformidades de la columna vertebral en el plano sagital vemos en la Tabla No.4 que no hay presencia en la muestra de espalda plana ni cifótica; la lordótica un 17% y la cifolordótica un 67%, y en el plano frontal encontramos la escoliosis en el 83% de los casos.

Conclusiones

1. El estudio de los antecedentes teóricos y metodológicos nos permitió establecer los fundamentos de nuestra investigación quedando plasmados en el marco teórico.
2. Se determinó por medio de la entrevista que los conocimientos que sobre educación postural tenían los atletas de tiro deportivo modalidad fusil eran insuficientes.
3. En el estudio diagnóstico se detectó que existen incidencias de deformidades de los pies, presentado el pie cavo el mayor porciento, mientras que en las deformidades de la rodilla tuvo un mayor porciento las rodillas varas. La deformidad de la columna que más se presentó fue la espalda cifolordótica, teniendo un gran porciento y las escoliosis casi la totalidad de la muestra.

Referencias bibliográficas

Álvarez Cambras, R. (1986.) Tratado de Cirugía, Ortopedia y Traumatología. TomoII Editorial Pueblo y Educación, La Habana.

Armas Rivera, Roberto D. (1978) Rendimiento Motor en niños de 10 años. – Trabajo de Diploma; ISCF

Artículo de Infomed. Debilidad en la postura de los niños. Diagnóstico Precoz. Sin más datos de la fuente. Revisado y actualizado por Lic. M. del Castillo Zayas el 9 de junio del 2004

Artículo Infomed Medicina de Rehabilitación jueves 25/3/08)

Ávila Rodríguez, J Abelardo (2006), Investigación cualitativa y cuantitativa. Centro de Educación a Distancia, Universidad de Pamplona, Adobe Reader (epistemología pdf)

Bernbeck K. Ortopedia infantil, Editorial Alhabra. Madrid, 1957.

Berruezo, Pedro P., y otros. (1995). El cuerpo, el desarrollo y la psicomotricidad. Revista de estudios y experiencias. Nº 49 vol. 1. España.

Carballo Torres, Rolando R (1982) La práctica de la Educación Física y su importancia: La masividad del deporte, el deporte opcional, las competencias deportivas y otros. - En Seminario Nacional a Dirigentes, metodólogos e inspectores de educación: 1era. Parte. -- La Habana: MINED.

Colectivo del grupo Nacional de Áreas Terapéuticas de la Cultura física. (s/f) Los ejercicios físicos con fines terapéuticos Tomo I. Dirección de Propaganda. Unidad Impresora José A. Huelga INDER.

Colectivo del Grupo Nacional de Áreas Terapéuticas de la Cultura Física. (s/f) Los ejercicios físicos con fines terapéuticos Tomo II. Dirección de Propaganda. Unidad Impresora José A. Huelga INDER.

Domínguez García, Laura (2003) Psicología del desarrollo: adolescencia y juventud. Selección de lecturas. Editorial Félix Varela, Ciudad de la Habana. Cuba.

Ferreiro Gravié; R (1983).Anatomía y Fisiología del desarrollo e higiene escolar, La Habana, editorial Pueblo y Educación. T-I

Ferreiro Gravié; Ramón, Pedro Sicilia González. (1988). Higiene de los niños y adolescentes. Editorial Pueblo y Educación, 365p

García Morey, Aurora. (2003). Psicopatología Infantil Su evaluación y diagnóstico. Editorial Félix Varela, La Habana

González Caballero, Pedro (2002) Propuesta de un plan de ejercicios para incorporar a la clase de Educación Física de los IPU especiales de Ciudad de la Habana. Tesis de Maestría en CFT ISCF Manuel Fajardo.

Hernández Corvo, A. (2007) El movimiento Infantil. Editorial Deportes.

Hdez. Corvo R. (1986) Morfología funcional deportiva. La Habana, Ed. Científico Técnica.

Jordán, José R. (1979) Desarrollo humano en Cuba. / José R. Jordán. -- La Habana: Editorial Científico - Técnica.

Lavilla Royo, Francisco Javier. (2003) Los videojuegos y los niños Especialista en NefrologíaColaborador Clínico. Servicio de Nefrología Clinica Universitaria de Navarra Disponible en: http://www.cun.es/aicntic/dep21.html Consultado el 18 junio 2009.

Losada Robaina, Mayda (2003) Efectividad terapéutico rehabilitadora de un programa de ejercicios aplicado a pacientes de edad escolar (primaria y secundaria) afectados de deformidades en las extremidades inferiores y desviaciones en la columna vertebral. Tesis de Maestría en CFT ISCF Manuel Fajardo

Losada Robaina, Mayda (2008) Consideraciones sobre la importancia de una buena forma física. Publicado en La Bitácora del Dr. Ucha .Disponible en: http://ucha.blogia.com/-aspectos-psicologicos-de-la-forma-deportiva. Consultado *el 30 de octubre del 2008*

Manzur Rodés, Silvia del Carmen (2002) pruebas funcionales musculares para niños con desviaciones de la columna vertebral que asisten al área de CFT. Tesis de Maestría en CFT ISCF Manuel Fajardo.

O.M.S. (1986) Carta de Ottawa para la promoción de salud. Una conferencia internacional sobre la promoción de salud. Hacia un nuevo concepto de la salud pública. Ottawa.

Organización Mundial de la Salud. (2004). Constitution of the World Health Organization., Disponible en: www.who.int/about/definition/es/index.htm, Consultado el 14 de junio del 2016

Organización Panamericana de la Salud. (2006). Promoción de la Salud en las Américas. Disponible en: www.paho.org/spanish/D/DO302-prelim.pdf, Consultado el 4 de septiembre 2016.

Orientaciones Metodológicas Quinto Grado. Ciencias. (2001) Segunda edición corregida y aumentada. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, Cuba.

Orientaciones Metodológicas Quinto Grado. Humanidades. (2001) Segunda edición corregida y aumentada. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, Cuba.

Paz Hernández, Yinet (2005) Análisis del examen postural en alumnos de la escuela primaria José Martí. T. de Diploma. ISCF Manuel Fajardo.

Piaget, J Psicología y Pedagogía .documento en PDF 106 páginas creado el 4 de marzo del 2002

Pila Teleña, Augusto (1985) Educación Físico Deportiva. Enseñanza-aprendizaje. Didáctica. Editorial Augusto E. Pila Teleña S.A. Madrid.

Popov S.N. (1988). La cultura física terapéutica. La Habana, Ed. Pueblo y Educación

Prives, N. y otros (1995). Anatomía humana. Editorial Mir

Programas. Quinto Grado (2006) Tercera reimpresión Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, Cuba.

Revoredo Ramos, José Ángel y Rodríguez Verdura, Heriberto(2000) La enseñanza de las acciones motrices. Bases científico-metodológicasPonencia presentada en el I Congreso Cubano de Teoría y Metodología de la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo. Matanzas, Cuba. Disponible en: http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires Consultada el 24 de Abril de 2011

Samaniego, P. Devís, J. (2003). “La promoción de la actividad física relacionada con la salud. La perspectiva de proceso y de resultado”.

Revista internacional medicina en ciencias de la actividad física y el deporte. N˚ 10. Junio. Disponible en: http://cdeporte.rediris.es/ Consultado el 21 de Junio 2016

Vigostki, L.S (1987) Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. Editorial científico técnica, La Habana

Viña Brito, Silvio, Enrique Gregori (1987) Ergonomía .Manual de Prácticas de Laboratorio. Editorial Pueblo y Educación. Primera reimpresión Poligráfico Haydeé Santamaría.

Yankelévich, E. (1982) Cultura Física para niños (de tres a siete años). Editorial Ráduga. Moscú

Anexos.

TABLA No.1. Encuesta a los atletas

	PREGUNTAS	**Si**	**No**
1	¿Sabes que es postura corporal?	6	-
2	¿Sientes que le prestas la atención debida a tu postura al sentarte?	-	6
3	¿Crees que la mala postura trae malas consecuencias?	6	-
4	¿Eres consciente de tu buena postura al sentarte, estar de pie o al caminar?	2	4
5	¿Sabes algunas consecuencias de la mala postura?	5	1
6	¿Cuándo ves la televisión te sientas correctamente?	-	6
7	¿Cuándo te sientas en la mesa a comer, crees que lo haces correctamente?	1	5

TABLA No.2.

Deformidades de miembros inferiores (Pie).

	Plano		Normal		Normal Cavo		Cavo		Cavo fuerte		Cavo extremo	
pie	**D**	**I**	**D**	**I**	**D**	**I**	**D**	**I**	**D**	**I**	**D**	**I**
Cant.	-	-	1	1	2	3	2	2	1	-	-	-
%	-	-	17	17	33	50	33	33	17	-	-	-

GRÁFICO No 1

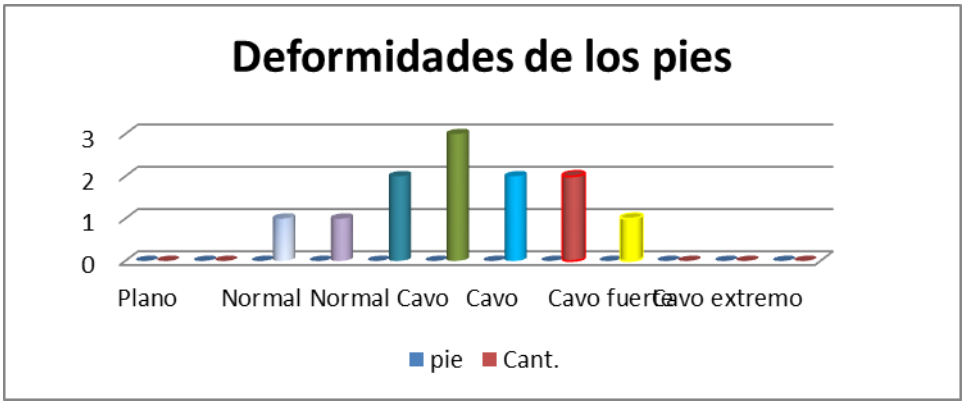


TABLA No.3.

Deformidades de miembros inferiores (Rodilla).

	Vara	Valga	Semiflexionada		Hiperextendida	
Rodilla			**D**	**I**	**D**	**I**
Cant.	3	1	-	-	-	1
%	50	17	-	-	-	17

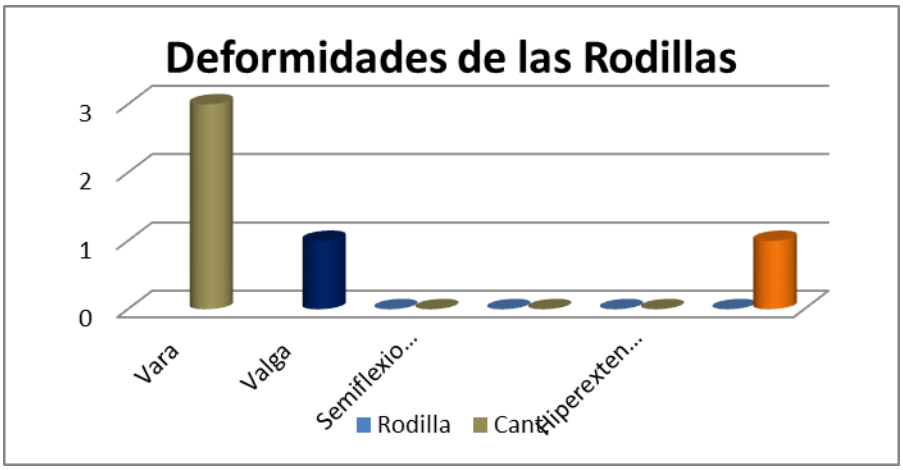
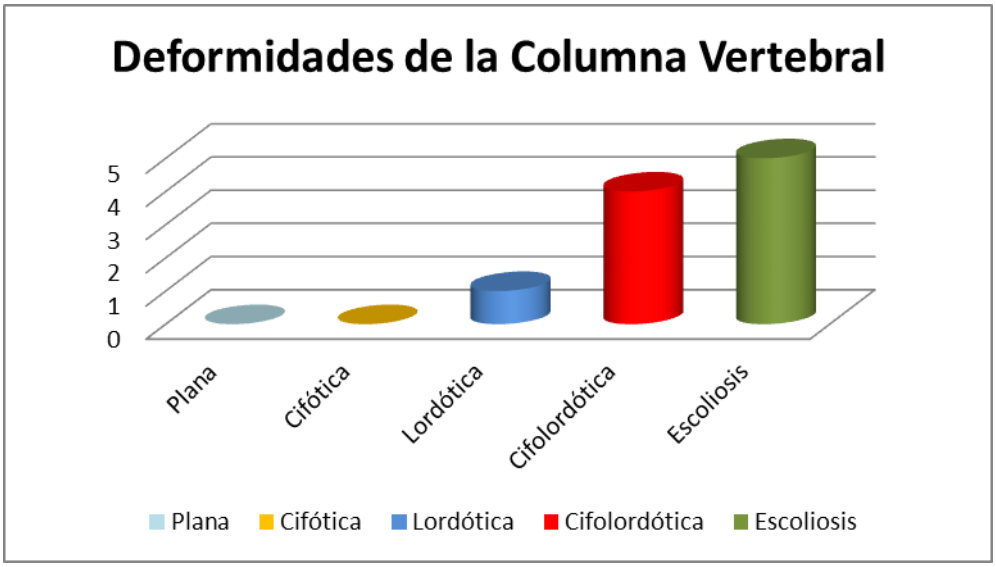


TABLA No.4.

Deformidades de la columna vertebral en plano sagital y frontal posterior según el sexo.

	Plana	Cifótica	Lordótica	Cifolordótica	Escoliosis
Cant.	-	-	1	4	5
%	-	-	17	67	83



Título: Desentrenamiento deportivo y glorias deportivas del Ecuador, un enfoque científico y transdiciplinar

Autores: Dr. C. Antonio Ricardo Rodríguez Vargas, chico4vb@hotmail.com

Dr. C Juan Miguel Peña Fernández, juanpena4w@yahoo.es

País: Ecuador

Resumen.

Desde el punto de vista científico ha quedado demostrado, que los hábitos saludables, contribuyen a elevar la calidad de vida, es por ello que en los últimos años, las autoridades gubernamentales de nuestro país, se hayan preocupado por este tema, lo que se materializa en los postulados del programa nacional del buen vivir.

Esto ha conllevado a que se eleve el nivel de concientización sobre las secuelas que ejercen los hábitos de vida en la salud de algunas glorias deportivas en el Ecuador, donde podemos mencionar como ejemplo al doble medallista olímpico Jefferson Pérez, que al culminar su vida deportiva activa, inició con este proceso de desentrenamiento. Que constituye un trabajo opuesto al del entrenamiento, es decir envés de incrementar progresivamente las cargas físicas, se van disminuyendo paulatinamente, con el objetivo de que el deportista, desde el punto de vista fisiológico, se acerque a los parámetros de una persona que no ha practicado deporte, Muchos se preguntarían ¿cómo avanza esta etapa que realiza el mejor deportista ecuatoriano de todos los tiempos? ¿Y porque no todos los deportistas que han pasado por el alto rendimiento y son glorias deportivas del país se sometieron a este proceso?

El desentrenamiento cumple los mismos principios del entrenamiento deportivo con algunas interpretaciones y direcciones diferentes, la ley de la adaptación biológica contempla los principios del entrenamiento deportivo como son: El esfuerzo, ciclicidad, especialización. Karpman(1989)

En este estudio se pretende conocer el grado de influencia en la calidad y estilo de vida de los deportistas glorias del deporte Ecuatoriano en diferentes deportes según su clasificación, a través de la valoración de indicadores médicos-clínicos-

físicos obtenidos a partir de sus historias clínicas durante la actividad y luego de ella a partir de quienes han realizado desentrenamiento y quiénes no, poder desde la parte transdisciplinar trabajar los especialistas en coaching deportivo, biomecánica, fisiología, medicina deportiva, entrenamiento deportivo, bioquímico, rehabilitador físico.

Nuestra investigación es explorativa, descriptiva, explicativa, micro sociológica, no experimental, de campo. Así pudo observarse que durante la práctica deportiva de las glorias deportivas los parámetros analizados no fueron normales, pero con muchas diferencias entre sí. A pesar de vivir en pleno siglo XXI, todavía hay quienes creen que el desentrenamiento es algo innecesario. “Durante los 100 años que llevamos de olimpismo y sin pecar de modesto, Ecuador no tiene un programa de atención. Entonces es lógico que aún no estemos acostumbrados a estas labores transdiciplinares.

Palabras Clave: Desentrenamiento, Glorias Deportivas de Ecuador, Calidad y estilo de vida, Transdiciplinar.

Abstract

From the scientific point of view, it has been demonstrated that healthy habits contribute to raising the quality of life, which is why, in recent years, the government authorities of our country, have been concerned about this issue, which materializes in the postulates of the national program of good living.

This has led to raising awareness about the aftermath of life habits in the health of some sports glories in Ecuador, where we can mention as an example the double Olympic medalist Jefferson Perez, who at the end of his active sports life , started with this process of detraining, which constitutes a work opposite to that of training, that is to say, instead of gradually increasing the physical loads, gradually diminishing, in order that the athlete, from the physiological point of view, to the parameters of a person who has not practiced sports Many would wonder how this stage progresses that the best Ecuadorian athlete of all time? And why not all athletes who have gone through high performance and are sports glories of the country underwent this process?

The de-training fulfills the same principles of sports training with some different interpretations and directions, the law of biological adaptation contemplates the principles of sports training such as: Effort, cyclicity, specialization. Karpman (1989)

This study aims to know the degree of influence on the quality and lifestyle of athletes glories of the Ecuadorian sport in different sports according to their classification, through the evaluation of medical-clinical-physical indicators obtained from their clinical histories during the activity and after it from those who have performed detraining and who does not, from the transdisciplinary side work the specialists in sports coaching, biomechanics, physiology, sports medicine, sports training, biochemist, physical rehabilitator.

Our research is explorative, descriptive, explanatory, micro-sociological, non-experimental, field. Thus it was observed that during the sport practice of the sports glories the analyzed parameters were not normal, but with many differences between them. Despite living in the 21st century, there are still those who believe that detraining is unnecessary. "During the 100 years of Olympism and without modesty, Ecuador has no program of care. So it is logical that we are not yet accustomed to these transdisciplinary tasks.

Keywords: Desentrenamiento, Glorias Deportivas de Ecuador, Quality and lifestyle, Transdisciplinary.

Introducción.

Estudios realizados por el autor, ha demostrado, que en las últimas décadas se incrementado, de manera alarmante, la cifra de glorias deportivas, que padecen de diferentes patologías, debido a la no fueron sometidos, a un proceso de desentrenamiento adecuado, que contribuya a la rehabilitación fisiológica y psicológica del organismo, después de varios años a las altas exigencias del proceso de entrenamiento, ocasionando en algunos casos hasta la muerte. Las altas exigencias del calendario,…competitivo internacional, la aplicación de métodos y sistemas inadecuados de entrenamiento y la carencia del personal

especializado en el control médico, en la mayoría de los equipos de alto rendimiento, constituyen las principales causas, que han incidido de forma negativa en el desarrollo de este proceso, que está íntimamente ligado a elevar la calidad de vida, de los deportistas, que hoy en día constituyen glorias de nuestro país.

El desentrenamiento es una actividad que no conduce al logro de resultados o medallas, sino a la preservación y extensión de la vida humana, desde un enfoque profiláctico. Su adecuada implementación enaltecerá los valores humanistas del movimiento deportivo ecuatoriano, que tiene como premisa fundamental la salud y la integridad del ser humano, como premisa esencial para elevar la calidad de vida, donde el papel del dirigente, entrenador y la familia es preponderante.

Con base en la literatura analizada, el desentrenamiento se conceptúa como la pérdida parcial o completa de las adaptaciones anatómicas, fisiológicas y de la perfomance, como consecuencia de la reducción o pérdida del entrenamiento. (Pereira, C. R., 2005).

Una de las limitantes que tenemos en nuestro país, para poder realizar este proceso con la rigurosidad científica que requiere, a partir del análisis un estudio longitudinal de la historia de vida, es que la ficha del deportista solamente recoge su historial deportivo, pero no los indicadores físicos,, fisiológicos, y clínica, ni los aspectos referentes a los indicadores de la carga (volumen e intensidad) a que ha sido sometido el atleta durante su vida deportiva en el alto rendimiento como parte de su preparación en los diferentes ciclos olímpicos, para la participación en campeonatos mundiales, panamericanos y sudamericanos, entre otros, así como las, lesiones y traumas sufridos, la presencia de enfermedades, patologías y una descripción de su estado psicológico. Cuando no se tiene estos elementos como punto de referencia en una investigación, el trabajo inicia con limitaciones.

Nuestra investigación está sustentada en la línea de investigación valoración de la condición física en relación con la salud, el entrenamiento y el rendimiento deportivo de la facultad de Educación Física, Deporte y Recreación de la Universidad de Guayaquil en la República del Ecuador.

Las ciencias aplicadas nos ayudan a concientizar mucho más al desentrenamiento desde un enfoque transdisciplinar, la Fisiología, Bioquímica, Biomecánica, Teoría y metodología del entrenamiento deportivo, Control médico, Psicología, Cultura Física Terapéutica y Coaching deportivo, coadyuvan a motivar a cada uno de los miembros y contribuir a la formación general e integral de los deportistas como entes activos de la sociedad , Con las técnicas que se presentan se facilita a los deportistas ser conscientes de su evolución, descubrir ritmo particular a medio-largo plazo, elaborando planes de acción personalizada y concreta para cada uno de las glorias deportivas.

Según (Collazo, 2006), en la concepción de principios se apelan a la especificidad de la actividad y se expresan en una dimensión multidisciplinar; atendiendo al desentrenamiento deportivo con un enfoque individualizado, los principios son específicos e inherentes al proceso y contemplan además dimensiones.

Cuando ya está tomada y ejecutada la decisión de culminar el ciclo competitivo, lo primero que se debe plantear es una planificación correcta de los trabajos, para obtener un proceso inverso con unos niveles de carga por debajo de los utilizados cuando estaba en actividad, decreciendo en frecuencia e intensidad, y aumentando los tiempos de descansos.

Deben utilizarse ejercicios cíclicos con el volumen superior a la intensidad, pudiendo realizarse actividades propias del deporte en cuestión, pero a modo de correcciones técnicas y por repeticiones, controlando además la frecuencia cardiaca porque no debemos olvidarnos que el corazón es un músculo y debemos prestarle por tal motivo una especial importancia a la edad y al nivel de entrenamiento logrado durante los años de actividad.

Desarrollo

Las reglas del desarrollo de la adaptación se entrelazan estrechamente con las regularidades de formación de los sistemas funcionales del ser humano, manifestado por Anojin, P, K (1980) y citado por Mistchenko y Col. (2002)

A los pocos días después de dejar de entrenar se produce un descenso importante de la función cardiovascular y del potencial metabólico muscular que coinciden con una reducción del rendimiento físico tanto a nivel submáximo como máximo.

El desentrenamiento deportivo es desarrollo inverso de la adaptación, el cual refleja las particularidades de los regímenes aplicados al entrenamiento. (Volkov.1990)

Para (Olgive y Taylor.1992). Es la Interrupción total del entrenamiento al final de la vida del atleta, es el momento donde deben insertarse a un régimen de vida normal que puede acarrearle problemas, constituyendo un acontecimiento doloroso para él.

(Navarro.1995) manifiesta que es el Tiempo en que permanecen los efectos producidos por el entrenamiento, efecto residual en los diferentes sistemas del organismo del deportista.

(Ruiz y Sánchez.1997). nos señalan que es la Quinta y última fase de la carrera del deportista que coincide con la interrupción total del entrenamiento al abandonar el atleta la carrera deportiva, constituyendo uno de los acontecimientos más dolorosos para ellos.

Proceso biometodológico dirigido a la disminución gradual de las cargas de entrenamiento y tensiones competitivas acumuladas en el organismo del atleta, basado en la realización de los ejercicios físicos sistemáticos orientados al mantenimiento de la capacidad del trabajo y al estado de salud del atleta con vistas al logro del equilibrio bioadaptativo del organismo al nuevo régimen de vida. (Porto.1998).

(Alonso.2000) nos manifiesta que es la etapa que comienza a partir del retiro como atleta activo, que consiste en el proceso médico-pedagógico mediante el cual el organismo del atleta va a eliminar toda la gran sobrecarga que ha ido

adquiriendo en las etapas de entrenamiento deportivo que ha desarrollado durante su vida como atleta élite de alto rendimiento.

(Alonso.2001) nos señala que es un Proceso pedagógico con un objetivo puramente médico-profiláctico para la salud, encaminado a la disminución paulatina, planificada y dosificada de la capacidad de trabajo orgánica-deportiva, con el objetivo de descargar o reducir en el atleta los efectos biológicos de las grandes cargas físicas a las que ha sido sometido durante un largo período de tiempo.

Mientras el autor de la investigación (Rodríguez A. 2016). Manifiesta que es Proceso transdisciplinario metodológico-pedagógico-profiláctico del deportista activo en su retiro, mediante la adaptación de una manera planificada y dosificada disminuyendo paulatinamente las grandes cargas adquiridas en su vida deportiva para así tener una mejor calidad y estilo de vida

Los principios del desentrenamiento son de gran importancia en el engranaje, ya que ayuda a orientar en la preparación del deportista y evita cometer errores más aún cuando el deportista deja de las altas exigencias del alto rendimiento, lo cual conlleva a serios problemas de salud, los principios son:

- Principio de la disminución progresiva de las cargas,
- Principio de la sistematización,
- Principio de la disyunción de la preparación general de la especial,
- Principio de la continuidad del proceso de desentrenamiento,
- Principio del declive ondulatorio de las cargas,
- Principio de la individualidad,
- Principio de la conciencia,
- Principio de carácter cíclico

Así mismo hay aspectos muy importantes que se deben tener en consideración para la adecuada aplicación de un plan de desentrenamiento:

Tipo de deporte. En dependencia del tipo de deporte se deben analizar sus exigencias, el tipo y magnitudes de las cargas, recordar que los sistemas funcionales no se recuperan de manera uniforme, sino de forma escalonada, también hay que valorar las estructuras más utilizadas para su ejecución.

Periodo y etapa de desentrenamiento, estas determinan la capacidad a desarrollar de cada deportista, no es lo mismo un boxeador, que un nadador, etc.

Edad cronológica del deportista retirado de la alta competencia, a medida que el atleta tenga más edad, estará más expuesta a lesiones, por lo tanto se debe tener una debida atención sobre los mismos para evitar estas consecuencias.

Nivel de preparación del deportista y edad deportiva, un deportista más preparado, asimila con mayor facilidad el entrenamiento por muy exigente que sea, el deportista que no tiene buena preparación no soporta las cargas altas, trayendo como consecuencia las apariciones de lesiones deportivas. Para asi ir planificando de acuerdo al principio de la individualización.

Individualidades del deportista, Es necesario conocerlas porque el trabajo se dirige hacia las estructuras que han sufrido lesiones antiguas, la profilaxis mediante los medios físicos están encargados en evitar las recidivas. También es necesario tenerlas en cuenta porque existen medios que aportan efectos no deseados, como por ejemplo más relajación que la esperada.

La importancia del grupo transdiciplinar en el desentrenamiento deportivo

Fisiología: Función del estudio del cuerpo humano con el propósito de describir y explicar los cambios funcionales que ocurren y así ver su aptitud física.

Bioquímica: Función de estudiar los casos metabólicos y fisicoquímico, bioquímico, neurohormonal del deportista

Biomecánica: Función del estudio del movimiento, que permite valorar la ejecución desde una interdisciplinaridad

Teoría y metodología del entrenamiento deportivo: Proceso de formación técnica, táctica, física, psicológica que se pone de manifiesto al servicio del deporte y deportista.

Control médico: Es la forma, método y procedimiento médico-deportivo en la cual se realiza controles biomédicos de laboratorios, exámenes clínicos, físicos y terreno que permiten diagnosticar el estado morfo funcional del deportista.

Psicología deportiva: Función importantísima que logra evaluar y controlar las emociones propias del deporte, garantizando una estabilidad emocional que permite asimilar de forma eficiente las cargas

Cultura Física Terapéutica: Disciplina medica independiente que aplica los medios del ejercicio físico en la atención de enfermedades, lesiones, afecciones, profilaxis y en la recuperación de la capacidad de trabajo del individuo

Coaching deportivo: Es un entrenamiento y un aprendizaje para que el deportista tome conciencia de su capacidad a través de sus metas y objetivos, focalice sus motivaciones y durante el proceso haga emerger su talento por medio del deseo para alcanzar lo que quiere, aplicando las herramientas necesarias para progresar en el camino adecuado integralmente.

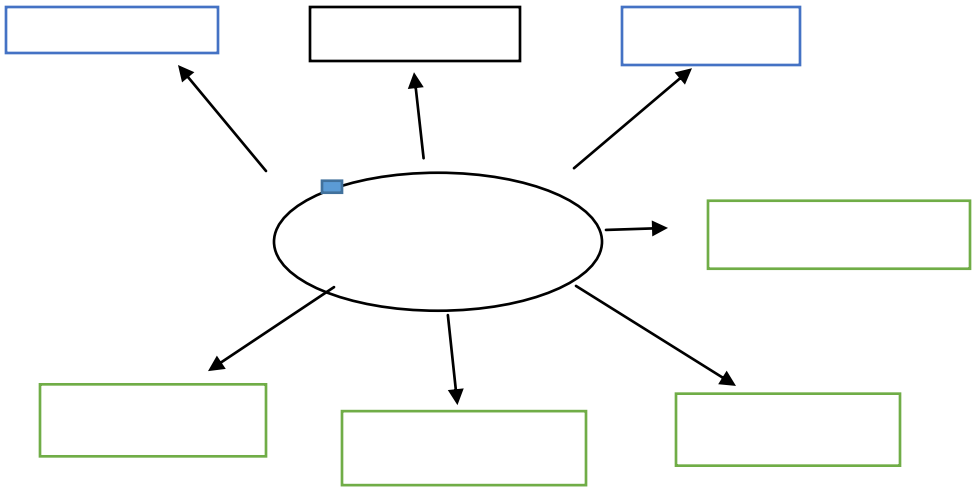
Métodos

La presente investigación se caracteriza por ser explorativa, descriptiva, explicativa, micro sociológica, no experimental, de campo; Como métodos para la recolección de datos se emplea la observación, la deducción, análisis y la síntesis.

Resultados

Antes de retirarse de deportistas activos:

Grafico 1 Deportes que practicaron los sujetos que fueron objeto de investigación



Respecto a la muestra de glorias deportivas sus edades fluctúan entre 35 a 60 años de género masculino y de diferentes deportes: un futbolista (30 años retirado), Un basquetbolista (5 años retirado), Un atleta (5 años retirado), Un

nadador (30 años retirado), Un pesista (10 retirado), Un boxeador (10 retirado), Un voleibolista (25 retirado), Un gimnasta (25 retirado).

Cuadro 2 cantidades de deportistas retirados que han sido sometidos al entrenamiento

Cantidad	**Desentrenamiento**	**No desentrenamiento**	**Total**
f	**7**	**18**	**25**
%	***33.4***	***66.6***	***100***

En nuestra investigación tomamos una muestra de 25 glorias deportivas, las cuales solo 7 deportistas retirados aceptaron nuestro trabajo transdiciplinar, lo que nos arrojo el 33,4% hacia nuestro trabajo, es arduo concientizar a dirigentes, entrenadores y deportistas que no hay que abandonar a la gloria deportiva al dia siguiente de su decisión de retirarse, sino llevarlo integralmente a concientizar la importancia de su calidad y estilo de vida.

Cuadro 3 Estado de salud de los deportistas durante su etapa activa deportiva.

Patologías	**Excelente**	**Muy buena**	**Buena**	**Total**
f	**3**	**2**	**2**	**7**
%	**43**	**28.5**	**28.5**	**100**

Las glorias deportivas en su etapa activa deportiva tuvieron excelentes resultados deportivos dentro de los ciclos olímpicos, como son juegos bolivarianos, suramericanos, panamericanos y olímpicos dentro de sus procesos clasificatorios y del orbe, pero no todos tuvieron ese cuerpo transdiciplinar; al interrogar y revisar expientes de cada uno nos dimos cuenta que solo 3 deportistas que dan un 43%

tuvieron una atención transdiciplinar, mientras 4 carecian de algunos especialistas para su parte integral. En conclusión no todos tenían la oportunidad en su vida activa de tener nutricionistas, psicólogos y más aún un seguimiento en cuanto a la preparación del deportista.

Después de retirarse las glorias deportivas:

Cuadro 4 Patologías que padecen los sujetos que fueron sometidos al estudio del desentrenamiento

Patologías	**Hipertensión arterial**	**Obesidad**	**Total**
f	**4**	**3**	**7**
%	**57.1**	**42.9**	**100**

Las glorias deportivas de nuestro estudio 4 padecían de hipertensión lo cual nos significó el 57,1% de la muestra y 42,9% restante que equivale a los 3 que padecían de obesidad, cabe recalcar que todos sufrían de insomnios, dolores musculares y articulares por tener un desorden integral en su vida, lo cual asocia distintas manifestaciones en el cuerpo humano que son toxicas.

Cuadro 5 Comportamiento de la evolución del deportista que padecen de obesidad que fueron sometidos a los estudios durante seis meses.

Periodos	Mes 1			Mes 3			Mes 6		
Escala de evaluación	B	R	M	B	R	M	B	R	M
f	0	0	3	1	2	0	2	1	0
%	0	0	100	33.3	66.6	0	66.6	33.3	0

la evolución de las glorias deportivas en nuestro estudio, observamos que significativamente fue mejorando los rangos asignados en cuanto a la obesidad. El primer mes el 100% que equivalía a 3 deportistas se sometieron a chequeos médicos, psicológicos, nutricionales, clínicos, físicos y buscaron mediante el coaching deportivo metas, objetivos y

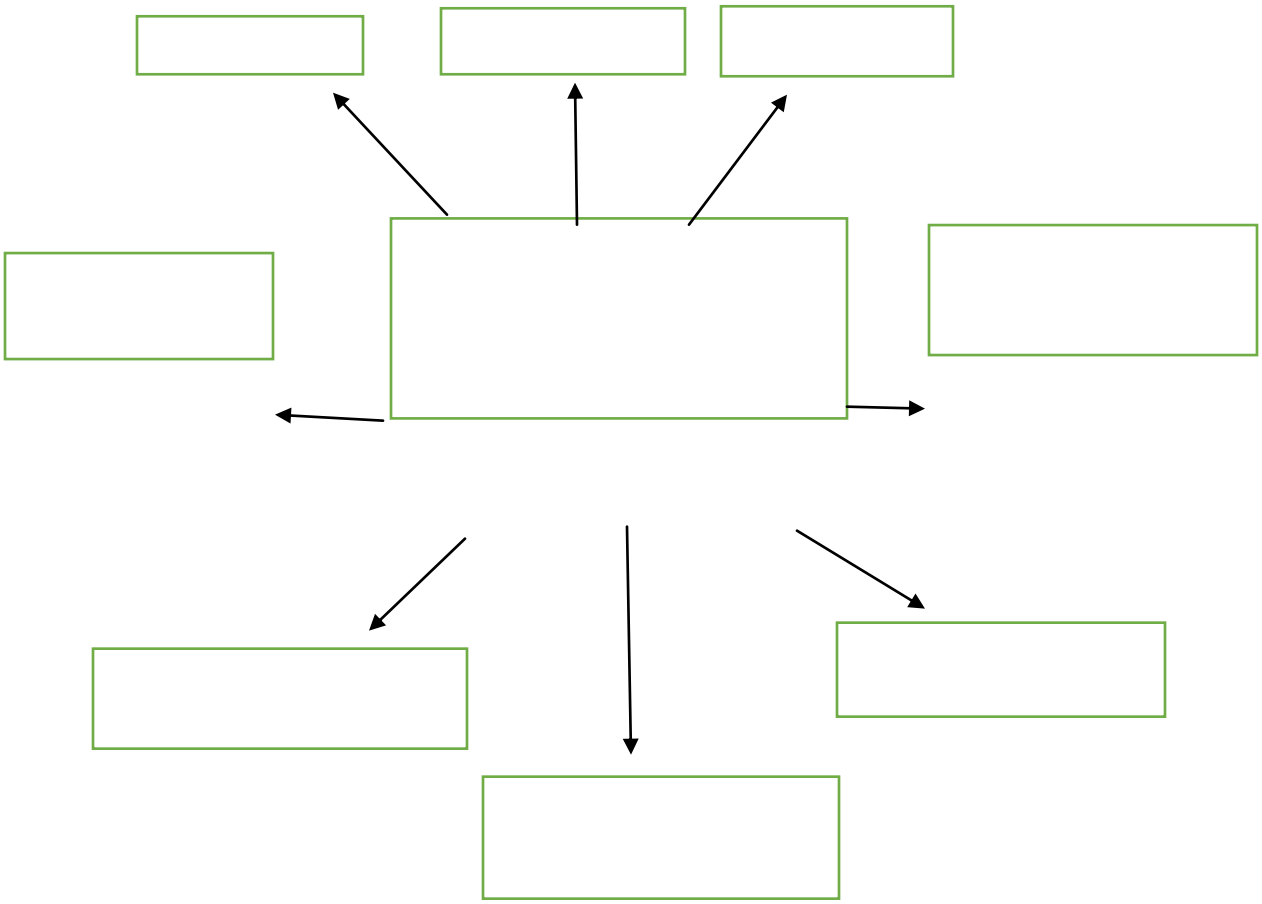
propósitos para la vida; Todo el proceso comenzó a ver sus frutos al tercer mes que se llevó una evaluación integral donde los rangos de bien equivalente a un deportista fue del 33,3% y de regular el 66,6% equivalente a dos deportistas; al sexto mes se tomó la última evaluación de nuestro trabajo arrojando el rango de bien el 66,6% equivalente a dos deportistas y de 33,3% de bien equivalente a un deportista; De forma general podemos concluir que los deportistas mejoraron significativamente dentro del proceso transdiciplinar, incitando a nuevos estudios para su análisis.

Cuadro 6 Comportamiento de la evolución del deportista que padecen de hipertensión arterial que fueron sometidos a los estudios durante seis meses.

Periodos	Mes 1			Mes 3			Mes 6		
Escala de evaluación	B	R	M	B	R	M	B	R	M
f	0	0	4	1	3	0	3	1	0
%	0	0	100	25	75	0	75	25	0

la evolución de las glorias deportivas en nuestro estudio, observamos que significativamente fue mejorando los rangos asignados en cuanto a la hipertensión. El primer mes el 100% que equivalía a 4 deportistas se sometieron a chequeos médicos, psicológicos, nutricionales, clínicos, físicos y buscaron mediante el coaching deportivo metas, objetivos y propósitos para la vida; Todo el proceso comenzó a ver sus frutos al tercer mes que se llevó una evaluación integral donde los rangos de bien equivalente a un deportista fue del 25% y de regular el 75% equivalente a tres deportistas; al sexto mes se tomó la última evaluación de nuestro trabajo arrojando el rango de bien el 75% equivalente a tres deportistas y de 25% de bien equivalente a un deportista; De forma general podemos concluir que los deportistas mejoraron significativamente dentro del proceso de hipertensión transdiciplinar, incitando a nuevos estudios para su análisis.

Grafico 7 Relación transdisciplinaria de las ciencias aplicadas al deporte para el desentrenamiento.



Podemos analizar la importancia de las ciencias aplicadas al deporte en todo el proceso transdiciplinar.

En el análisis de la presión arterial hubieron variaciones significativas en correspondencia a la sístole y diástole debido que en el que en el primer trimestre la mayoría presentaba presión alta debido a la falta de ejercicio físico, lo cual se

fue regulando con el programa transdiciplinar de desentrenamiento, asi mismo en el índice de masa corporal todos presentaban una obesidad, la cual fue regulándose en base al ejercicio físico moderado, el colesterol y la glucemia también fueron evidenciando grandes progresos, distinción que debemos darle a las capacidades físicas que ayudaron a la parte biológica a normalizarse.

Desapareció el dolor de músculos, insomnio, taquicardia, arritmia cardiaca y en especial se pudo atender por medio del coaching deportivo la parte afectiva potencializando lo físico, sicológico, social, laboral.

Conclusiones

En función del desarrollo teórico y el trabajo de campo a lo largo de la investigación podemos decir:

El análisis de los datos nos permitió que la actividad física regular, programada, individualizada mantiene a las personas dentro de los rangos o parámetros normales de la Fisiología, Bioquímica, Biomecánica, Teoría y metodología del entrenamiento deportivo, Psicología, Cultura Física Terapéutica y Coaching deportivo aportando beneficios para mantener la calidad y estilo de vida de acuerdo a su edad y género.

El habito de la actividad física planificada, controlada ayuda a prevenir y controlar los comportamientos de riesgos que afectan a la calidad y estilo de vida de las glorias deportivas ecuatorianas como muestra de estudio.

El desentrenamiento tiene una gran importancia no solo para el fortalecimiento de la salud del hombre, sino también para la prevención del proceso de envejecimiento.

Bibliografía

Ahonen, J. 1996. Kinesiología y Anatomía Aplicada a la Actividad Física. Editorial Paidotribo. Barcelona, España. 277p.

Alonso, R. Estructura organizativa metodológica para la formación de atletas élites. Revista Digital. Buenos Aires, año 5. No 27. Nov.2001

Álvarez, I. Investigación cualitativa y diseños humanísticos. Facultad De Ciencias Sociales. Departamento de Psicología. UCLV. Cuba. 1997.

Álvarez, I. Modalidades y modelos de investigación. Material de estudio. Curso de investigación científica. Santa Clara. 1998.

Arnold, R. 1990. La educación física en las enseñanzas medias. Teoría y Práctica. Editorial Paidotribo. Barcelona, España. 663p.

Bon, R. Diagnóstico del estado actual de los ex atletas élites de atletismo con factores de riesgo coronario. Trabajo de Diploma. ISCF Manuel Fajardo.2000.

Colectivo de Autores. 1993. Medicina Deportiva. Iatros Ediciones LTDA. Bogotá. Colombia. 3T.

Colectivo de autores. Ejercicios físicos y rehabilitación. ISCF. Manuel Fajardo. 2000.

Congle, Z. Incidencias de los trastornos de repolarización ventricular en deportistas cubanos de alto rendimiento. Trabajo de Diploma. 2000.

Correa, M. Caracterización de las enfermedades crónicas no trasmisibles en deportistas retirados atendidos en el Instituto de Medicina Deportiva de Cuba. 2001.

Escobar, E. Efectos del entrenamiento deportivo sobre el sistema regulador del efecto cardiaco. Tesis doctoral en Ciencias Biológicas. Cuba. 2002.

Forteza, A y Renzola, A. Entrenamiento deportivo. Otra metodología: Carga, estructura y planificación. Educación y Técnica. Cuba 2000.

Grosser, M. 1992. Alto rendimiento deportivo. Planificación y desarrollo. Ediciones Martínez Roca. Barcelona, España. 219p.

Hernández, R. 1992. Morfología funcional deportiva. Editorial Científico Técnica. Ciudad de La Habana, Cuba. 317p.

Karpman, U.L. 1989. Medicina Deportiva. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba. 280 p.

López, J. 1995. Fisiología del ejercicio. Editorial Médica Panamericana. Madrid. España. 289 p.

Makarov, V.A. 1989, et, al. 1989. Masaje Deportivo. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba. 175 p.

Popov, S.N. 1988. La Cultura Física Terapéutica. Editorial Radúga. Moscú. URSS. 276 p.

Salleras, L. Educación Sanitaria. Principios, métodos y aplicaciones. Editora. Días de los Santos. SA. Madrid. 1985.

Viru, A. 1995. Mecanismos de adaptación biológica y entrenamiento. Revista Entrenamiento Deportivo. España.

TÍTULO:

Efectividad de terapia celular en atletas y ex atletas con osteoartrosis en hombros y rodillas.

AUTORES:

Romero - Vidal Viviana, Alí - Pérez Niurka Aurora, Robinson – Rodríguez Rosa Julia, Palay - Despaigne Maricela Silvia, González – Ferro Idalia, Chávez – Gómez Tania, Cordovés - Morote Carlos Hubert, Naranjo - Abad Lisbey, Oliva – Peralta Aliuska, Ramírez – Ginarte Mavis, León - Munive Karenia, Dr. Elio Saldívar Álvarez.

RESUMEN

La medicina regenerativa útil regenerador del cartílago, se empleó en medicina deportiva de Santiago de Cuba para beneficiar el compromiso articular. Se realizó intervención con plasma rico en plaquetas (PRP) y células mononucleares de sangre periférica (CMN – SP) autólogos, a 12 atletas y ex atletas con osteoartrosis en hombro y rodillas. Medicina regenerativa del Banco de Sangre obtuvo el PRP semanalmente. En transfusiones del Hospital Provincial se descongelaron antes de la implantación, activándose al momento de su aplicación; se aplicó 7 ml intraarticular en ambas rodillas, en hombros 5 ml; durante tres semanas consecutivas. Las CMN previa valoración de hematología indicó la movilización hacia sangre periférica, obtuvo el concentrado el Banco de Sangre que envió a transfusiones del hospital el que descongeló antes de la implantación aplicándose 5 ml en hombro afecto y 7 ml para rodillas, proceder único que no llevó activación. Se realizó valoración clínica y radiológica por clasificación radiológica de Kellgren Lawrence. A los seis meses el 75% mostró buena respuesta al dolor por analgesia, el 83% con buena respuestas la desaparición de la mayoría de las alteraciones morfológicas y el 75% realización sin dificultad de la mayoría de las actividades funcionales en las regiones afectadas, el 58 % no experimento cambios de artrosis a los rayos x. Más del 50 % mostró buenas respuestas en las variables clínicas principales de respuestas al tratamiento, siendo satisfactoria la efectividad de la terapia celular hasta el periodo evaluado.

Palabras clave: medicina regenerativa, células madre, plaquetas, lesiones endeportista.

ABSTRACT

The regenerative useful medicine toregenerate of the cartilagehas been applied in Sport Medicine in Santiago of Cuba to benefit the articular commitment. Carried out intervention with molds rich person in blood platelets (PRP) and mononuclear cells of peripheral blood (CMN–SP) |autologous|, to 12 athletes and ex athletes with osteoarthrosis in shoulder and knees. Regenerative medicine was taken in the blood bank the (PRP) weekly. In transfusions of the provincial hospital it is defrosted before the implantation, by activating immediately of your application; it applied to him 7 ml |intraarticulate in both knees, in 5 ml shoulders;

during three consecutive weeks. The previous (CMN) valuation of hematology it indicated the mobilization towards peripheral blood, was taken at the center blood bank that sent to transfusions of the hospital the one which defrosted before the implantation by applying 5 ml in affectionate shoulder and 7 ml for knees, unique conduct that not took activation. Clinical and radiological assessments were carried out for radiological classification of Kellgren Lawrence. To the six 75% month's it showed good answer to the ache for analgesia, 83% with good answers the disappearance of most morphological alterations and 75% realization without difficulty of most functional activities in the affected regions, 58% not experiment changes of arthrosis to the x rays. More than 50%, showed good answers in the clinical main variables of answers to the treatment, being satisfactory the effectiveness of the cellular therapy until the evaluated period.

Keywords: Regenerative medicine, stem cells, blood platelets cells, injure in sportsmen.

INTRODUCCION

La artropatía degenerativa por osteoartrosis en articulaciones de hombros y rodillas, es la enfermedad que afecta a la gran mayoría de la población deportiva en la provincia. El accionar se emplaza en el Centro Provincial de Medicina Deportiva de Santiago de Cuba (CEPROMEDE), y el 90% del total de las consultas médicas, la incidencia y prevalencia de las patologías están dadas por lesiones deportivas trauma – ortopédicas y reumatológicas de partes blandas, resaltando las articulares causando significativas limitaciones en la persona tanto en el orden de su carrera deportiva como en la profesional laboral cotidiana.

Revisando bibliografías alrededor del 60% de las lesiones en el deporte corresponden a los tejidos blandos del sistema osteomioarticular, un 40 y un 50% tienen su origen en el sobreuso (microtraumatismo repetitivo). Los saltos, los diferentes desplazamientos o el constante movimiento en que se mantienen las articulaciones a la vez que reciben continuados microtraumas a repetición, las caídas, los golpes accidentales o por proyecciones tácticas y técnicas de las características propias de los distintos grupos de deportes: combate, fuerza rápida, velocidad, resistencia, juegos con pelotas y arte competitivo van destruyendo la integridad del cartílago durante las diferentes etapas del macro ciclo de entrenamientos, o durante su competencia fundamental y traen consigo la aparición de enfermedades degenerativas como la osteoartrosis.[1- 6]

Además se evidencia la no plenitud física de los adolescentes y jóvenes por cuanto no poseen la maduración ósea necesaria, para enfrentar eventos competitivos de magnitud; por un lado los entrenadores en la lucha por crear campeones y por el otro los padres en el afán de lucro o mejora familiar no advierten que los jóvenes sufren fuertes presiones físicas y psicológicas al exponerlos a la rigurosa exigencia del

entrenamiento deportivo; finalmente la consecuencia es desgaste prematuro de los componentes del sistema osteomioarticular.[6]

El deterioro del cartílago articular, parte que recubre los extremos óseos unidos causa la enfermedad degenerativa conocida comoosteoartrosis, producida por la alteración del cartílago, uno de los tejidos que forman las articulaciones, y origina la aparición de dolor, rigidez y en ocasiones la pérdida de su movimiento normal.[1-8]Resultados publicados de terapia regenerativa con efectividad, eficacia, y nuevos métodos terapéuticos como regenerador del cartílago, ha permitido que estos se puedan aplicar en la medicina del deporte, el que consideramos podría beneficiar a atletas y ex atletas pacientes, en los que ya existe un importante compromiso articular. [9 - 24]

MÉTODO

Se realizó un estudio de intervención terapéutica en el Centro Provincial de Medicina Deportiva de Santiago de Cuba, para evaluar la efectividad del plasma rico en plaquetas (PRP), y células madre mononucleares de sangre periférica (CMN – SP) apacientes atletas y ex atletas cumplido los 18 a 70 años de edad, con diagnóstico de artropatía degenerativa en la entidad de osteoartrosis en hombros y rodillas.

El universo incluyó todos los pacientes con enfermedad articular degenerativa osteoartrosis según la clasificación de Kellgren - Lawrence [3,7 - 9]con la condición para todos los pacientes del cumplimiento de los criterios de inclusión para la autodonación, el estudio preliminar en una muestra de 12pacientes

Técnicas y procedimientos utilizados para la investigación:

I. En la consulta de medicina regenerativa se realizó el interrogatorio, se descartaron antecedentes de enfermedades asociadas y sistémicas no compensadas, años de evolución de la enfermedad y examen físico del sistema osteomioarticular de articulaciones afectadas, se indicaron y evaluaron análisis de laboratorio de rigor, estudios radiológicos anteroposterior y lateral de las articulaciones afectadas, y se decidió la aplicación de CMN-SP o PRP autológos con el volumen necesario de acuerdo a los sitios de implantación.
II. Al servicios ambulatorios de medicina regenerativa del Banco de Sangre Provincial (SAMERSAC), los pacientes llegan cuando sea cumplido los criterios de inclusión y la firma del consentimiento informado.

    Los pacientes que se les implantó PRP se confeccionó la historia clínica de (SAMERSAC), se realizó los procedimientos técnicos y metodológicos para la obtención del PRP autológo y se procedió al método de implantación:

(SAMERSAC)obtuvo el PRP congelado por autodonación semanalmente mediante centrifugación, manteniéndose congelado a menos 30ºC en servicio de sangre a hospitales hasta su envió al servicio de transfusiones del Hospital Provincial Saturnino Lora Torres, En servicio de transfusiones del Hospital Provincial se descongelaron antes de la implantación después que se confirmaron la presencia de los paciente en el salón del Hospital, activándose al momento de su aplicación con 0.05 ml de cloruro cálcico al 10% por cada 1 ml del plasma rico en plaquetas y factores de crecimiento. Se aplicó 7 ml intraarticular en ambas rodillas, en hombros 5 ml; durante tres semanas consecutivas de forma ambulatoria, se aplicó en forma líquida en implantaciones intraarticulares. Se indicó reposo por 72 horas y fomentos fríos, 30 minutos cuatro veces al día.

Los que se les implantó (CMN – SP), previa valoración del especialista de hematología el que indicó la movilización de (CMN) hacia sangre periférica tres días consecutivos antes de la autodonación, con el FEC-G (Leucocim o Hebervital) subcutáneo de la siguiente forma:
Día -2: FEC-G 10µcg/kg de peso, subcutáneo a las 8:00 pm.
Día -1: FEC-G 10µcg/kg de peso, subcutáneo a las 8:00am y 8:00 pm.
Día 0: FEC-G 10µcg/kg de peso, subcutáneo a las 6:00 am.
Día 0: En SAMERSAC se realizó el conteo de leucocitos a las 7:30 am
Si el conteo de leucocitos resultó mayor de 20 x 10^9/l se procede a la autodonación a las 8:30am.
Si el conteo de leucocitos es menor de 20 x 10^9/l se pospondrá la autodonación hasta el día siguiente repitiendo dos nuevas dosis de FEC-G. Este último proceder no fue necesario en los que aplicamos el tratamiento.

Se confeccionó la Historia Clínica de SAMERSAC, se realizó los procedimientos técnicos y metodológicos para la obtención del concentrado de (CMN-SP) y se procedió al método de implantación:
(SAMERSAC) obtuvo el concentrado (CMN-SP) que conservó en refrigeración durante 24 horas hasta su envió al servicio de transfusiones del Hospital Provincial Saturnino Lora Torres previo al día de la implantación, conservó el concentrado de CMN-SP en refrigeración a 4ºC, después que se confirmó la presencia de los paciente en el Salón del Hospital Provincial Saturnino Lora Torres se descongeló antes de la implantación, el médico que implantó aplicó 5 ml en hombro afecto y 7 ml intraarticular en ambas rodillas, el resto del volumen obtenido se administró por vía endovenoso lento, se aplica en forma líquida en implantación intraaricular, sin ninguna adición o activación, este proceder es único y se realiza de forma ambulatoria. Se indicó reposo por 72 horas y fomentos fríos, 30 minutos cuatro veces al día.

En la consulta de Medicina Regenerativa se evalúo clínica y radiológicamente a los pacientes determinándose el tiempo de mejoría, el seguimiento se realizó hasta el sexto mes al post implante.

Técnicas empleadas para la implantación de CMN-SP y PRP en las articulaciones:

- Se utilizó vía de acceso intraarticular (lateral –externa o espacio subacromial), o la vía (anterior) para la implantación de hombros según su facilitación, jeringuillas de 10 ml y aguja intramuscular calibre 21.
- Para la implantación intraarticular de rodillas: vía femorotibial (lateral externa) o (lateral interna), jeringuillas de 10 ml y aguja intramuscular calibre 21.

Los resultados se evaluaron en la primera consulta al mes, 3 y 6 meses después de la terapia celular mediante:

Variables de respuesta al tratamiento:

A.- Variables principales de respuestas.

B.- Variable secundaria de respuesta.

A.-Variables principales de respuestas: clínicas incluye:

1.- **Dolor:** por Escala Analógica Visual (EVA) descrita por primera vez por Hueskisson (1974), describe 10 unidades de intensidad de dolor, donde los números más bajos indicaban mejor estado de la articulación afectada. (0): Analgesia o ausencia de dolor; (1-3) Dolor ligero o leve;(3-5) Dolor moderado; (5-7) Dolor intenso; (7-10): Dolor severo.

2.- **Alteraciones morfológicas**: evaluó al examen físico alteraciones encontradas en la zona específica afectada, dadas en las siguientes categorías: anomalías de elementos óseos; atrofias muscular; tumefacciones; derrame o presencia de líquido; aumento de la temperatura local; alteración en la coloración de la piel; crepitación o crujido articular; inestabilidad articular; trastornos de la marcha en afectación de rodilla, claudicación u otro trastorno.

3.-**Alteraciones de la actividad funcional de la articulación afectada:** se evaluó mediante las siguientes categorías:

Para hombros: llevar la mano a la boca; llevar la mano detrás de la espalda; llevar la mano a la cabeza y detrás de la oreja (peinarse); levantar, coger y lanzar implementos deportivos:

Para rodillas: marcha del paciente en terrenos irregulares o planos; el salto; la carrera: subir y bajar escaleras: posición de sentado en asientos bajos que obliguen la flexión mantenida, patear pelotas; giros sobre la marcha; carrera en distintas direcciones; largas caminatas.

Los resultados de respuestas al tratamiento post última implantación: la respuesta se midió según la recuperación clínica del dolor, de las alteraciones morfológicas y las alteraciones de la actividad funcional de la articulación afectada de los pacientes, se registró las siguientes categorías:

Buena: desaparición del *dolor* a partir de la tercera o cuarta semana post implantación, que se mantenía hasta más del mes después de la lesión con o sin tratamiento previo; *alteraciones morfológicas* desaparición o mejoría de todas o la mayoría de las encontradas al examen físico específico de la zona afectada; *alteraciones de la actividades funcionales* realización de la mayoría o al menos la mitad de estas actividades descritas para estas regiones sin dificultad, que se mantenían sin poder realizar hasta más del mes después de la lesión con o sin tratamiento previo.

Regular: disminución del *dolor* espontáneo o al esfuerzo en relación con el existente antes del procedimiento. Claudicación ocasional; *alteraciones morfológicas* desaparición o mejoría sólo de algunas de las alteraciones encontradas al examen físico específico de la zona afectada*; alteraciones de la actividades funcionales* realización de al menos 1 o 2 de las actividades descritas para estas regiones a partir de la tercera o cuarta semanas post implantación.

Mala: dolor no obtención de al menos respuesta regular; *alteraciones morfológicas* no experimenta cambios, presenta agudización de los síntomas u otros nuevos: *alteraciones de la actividades funcionales* no obtención de al menos respuesta o regular.

Resultado de las variables clínicas principales de respuestas al tratamiento post última implantación: se registró las siguientes categorías:

Satisfactorio: cuando las tres variables clínicas principales de respuestas al tratamiento: el dolor, las alteraciones morfológicas y las actividades funcionales de la zona afectadas ofrecen resultados de buena o regular respuesta, o al menos unas de ellas ofrecen resultados de buena respuesta al tratamiento post última implantación en cualquiera de las evaluaciones en el año de aplicación de la terapia.

No satisfactorio: respuestas negativas de las tres variables clínicas, el paciente no experimenta cambios en ninguna de las variables principales de respuestas al tratamiento: dolor, alteraciones morfológicas y las actividades funcionales de la zona afectadas, o presenta agudización de los síntomas u aparición de otros nuevos en cualquiera de las evaluaciones en el año de aplicación de la terapia.

Hipótesis formulada para el criterio de efectividad: se consideró positiva la efectividad de la terapia celular aplicada a los atletas y ex atletas con artropatía degenerativa en hombros y rodillas, cuando del total de los implantados con los productos celulares, mostró el 50 % o más de respuesta satisfactoria en la variable clínica principal de respuestas al tratamiento en cualquiera de las evaluaciones del periodo evaluado.

B.-Variable secundaria de respuesta: radiológica incluye:

Rayos x: pre y post a la implantación de la terapia celular en los meses evaluados igual a la evaluación clínica. Se indicó en la articulación afectada (vista antero-posterior y lateral), evaluó presencia de osteoartrosis, en (hombros y rodillas), nos auxiliamos de la escala de Kellgren y Lawrence, [3, 7-9]que evalúa los grados de osteoartrosis observados en los rayos x. Grado 0: (normal), grado 1: (dudoso) o impresiona estrechamiento mínimo del espacio articular. Posible osteofitos; grado: 2: (Leve): estrechamiento del espacio articular. Osteofitos, grado 3: (moderado): estrechamiento del espacio articular. Osteofitos. Leve esclerosis. Posible deformidad de los extremos del hueso, grado 4: (grave), marcado estrechamiento del espacio articular. Abundantes osteofitos. Esclerosis grave, deformidad de los extremos del hueso.

Resultado de la respuesta al tratamiento post última implantación: se registró las siguientes categorías:

Buena: desaparición de los cambios degenerativos, ligero aumento del espacio intraarticular y disminución de los osteofitos marginales en cualquiera de las evaluaciones de aplicación de la terapia.

Regular: disminución o mejoría de los cambios degenerativos, ligero aumento del espacio intraarticular y disminución de los osteofitos marginales en cualquiera de las evaluaciones de aplicación de la terapia.

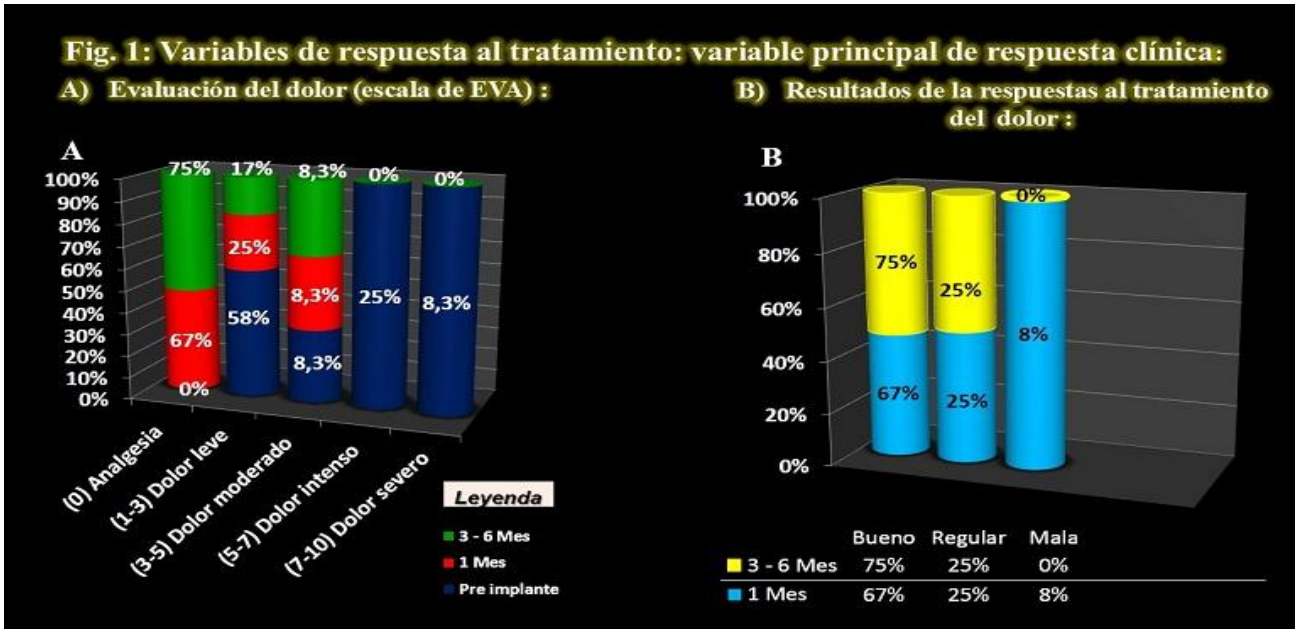
No cambios radiográficos: no variación o aumento de los cambios degenerativos, espacio intraarticular y de los osteofitos marginales en cualquiera de las evaluaciones de aplicación de la terapia.

RESULTADOS

La evaluación de las variables de respuesta al tratamiento en los pacientes estudiados al inicio, al mes, tercer y sexto mes después del implante se muestra en los siguientes gráficos:

Fig. 1. A y B). La evaluación y respuesta al tratamiento del dolor:

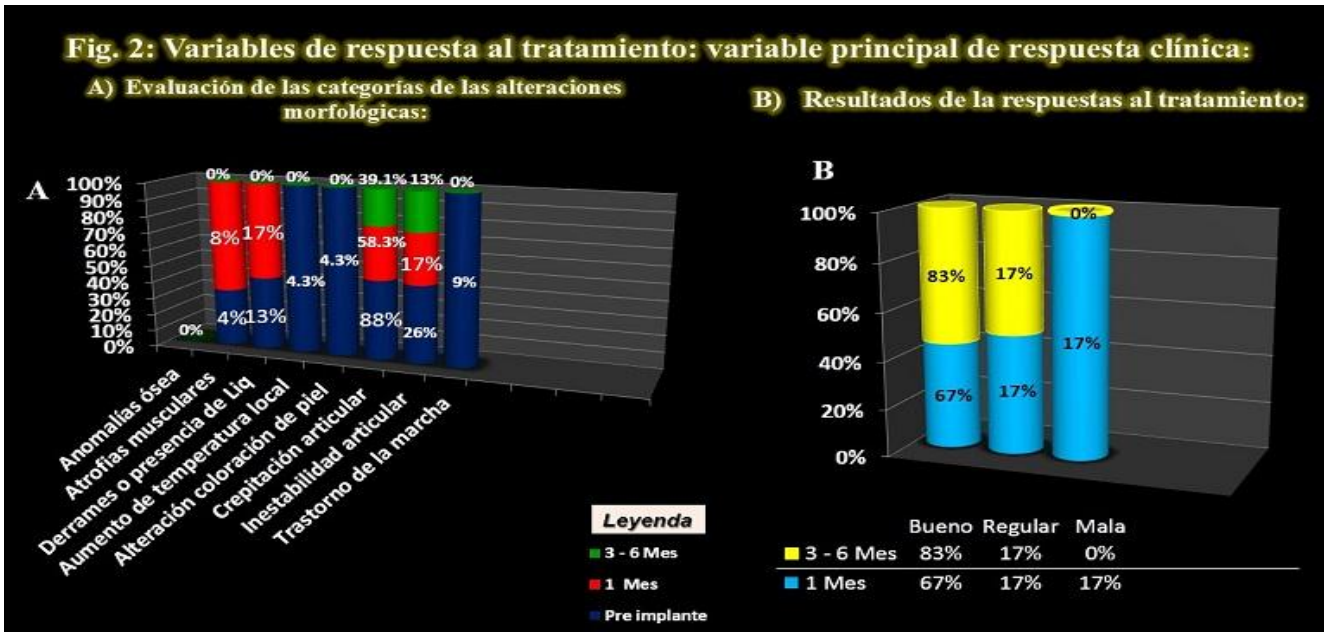
A) Pre implante de12 pacientes evaluados, 7 para el 58 % predominó el dolor leve al inicio del estudio. B). Al os 6 meses la mayor parte evolucionaron a la analgesia, 9 pacientes para el 75 % mostraron buena respuesta al tratamiento del dolor al desaparecer el síntoma que aquejaban y que mantenían hasta más del mes sin mejoría; con respuesta regular 3 pacientes para el 25 % por disminución del dolor en los aquejados del dolor intenso y severo; y con mala respuesta el 0%de los casos ya que ninguno expreso la no obtención de al menos respuesta regular.



Fuente: Planilla de recolección de datos de pacientes atendidos en consulta de medicina regenerativa.

Fig. 2. A y B). La evaluación y respuesta al tratamiento de las alteraciones morfológicas:

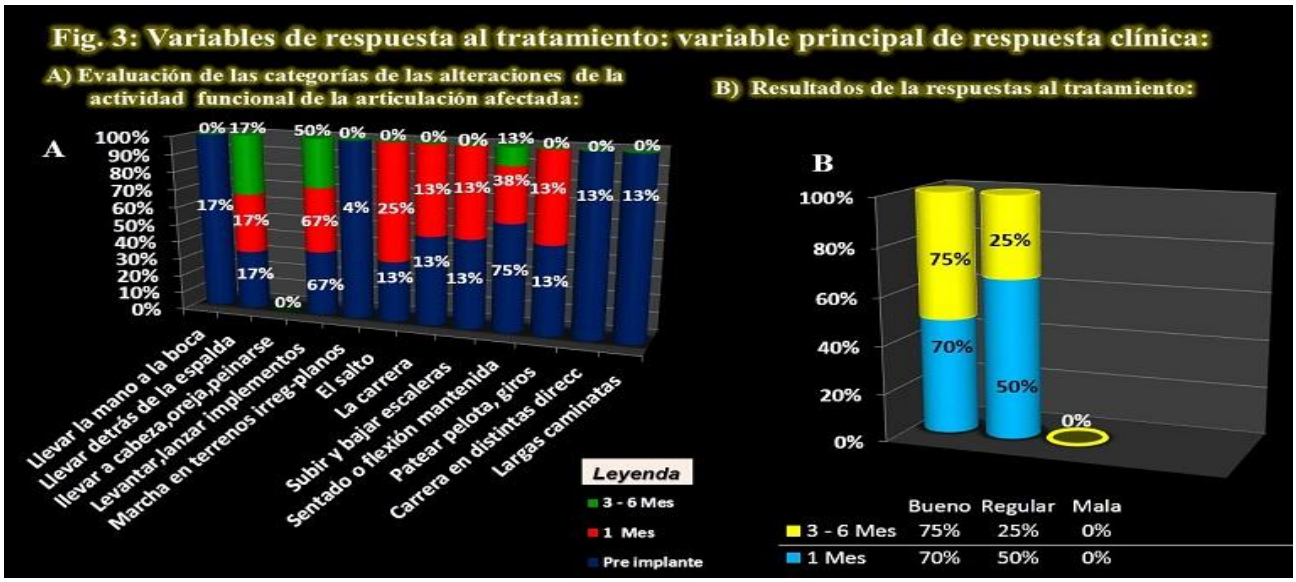
A) Pre implante7 categorías de alteraciones morfológicas fueron evaluadas al examen físico en las zonas afectadas; predominó la crepitación articular con9 pacientes para el 88%; luego estuvo la inestabilidad articular con 6 para el 26%; los derrames fueron los siguientes con 3 para el 13% al inicio. B).Al sexto mes del post implante, la respuesta al tratamiento buena en 10 pacientes para el 83%, por desaparición o mejoría de la mayoría de las alteraciones morfológicas, 2 pacientes para el 17% con regular respuesta por desaparición o mejoría sólo de algunas de las alteraciones, y con mala respuesta el 0 %, ya que ninguno manifestó no experimentación de cambios, ni agudización de los síntomas u aparición de otros nuevos.



Fuente: Planilla de recolección de datos de pacientes atendidos en consulta de medicina regenerativa

Fig.3. A y B). La evaluación y respuesta al tratamiento de la actividad funcional:

A) Pre implante12 categorías de alteraciones de la actividad funcional fueron las evaluadas en las regiones afectadas; predominó para las de hombros la afectación de la actividad de coger, levantar y lanzar los implementos deportivos a medianos y grandes esfuerzoscon4 para el 67%. En rodillas posición de sentado en asientos bajos que obligan a la flexión mantenida, 6para el 75% fue la más manifiesta con dificultad para su realización. B) Al sexto mes resultó buena la respuesta al tratamiento en 9 pacientes para el 75 %, al realizar sin dificultadla mayoría de las actividades descritas en las regiones; con respuesta regular3 pacientes para el 25 %los cuales mantuvieron 1de esta actividad cada uno realizándola con dificultad en su actividad deportiva, y con mala respuesta al tratamiento el 0 %, ninguno manifestó la no obtención de al menos una respuesta regular, la mayoría de las alteraciones funcionales desaparecieron.

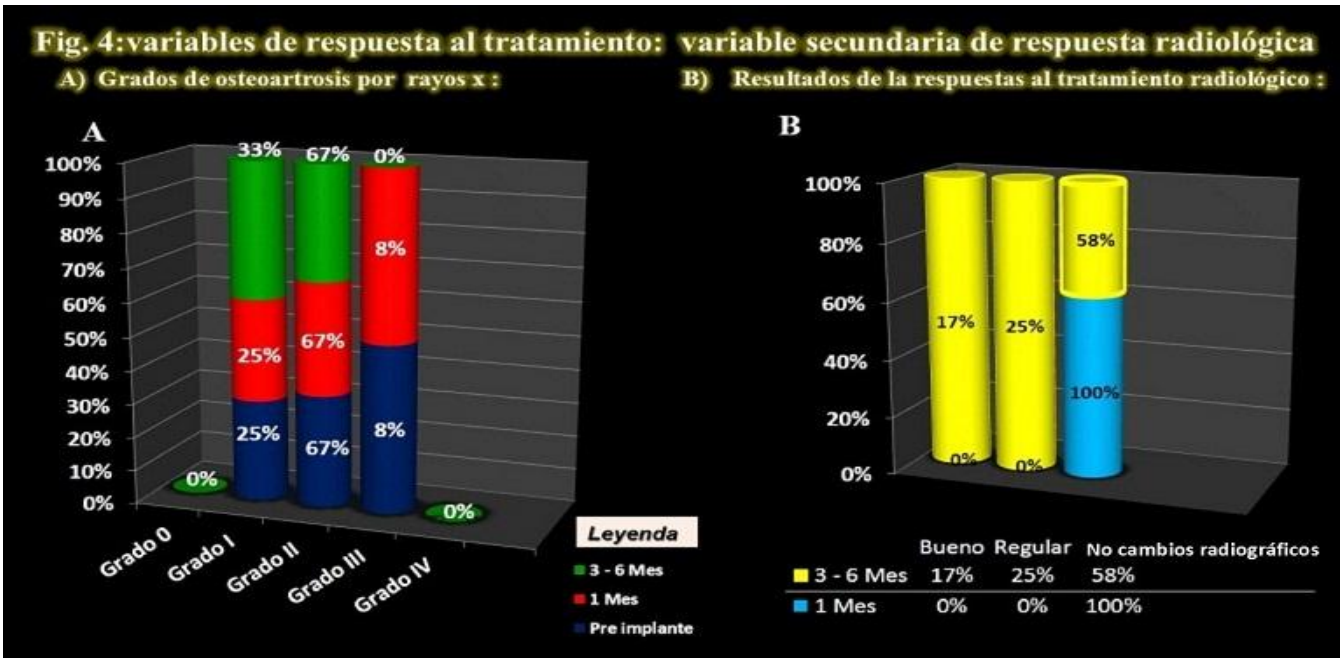


Fuente: Planilla de recolección de datos de pacientes atendidos en consulta de medicina regenerativa

Fig.4.A y B. La evaluación y respuesta al tratamiento de los rayos x:

A). De 12 pacientes al pre implante de ambas regiones, 8 para el 67% predominó el grado II (Leve) de osteoartrosis; al primer mes no hubo variación radiológica para todos los grados; al tercer y sexto mes el grado II continúo predominando debido a que un PRP en hombros evolucionó de grado II a grado I, y otro hombro con CMN – SP evolucionó de III a grado II prevaleciendo dicho grado II.B). Al sexto mes la respuesta al tratamiento radiológico mostró que en 7 pacientes para el 58 % no hubo variación a los cambios radiológicos de los rayos x; con regular respuesta 3 pacientes para el 25%por impresión de una discreta disminución de los osteofitos; y de los 2 paciente que mejoraron a menos grados de la osteoartrosis en hombros que constituyen el 17%,resultóla buena respuesta al tratamiento por el aumento del espacio

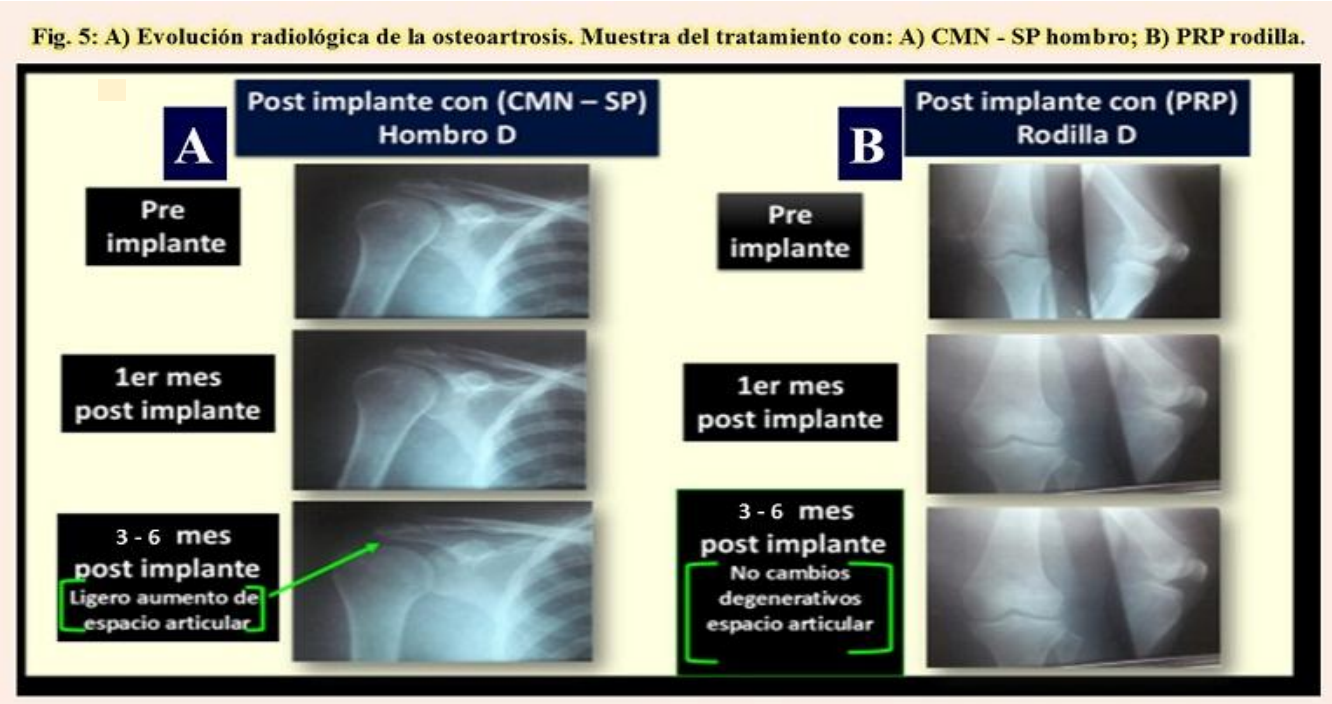
intraarrticular y disminución de los osteofitos, por escala de Kellgren y Lawrence para la definición de la clasificación de los grados de osteoartrosis.



Fuente: Planilla de recolección de datos de pacientes atendidos en consulta de medicina regenerativa

Fig. 5. A y B. Muestra de la respuesta radiológica de la osteoartrosis con CMN – SP y PRP.

La muestra: A). Al tercer y sexto mes el hombro implantado con CMN – SP hubo una mejor respuesta al observarse el aumento del espacio intraararticular de la articulación; la muestra B).La implantación con PRP en rodillas de observa la no variación de cambios radiológicos en el periodo evaluado.



Fuente: Planilla de recolección de datos de pacientes atendidos en consulta de medicina regenerativa.

CONCLUSIONES

1.- En el estudio preliminar realizado a 12 pacientes, ofreció respuesta satisfactoria a la efectividad de los productos celulares en la osteortrosis, pues más del 50% resultó de la buena respuesta en las variables clínicas principal de respuestas al tratamiento al inicio y sexto mes del tratamiento.

2.- La variable radiológica secundaria de respuesta al tratamiento, resultó el de mayor porcentaje la no variación de los cambios radiológicos en los rayos x para el 58 %, según escala de osteoartrosispor el no aumento favorable de los cambios degenerativos, ni aumento del espacio intraarticular y de los osteofitos en la mayoría de tratados.

3.- A pesar de que la muestra preliminar ofreció respuesta satisfactoria a la efectividad de los productos celulares para osteortrosis en el periodo evaluado, es necesario incrementarla muestra de pacientes para corroborar resultados estadístico significativo de efectividad, no obstante según resultados obtenidos consideramos que el uso de este tratamiento como alternativa es beneficioso, sencillo, simple, seguro, y menos costoso para las lesiones degenerativas en la población deportiva, manteniendo al atleta y ex atleta en un mejor entorno habitual, familiar y laboral, eleva su rendimiento deportivo con mejor calidad de vida, proporciona un importante ahorro de recursos, al disminuir la estadía hospitalaria por esta enfermedad y evitaría en gran medida el empleo de otros procedimientos más invasivos como los procesos quirúrgicos e implantaciones de prótesis, y representa una experiencia positiva y de alternativa de tratamiento que debe ser reproducida en otros instituciones de salud donde realicen actividades deportivas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez Cambras A, Jacobo Núñez M, Marrero Riverón LO, Castro Soto del Valle A. Lesiones de partes blandas en atletas de alto rendimiento. Rev. Cubana OrtopTraumatol. 2004; 18(2).
2. Álvarez Cambras, R. Las lesiones de las blandas, problema compleja de la medicina del deporte. Conferencia. Instituto de Medicina Deportiva, Habana. 2003. Consideraciones-acerca-del-control médico enbéisbol.-final. 2007. [Visitado 15/ noviembre/ 2014].Disponible en: http://ucha.blogia.com/2007/111001- consideraciones-acerca-del-control médico- en béisbol.-final-.php/. Dr. Gilberto Antes Vidal.
3. De los Santo RF. Eficacia de la Laserterapia de media potencia en las lesiones de partes blandas de la articulación del tobillo, en la comunidad deportiva de la ESFAR ¨lsrael Reyes Zayas [Tesispara Optar por el Grado de master en ciencias].Santiago de Cuba: Instituto Superior de Cultura Física: Facultad Santiago de Cuba “Manuel Fajardo Rivero¨; 2009.
4. Lesiones deportivas. [2012].[Visitado16/noviembre/2014]. Disponible en: http://es.wikipedia.org/wiki/Lesiones_deportivas.

5. Lesiones más frecuentes que ocurren durante la realización del deporte. /2014/01/15/lesiones-frecuentes/. [Visitado18/noviembre/2014.Disponible en: http://www.ivolutionrd.com.
6. Preparación y adaptación del brazo del lanzador de béisbol. Octubre [2005]. /Revista Digital - Buenos Aires - Año 10- N° 89. [Visitado/15/noviembre/2014]. Disponible en:http://www.efdeportes.com/edf89/beisbol.htm.
7. García San Román FJ, Calcerrada Díaz-Santos N. Grupo de Trabajo de la guía de práctica clínica del manejo del paciente con artrosis de rodilla en Atención Primaria. Madrid: Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias (UETS), Área de Investigación y Estudios Sanitarios. Agencia Laín Entralgo; Septiembre 2006.
8. Footballdevelopment. García San Román FJ, Calcerrada Díaz-Santos N. Grupo de Trabajo de la guía de práctica clínica del manejo del paciente con artrosis de rodilla en Atención Primaria. Madrid: UnidadEvaluación de Tecnologías Sanitarias (UETS), Área de Investigación y Estudios Sanitarios.
9. Agencia Laín Entralgo; Septiembre.[Visitado/12/noviembre/2014].Disponible en http://es.fifa.com/aboutfifa/football 53.
10. Moran CJ, Barry FP, Maher SA, Shannon FJ, Rodeo SA. Advancing regenerative surgery in orthopaedic sports medicine: the critical role of the surgeon. Am J Sports Med.2012 Apr; 40(4):934-44.
11. Charchian B. Regenerative Cell Treatment Helps With Growth of Lost Connective Tissue and Cartilage in Mice. Monday, April 23rd, 2012.[Visitado/12/noviembre/2014].Disponible en: http://www.orthohealing.com/2012/04/23/bone-marrow-regenerative-cell-injections-for-the-treatment-of-joint-pain-featured-on-the-doctors-tv.
12. Charchian B. New Study Revealing Protective Role of Platelet Rich Plasma (PRP) in Tendon Injuries Induced By Steroids and Antibiotics. American Journal of Sports Medicine Publishes September 4th, 2012[Visitado18/diciembre/2014].Disponibleen:http://www.orthohealing.com/2012/09/
13. Plasma rico en plaquetas: ¿un nuevo tratamiento para el reumatólogo?2012. [Visitado 10/10/2014]. Disponible en: www.sciencedirect.com.
14. Vanguardia. FIFA acepta tratamiento con plaquetas a Humberto Suazo. [Visitado 10/08/2014]. Disponible en: http://www.vanguardia.com.mx/fifaaceptatratamientoconplaquetasahumbertosuazo - 507710.html.
15. Notifam. Tratamiento con células madre adultas lleva de regreso al montículo a lanzador de las Grandes Ligas. [Visitado 10/09/2014]. Disponible en: http://notifam.net/index.php/archives/4997/
16. Bava ED, Barber FA.Platelet-rich plasma products in sports medicine. PhysSportsmed. 2011 Sep; 39 (3):94-9.

17. Fernández Delgado N, Hernández Ramírez P, Forrellat Barrios M. Espectro funcional de las plaquetas: de la hemostasia a la medicina regenerativa. Rev Cubana HematolInmunolHemoter vol.28 no.3 Ciudad de la Habana jul.-set. 2012.
18. Hernández-Hernández A, Anillo-Badias R, Castro-Gutiérrez, León-Valdés E, Baganet-Cobas A, Fernández-Delgado N. La medicina regenerativa y sus vínculos con la medicina del deporte.Revista.Cubana de Hematología, Inmunología y Hemoterapia. 2013. [Visitado 12/diciembre/2014];29(2). Disponible en: http://www.revhematologia.sld.cu/index.php/hih/article/view/6/12.
19. Alicia Hernández-Hernández, Ricardo Anillo-Badias,Yahumara Castro-Gutiérrez, EduardoLeón-Valdés, AymaraBaganet-Cobas, Norma Fernández-Delgado.Lamedicina regenerativa y sus vínculos con la medicina del deporte. Rev.Cub. Hem Vol. (2013). Abril – junio. [Visitado12/10 /2014].Disponible:en:http://www.revhematologia.sld.cu/index.php/hih/article/view/61/46.
20. La medicina regenerativa en Cuba. Una revolución que partió del occidente. Vol 29, No 3 (2013). Abril junio.[Visitado9/diciembre/2014].Disponible:en:http://www.revhematologia.sld.cu/index.php/hih/article /view/61/46.
21. Rodríguez Orta Celia de los Ángeles, Cruz Sánchez Pedro M, Gámez Pérez Anadely, Cruz Pérez Yuniel, Blanco GuzmánSandy, Pérez Lara Idalmi,et al. Efectividad del lisado plaquetario en el tratamiento de la osteoartritis de rodilla. Revista Cubana de Reumatología.Volumen XVI, Suplemento 1, Nov-Dic; 2014.[Visitado12/junio/2016]. Disponible: en: http://www.revreumatologia.sld.cu/
22. López-Vidriero E, Goulding KA, Simon DA, Sánchez M, Johnson DH. "The use of platelet-rich plasma in arthroscopy and sports medicine: optimizing the healing environment." Arthroscopy: The Journal of Arthroscopic &RelatedSurgery. 2010;26(2):269-78.
23. Fernández Delgado N, Hernández Ramírez P, Forrellat, Barrios M. Espectro funcional de las plaquetas: de la hemostasia a la medicina regenerativa. Rev Cubana HematolInmunolHemoter. [revista en Internet].2012 [Visitado18/ junio/ 2014]; 28(3):200-16. Disponible en: http://scielo.sld.cu/pdf/hih/v28n3/hih02312.pdf.
24. Porfirio Hernández Ramírez.Medicina regenerativa y células madre. Mecanismos de acción de las células madre adultas.Rev Cubana HematolInmunoly Medicina Transfusional. 2009; 25(1). [revista en Internet]. [Visitado18/ junio/ 2014]. Disponible en:http://scielo.sld.cu.

Título: Efectos de Meso Ciclos de Entrenamiento en la Eficiencia cardiovascular y respiratoria en los futbolistas del Centro Regional UNAH-TEC Danlí.

Autores del proyecto:

- Dr. C. Raúl Orlando Figueroa Soriano. Doctor en Ciencias de la Educación Física y el Deporte. pitolamaquina2@hotmail.com,
- M.Sc. Nahun David Martínez Saravia. Master en Ciencias de la Educación Física, el Deporte y la Recreación. **:** nadadokey7@gmail.com
- Lic. Raúl Antonio Gaitán Amador. Licenciado en Educación Física y Deporte. raulgaitan86@gmail.com

Institución: Universidad Nacional Autónoma de Honduras. Centro Regional UNAH- TEC- Danlí.

País: Honduras

Resumen.

La investigación realizada a partir de las observaciones y aplicación de los tests pedagógicos al inicio del macro-ciclo, en el meso-ciclo entrante del inicio de la etapa de preparación general, se aplica, por el cuerpo técnico, tests físicos para diagnosticar el estado físico-funcional de los jugadores, donde se observaron deficiencia en las acciones características de la resistencia aerobia (Eficiencia Cardiovascular y Respiratoria en futbolistas del equipo de UNAH-TEC Danlí). El objetivo de investigación fue: Valorar los efectos de la planificación del entrenamiento deportivo a través de la combinación de meso ciclos que contribuyan al mejoramiento de la preparación física: Eficacia Cardiovascular y Respiratoria de los futbolistas de la institución enunciada. El diseño metodológico tiene un enfoque cuantitativo de alcance correlacional, pre-experimentallos instrumentos y técnicas de investigación utilizadas fueron: el test de Quergevidencio un coeficiente de Pearson de 0.36, teniendo entre estos una relación directa con una correlación positiva baja, lo que determina una mejoría de la eficiencia cardiovascular, pero no una capacidad de recuperación después de la aplicación de la carga física, y el test de Cooper señalo: un coeficiente de

Pearson de 0.77, teniendo entre estos una relación directa con una correlación positiva alta, lo que determina una mejoría del Máximo Consumo de Oxigene (VO2 Max), lo que significa que a menor tiempo mayor capacidad de consumo oxígeno.Es por ello que se determinó los meso ciclos que contribuyan al mejoramiento de la preparación física en especial para mejorar la eficacia cardiovascular y respiratoria de los futbolistas.

Summary.

The investigation carried out from the observations and application of the pedagogical tests at the beginning of the macro-cycle, in the meso-cycle in the beginning of the general preparation stage, is applied, by the technical body, physical tests to diagnose the state Physical-functional characteristics of the players, where there was a deficiency in the characteristic actions of aerobic resistance (Cardiovascular and Respiratory Efficiency in players of the UNAH-TEC Danlí team). The objective of the research was to: Evaluate the effects of the planning of sports training through the combination of meso-cycles that contribute to the improvement of the physical preparation: Cardiovascular and Respiratory Efficacy of the players of the institution. The methodological design has a quantitative approach of correlational, pre-experimental, the instruments and research techniques used were: the Querg test showed a Pearson coefficient of 0.36, having a direct correlation with a low positive correlation, which determines An improvement in cardiovascular efficiency, but not a resilience after application of the physical load, and the Cooper test noted: a Pearson coefficient of 0.77, having a direct correlation with a high positive correlation among these, which Determines an improvement of the Maximum Consumption of Oxygen (VO2 Max), which means that in a shorter time greater capacity of oxygen consumption. That is why we determined themeso-cycles that contribute to the improvement of the physical preparation especially to improve the cardiovascular and respiratory efficacy of the players.

Introducción.

La realización de actividad física sistemática (Ejercicio Físico) ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa para la salud; tanto para la prevención, desarrollo y rehabilitación de la misma, así como un medio para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana. Hoy día esta visión ha sido aceptada por diferentes sectores sociales.

La Universidad Nacional Autónoma Tecnológica de Danlí, tiene como **misión** " Ser una unidad académica tecnológica del nivel superior de la región oriental del país, responsables de formar profesionales de excelencia, capaces de dirigir, producir y contribuir al desarrollo humano sostenible a través de la investigación, vinculación social y ambiental de Honduras" y como **visión** "Ser una unidad académica del nivel superior innovadora, dinámica y comprometida con la formación de profesionales en el área tecnológica con las más altas competencias globales, capaces de generar y transferir conocimientos de calidad, participar en el desarrollo social, económico, político y ambiental del país mediante la gestión organizativa y participativa; desarrollando procesos de vinculación social y de investigación científica, basados en los nuevos modelos de la ciencia y la educación".

Es por ello que sobre la base dela misión y la visión de dicho Centro, nos hemos planteado indagar para implementar actividad física sistemática pues es de vital importancia pensar en el ser humano y en el entrenamiento deportivo de estos pues a partir de ese indicador se pueden lograr dichos planteamientos institucionales; y nos referimos a los dos aspectos mencionados, sus objetivos y su valores, pues solamente con personas sanas y pensantes con un entrenamiento adecuado se pueden lograr los fines. La actividad física sistemática, debe ser tomada como una práctica regular en la vida de todas las personas, sin distingo de edad, género, condición social u ocupación, por el sinfín de beneficios para la salud orgánica, emocional y psíquica de las personas, ya que ofrece herramientas que le permiten al individuo afrontar la vida con una aptitud diferente, con mejor salud, fortaleciendo la diligencia y la perseverancia, con

sentido de honradez, responsabilidad y del cumplimiento de las normas; en fin, permite que las personas como entes individuales tengan la vitalidad, vigor, fuerza y energía fundamentales para cumplir con su deber en el grupo social al que pertenecen, pues de no tener esas condiciones es muy difícil el desarrollo humano y social y por ende de la educación, pues con personas no entrenadas no se pueden lograr los objetivos. La UNAH-TEC-Danlí posee un equipo de fútbol once masculino en la liga mayor Pedro Nufio Categoría A, y se observó en los 6 Juegos amistosos de preparación en la pretemporada que los jugadores presentan deficiencias en lo que respecta a su preparación física manifestando cansancio y problemas de recuperación al ejercicio físico, aspectos que nos indica una indicio de importancia de realizar el estudio, ya que la población indagada requiere de una intervención para mejorar dichos aspectos, como se sabe al inicio del macro-ciclo, en el meso-ciclo entrante del inicio de la etapa de preparación general se aplica, por el cuerpo técnico, tests pedagógicos para diagnosticar el estado físico-funcional de los jugadores.

De las tres capacidades condicionales, fuerza, velocidad y resistencia:

La resistencia fue la capacidad que presentó los resultados más negativos, se aplicó el tests de Querg para la valoración de la Eficiencia Cardiovascular y el tests de Cooper que permitió poder determinar el comportamiento del Máximo Consumo de Oxígeno como parámetro relativo de la resistencia aerobia.

En el pre-tests realizado en la prueba de Eficiencia Cardiovascular se obtuvieron los siguientes resultados:

- 5 atletas que representan el 17% se encuentran en una escala de bien del test Querg.
- 10 atletas que representan el 33% se encuentran es un escala de regular del test de Querg.
- 15 atletas que representan el 50% se encuentran en la escala de débil del test de Querg.

Respecto a la medición de la Eficiencia Respiratoria se obtuvieron las siguientes marcas:

- 5 atletas que representan el 17 % se encuentran en una escala de bueno del test de Cooper.
- 2 atletas que representan el 7 % se encuentra en la escala de medio del test de Coopper.
- 11 atletas que representan el 37 % se encuentra en la escala de pobre del test de Coopper.
- 12 atletas que representan el 40 % se encuentra en la escala de malo del test de Coopper.

Sobre la base de los datos recabados se puede evidenciar la necesidad de intervenir en el equipo de fútbol once masculino de UNAH-TEC-Danlí para tratar de mejorar la eficacia de las variables enunciadas.

Situación Problemática:

Dentro de la funciones de este Centro Educativo (UNAH-TEC-DANLI) se incluye la función de VOAE , que refiere al trabajo recreativo y de alto rendimiento de los estudiantes, por lo que se asumió y se introdujo al equipo de fútbol masculino a la liga competitiva como lo es la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A. Y es de nuestro interés valorar la eficiencia cardiovascular y respiratoria del equipo de fútbol once masculino de la UNAH-TEC-Danlí en lo anteriormente planteado (Justificación)**:** Déficit de la resistencia aerobia y eficiencia cardiovascular en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí.

Problema Científico:

¿Cómo mejorar la Eficiencia Cardiovascular y Respiratoria en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 de la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A?

Objeto de Estudio:

Proceso de preparación física en el fútbol de la UNAH.

Campo de Acción:

Proceso de planificación del componente de preparación física en el equipo de fútbol de la UNAH-TEC Danlí.

Objetivo General:

Valorar los efectos de la planificación del entrenamiento deportivo a través de la combinación de meso ciclos que contribuyan al mejoramiento de la preparación física: Eficacia Cardiovascular y Respiratoria de los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 de la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A.

Objetivos Específicos:

1. Determinar los fundamentos teóricos y metodológicos acerca de la Eficacia Cardiovascular,
   Eficacia Respiratoria y El entrenamiento Deportivo.
2. Diagnosticar el estado actual de los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí previo a la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A, referente a la Eficacia Cardiaca y Respiratoria.
3. Elaborar meso ciclos con los componentes de la carga específicos para el tratamiento de la preparación física en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A.
4. Validar la efectividad de los meso ciclos con los componentes de la carga específicos para el tratamiento de la preparación física en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A.
5. Determinar las correlaciones de las variables de Eficiencia Cardiaca y Respiración del experimento realizado para generar probabilidades y significancia entre estas.

Preguntas de investigación:

1. ¿Cuáles los fundamentos teóricos y metodológicos acerca de la Eficacia Cardiovascular, Eficacia Respiratoria y El entrenamiento Deportivo?
2. ¿Cuál el estado actual de los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí previo a la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A, referente a la Eficacia Cardiovascular y Respiratoria?

3. ¿Qué componentes de la carga específicos poseen los meso ciclos para el tratamiento de la preparación física en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A?
4. ¿Cuál es la efectividad de los meso ciclos con los componentes de la carga específicos para el tratamiento de la preparación física en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A?
5. ¿Cuáles son correlaciones de las variables de Eficiencia Cardiovascular y Respiratoria del experimento realizado para generar probabilidades y significancia entre estas?

Tareas Científicas:

1. Determinación de los fundamentos teóricos y metodológicos acerca de la Eficacia Cardiovascular, Eficacia Respiratoria y El entrenamiento Deportivo.
2. Diagnóstico del estado actual de los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí previo a la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A, referente a la Eficacia Cardiovascular y Respiratoria.
3. Elaboración de meso ciclos con los componentes de la carga específicos para el tratamiento de la preparación física en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A.
4. Validación la efectividad de los meso ciclos con los componentes de la carga específicos para el tratamiento de la preparación física en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A.
5. Determinación las correlaciones de las variables de Eficiencia Cardiovascular y Respiratoria del experimento realizado para generar probabilidades y significancia entre estas.

La población y muestra:

La muestra es de tipo no probabilística dirigido, el procedimiento de selección por cuota de forma intencional, conformada por 30 estudiantes que forman parte del equipo de fútbol masculino de la UNAH-TEC-Danlí.

Métodos Teóricos.

Histórico-Lógico: Se utilizó para lograr un estudio de la evolución histórica del proceso de preparación física, sobre el desarrollo de la resistencia aerobia como capacidad condicional, así mismo de la eficiencia cardiovascular y respiratoria en un orden cronológico.

Análisis-Síntesis: Se empleó para descomponer el proceso de preparación física en sus componentes y hacer un estudio de la resistencia aerobia según lo planteado por diversos autores, para luego sintetizar en un criterio que fundamente la propuesta.

Inductivo-Deductivo: Propició llegar a una generalidad sobre las cuestiones relacionadas con el proceso del mejoramiento de la resistencia aerobia en los futbolistas y así realizar la selección adecuada de las acciones a proponer y llegar a tener un trabajo con mayor efectividad.

Métodos Empíricos.

Análisis de documentos: Se empleó para la revisión del plan escrito, plan gráfico y sesiones de entrenamiento.

Medición: Se realizó tests físicos como prueba diagnóstico de rendimiento físico-funcional para determinar el nivel de la resistencia aerobia, (eficiencia cardiovascular y respiratoria) de los jugadores del equipo de UNAH-TEC Danlí.

Criterio de Especialista: Para que a partir de sus valoraciones considerar los criterios que debían tenerse en cuenta en la elaboración de los meso-ciclos de entrenamiento de manera que se pudiera evaluar su concepción y hacer las correcciones pertinentes. Para la aplicación de este método se tuvo en cuenta los procedimientos que ofrecen mayor objetividad en la selección del especialista y evaluación de las capacidades del mismo.

Métodos Estadísticos Matemáticos.

Estadística Descriptiva: se utilizó para la tabulación e interpretación de los datos que aportaronlos tests al ser aplicados.

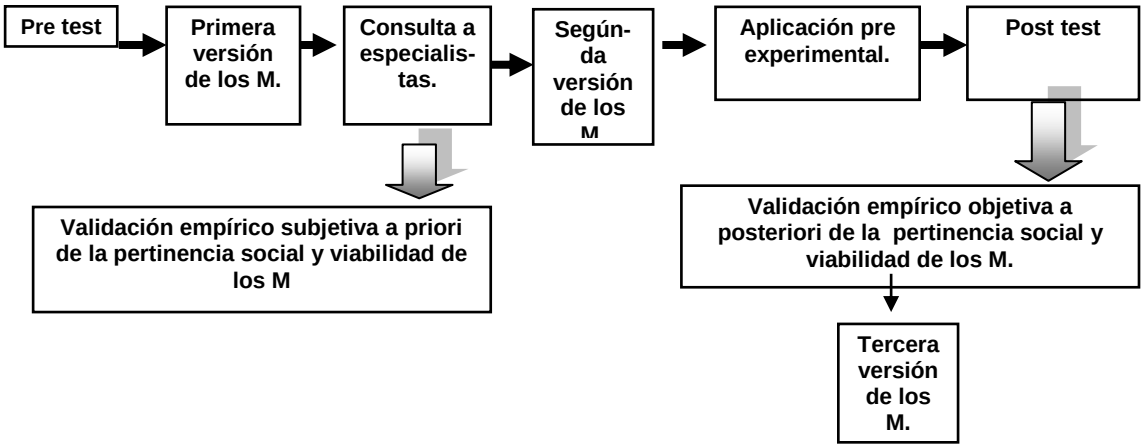
El Pre experimento:

Sampieri y Collado en la obra Metodología de la Investigación 2014 asumen que en este tipo de experimento consiste en administrar un estímulo o tratamiento a un grupo y después aplicar una medición de una o más variables para observar cual es el nivel del grupo en éstas. Este diseño no cumple con los requisitos de un experimento puro ya que este diseño es de un solo grupo cuyo grado de control es mínimo. Generalmente es útil como un primer acercamiento al problema de investigación en la realidad.

El pre experimento: Permitirá conocer los efectos de la planificación del entrenamiento deportivo a través de la combinación de un conjunto de meso ciclos en la Eficacia Cardiovascular y Respiratoria de los jugadores del equipo de fútbol once de la UNAH-TEC-Danlí en el año 2017 para su etapa competitiva

A continuación se le ofrece el esquema de cómo se pretende realizar el pre experimento.

Esquema # 1:



M= Meso ciclos.

1. Pre-Test (P1) a un grupo experimental, 2. Intervención (Estímulo), 3. Pos-Test (P2) 4. Determinar diferencia si existieron con respeto al estímulo aplicado y determinar conclusiones. (Ver Esquema # 2)

Esquema # 2

El alcance de la investigación es de carácter correlacional explicativo ya que se asocian variables mediante un patrón predecible para un grupo o población. O sea que se investigará mediante las siguiente variables: (X) Conjunto de Mesocicilos de Entrenamiento Deportivo y la variable (Y) Eficiencia Cardiovascular y Eficiencia Respiratoria.

Asimismo, se aplicará pruebas estadísticas pertinentes a este tipo de estudios (Prueba T, Correlación de r Pesaron y Medidas de tendencia central – Media, Desviación Típica Estándar de los dos momentos). Además, cumple la meta de proporcionar un sistema de medición matemática, descripciones e inferencial, relaciones y explicaciones, con la intención de consolidar la teoría que fundamenta el estudio.

Hipótesis:

Tabla 1. Tabla de Hipótesis de Trabajo.

#	**Variable Independiente (X) Y Dependiente (Y).**	**Hipótesis**
1	**Meso ciclos de entrenamiento deportivo (X). Sistema Cardiovascular y Respiratorio (Y).**	La aplicación de meso-ciclos de entrenamiento deportivo adecuados al funcionamiento de la carga (volumen e intensidad) contribuiráal mejoramiento de la resistencia aerobia como parámetros relativos de esta, la eficacia cardiaca (Sistema Cardiovascular) y

		respiratoria (Máximo Consumo de Oxigeno, Sistema Respiratorio) de los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 de la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A.

Variables y su definición:

Tabla 2. Tabla de Variable Independiente y su definición conceptual

Variable Independiente	Definición conceptual
(X) Meso ciclos de entrenamiento.	Según Ramos Yusimil (2005). Representan etapas relativamente acabadas del proceso global de entrenamiento que tiene como finalidad lograr el desarrollo de una cualidad u objetivo parcial de todo el proceso. Su organización interna se realiza a base de micro ciclos de diferente signo, en número variable, que nunca son menos de 2 y casi nunca supera los 6-8 micro-ciclos.

Tabla 3. Tabla de Variable dependiente y su definición conceptual.

Variable Dependiente	Definición conceptual
(Y) Eficacia Cardíaca.	Según Figueroa (2017).- Es el proceso de funcionamiento óptimo del sistema de transporte en el que una bomba muscular (el corazón) proporciona la energía necesaria para mover el contenido (la sangre), en un circuito cerrado de tubos elásticos (los vasos), después de haber roto la homeostasis de organismos y haberse adaptado al ejercicio físico.

Tabla 4. Tabla de Variable dependiente y su definición conceptual.

Variable Dependiente	Definición conceptual
(Y) Eficacia Respiratoria.	Según Figueroa (2017). Es el proceso de funcionamiento óptimo para incorporar oxígeno al organismo; para que al llegar a la célula se produzca la "combustión" y poder así "quemar" los nutrientes y liberar energía, después de haber roto la homeostasis de organismos y haberse adaptado al ejercicio físico

Capítulo. 1

Valoración de los sustentos teóricos metodológicos del entrenamiento deportivo en el fútbol durante el proceso de preparación física.

La esencia de este capítulo define la eficacia cardiovascularsegún Figueroa (2017). Es el proceso de funcionamiento óptimo del sistema de transporte en el que una bomba muscular (el corazón) proporciona la energía necesaria para mover el contenido (la sangre), en un circuito cerrado de tubos elásticos (los vasos), después de haber roto la homeostasis de organismos y haberse adaptado al ejercicio físico.El sistema cardiovascular está estrechamente relacionado con el sistema respiratorio, tal y como se manifiesta en argumentos anteriores ya que la circulación mayor y menor de nuestro cuerpo requiere de sangre oxigenada para poder producir energía y así realizar todas nuestras actividades del diario vivir. Esto se manifiesta a través de las diferentes bibliografías analizadas las cuales compartimos con los diferentes autores analizados.

En un estudio de carácter bibliográfico Pendenza (2016). Argumenta que el proceso respiratorio se manifiesta de la siguiente manera: La respiración es un proceso involuntario y automático, en que se extrae el oxígeno del aire inspirado y

se expulsan los gases de desecho con el aire espirado. La respiración consiste en tomar oxígeno del aire y desprender el dióxido de carbono que se produce en las células. Por último se exponen modelos y métodos del entrenamiento deportivo en el fútbol actual. Según, Weineck (1988), lo concibe como un proceso, que por medio de ejercicios, tiende a alcanzar un nivel más o menos elevado según los objetivos propuestos, y hacemos una caracterización psicológica, biológica entre edades de 23-28 años.

Capítulo. 2

Caracterización de la situación actual de la resistencia aerobia en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí previo a la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A, referente a la Eficacia Cardiovascular y Respiratoria.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

El presente Capítulo está concebido para analizar los procesos metodológicos utilizados. Se explica la metodología empleada para la aplicación de los diferentes instrumentos que se utilizaron para llevar a vías de hecho la presente investigación, que en su estructura cuenta con tres momentos:

Primer momento.

Partió de una fase de diagnóstico que permitió conocer el nivel de desempeño físico-funcional de los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí previo a la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A, a través de una serie de tests físicos aplicados.

Segundo momento.

Después de conocido el estado actual de la resistencia aerobia (tests específico para la eficiencia cardiovascular y respiratoria), se analizó los documentos que desarrollan el proceso del entrenamiento deportivo: plan escrito, plan gráfico y sesiones de entrenamiento.

También dentro de este momento se realizó una exploración a los jugadores a través de una encuesta con el fin de poder caracterizarlos tanto en el aspecto social, mental y físico y así poder promover cambios positivos en los mismos.

En esta investigación se tendrán en cuenta los aspectos éticos relacionados con las investigaciones de condiciones físicas y pedagógicas, tales como la honestidad al aplicar el tests físico, además del consentimiento del entrenador y jugadores para participar en el estudio.

Tercer momento.

Elaboración de meso ciclos con los componentes de la carga específicos para el tratamiento de la preparación física en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A.

Y evaluación a través del pos-test para conocer el efecto del trabajo de la carga una vez terminado el torneo de competición.

Capítulo. 3

Validación la efectividad de los meso ciclos con los componentes de la carga específicos para el tratamiento de la preparación física en los futbolistas de la UNAH-TEC-Danlí en la temporada 2016-2017 en la Liga Mayor Pedro Nufio Categoría A.

Instrumento. Matriz de Chanlat:

Propio de la estadística no paramétrica y referido al carácter demostrable de las propuestas que se establecen en las ciencias sociales en la actualidad, aparece el conocido método de la Matriz Chanlat.Paulas. O, 2008 Citado por Paula. M, 2009, el mismo posibilita la validación teórica de lo propuesto con un nivel de significación de 99,9 y un margen de error de 0,1.

La Matriz Chanlat por Paulas. O, 2008; Bringas, J, 2007. Citado por Paula. M, 2009, posibilita identificar las potencialidades e insuficiencias de cualquier propuesta que se construya, desde un marco teórico de las ciencias por tanto es aplicable a los meso-ciclos planificados dirigidos al trabajo físico que busca mejorar la Eficiencia Cardiovascular y Respiratoria del equipo de fútbol masculino de la UNAH-TEC-Danlí.

Capítulo. 4

Determinación las correlaciones de las variables de Eficiencia Cardiovascular y Respiratoria del experimento realizado para generar probabilidades y significancia entre estas.

La hipótesis de trabajo de la indagación realizada se aprueba, bajo el fundamento de la correlaciones realizadas donde el test de Querg en el pre test y el post test nos genera un coeficiente de Pearson de 0.36, teniendo entre estos una relación directa con una correlación positiva baja, lo que determina una mejoría de la eficiencia cardiovascular, pero no una capacidad de recuperación después de la aplicación de la carga física (El futbolista se recupera pero no rápidamente). Con respecto al Test de Cooper en el pre test y el post test nos genera un coeficiente de Pearson de 0.77, teniendo entre estos una relación directa con una correlación positiva alta, lo que determina una mejoría del Máximo Consumo de Oxigene (VO2 Max), lo que significa que a menor tiempo mayor capacidad de consumo oxígeno.

Conclusiones.

1) Los fundamentos teóricos metodológicos analizados reflejan que las tendencias actuales de la preparación física indican que los ejercicios para el trabajo de la capacidad de resistencia aerobia y eficiencia cardiovascular en el fútbol, se deben diseñar a partir de las situaciones y funciones reales de juego es decirelentrenamiento funcional.
2) Los resultados del diagnóstico demostraron que existen dificultades en la resistencia aerobia y la eficiencia cardiovascular, donde la mayoría de los jugadores están evaluados de regular, lo que significa que estos poseen un déficit de oxígeno y la capacidad de recuperación después de una determinada carga física aplicada, lo que hace necesario establecer una carga equilibrada en lo que respecta a los componentes del volumen y la intensidad durante la preparación física de estos futbolistas haciendo énfasis el principio del entrenamiento deportivo ondulación y dosificación de las cargas.
3) La determinación de los meso ciclos se realizó a partir del diagnóstico ejecutado, tomando en cuentas la variables de estudio, así como los

diferentes principios del entrenamiento deportivo, las capacidades físicas condicionales , componentes de la carga de la preparación física y las tendencias actuales de la planificación del entrenamiento deportivo.

4) La opinión valorativa del criterio de especialistas (Matriz de Chanlat), constató un favorable pronóstico de efectividad y la validación teórica de los meso ciclos de entrenamiento en la eficacia cardiovascular y respiratoria de los futbolista de la UNAH-TEC- Danlí, manifestándose con un 8.38 por lo que se considera fuerte la opinión de la propuesta de parte de ellos.
5) La hipótesis de trabajo de la indagación realizada se aprueba, bajo el fundamento de la correlaciones realizadas donde el test de Querg en el pre test y el post test nos genera un coeficiente de Pearson de 0.36, teniendo entre estos una relación directa con una correlación positiva baja, lo que determina una mejoría de la eficiencia cardiovascular, pero no una capacidad de recuperación después de la aplicación de la carga física (El futbolista se recupera pero no rápidamente). Con respecto al Test de Cooper en el pre test y el post test nos genera un coeficiente de Pearson de 0.77, teniendo entre estos una relación directa con una correlación positiva alta, lo que determina una mejoría del Máximo Consumo de Oxigene (VO2 Max), lo que significa que a menor tiempo mayor capacidad de consumo oxígeno.

Bibliografía.

1. Alejandro Morales, El ejercicio físico en el diabético. Edición Lic. Mariana Verero, Diseño Luis Rodrigurçez.
2. Amaro Méndez S. Hormona y actividad física. Ed. Ciencia Médica, 1991
3. Bundó M., Aubá J., Massons J., Trilla M., Pérez R., y Pérez del Campo A. Ansiedad y depresiónm en pacientes diabéticos tipo II. Atención Primaria 1996; 17:58-62.
4. Berge,m.etal.effecto of physical traing on glucose tolerance and on glucose metabolism of skeletal muscle in anaesthetizod normal rats diabetológia pag16: 179 año 1979.
5. Carvajal Martínez Francisco Salas terapéutica de la cultura física terapéutica.

6. Carvajal Martínez, Francisco Diabetes Mellitus y ejercicio Físico. Editorial Pueblo y Educación, 1989.
7. Carvajal Martínez F. Diabetes Mellitus y ejercicios físicos. Ed. Pueblo y Educación, 1999.
8. Carvajal Martínez, Francisco El Ejercicio Físico en el Diabético.
9. Carvajal Morales. Francisco. El ejercicio físico en los diabéticos. Edición Rodríguez Mariana. 35p.
10. Colectivo autores del grupo nacional de áreas terapéuticas y la cultura física. Los ejercicios físicos con fines terapéuticos. 267p.
11. Colectivo de Autores. La Cultura Física con fines Terapéutica. Tomo II. Habana, INDER, 1988.
12. Díaz Pérez J.A., Ballesteros Pomar M.D. Aspectos psicosociales y laborales de la diabetes.
13. Donskoi, D: Biomecánica con fundamentos de la técnica deportiva. Edit. Pueblo y educación la habana pag136, 1979.
14. Flández. Problemática psicológica y social de la diabetes. Educación diabetológica profesional 1991; 14:19-22.
15. Fidler, m: Voleibol. Edit. Pueblo y educación pag. 161, La Habana, 1979.
16. Figueroa. Raúl. Seminario de Investigación. Editorial UNAH. 2014.
17. Garay-Sevilla ME, Malacara JM, Gutierrez-Roa A, González E Denial of disease in Type 2 diabetes mellitus: its influence on metabolic control and associated factors.. Instituto de Investigaciones Médicas, Universidad de Guajuanato, Leon, México. Diabetmed 1999 Mar; 16(3):238-44.
18. Harre, D. Teoría del entrenamiento deportivo. Editorial. Científico técnica. La Habana. Pag
85 1983.
19. Hernández González, Reinol. (2002). Evaluación de un Programa de entrenamiento físico en pacientes obesos con infarto del miocardio. Tesis de Maestría en Cultura Física Terapéutica. La Habana, ISCF “Manuel Fajardo.

20. Hernández Sampieri, Roberto. Metodología de la Investigación. Editorial Mc Graw Hill Educatión. 2014.
21. Gilabert, J; Arenas, J La diabetes mellitusl: alimentación y ejercicio. Universidad de Alicante. [/index.htm En línea]. 4 de febrero de 2004
22. Jacobson AM. Depression and Diabetes. Diabetes Care 1993; 16 (12):1631-1622.
23. Khan MA, Longley J Psychosocial Aspects of Diabetes: The Diabetologists´ Perspective SeminClin Neuropsychiatry 1997 Jan;2(1):94-98
24. Lowes L, Lyne P. Br J Nurs A normal lifestyle: parental stress and coping in childhood diabetes 1999 Feb 11-24;8(3):133-9.
25. Morales Alejandro. Instituto nacional de endocrinologíasub. Comisión técnica.
26. Moreno González, María Medicina Interna. Editorial pueblo y educación. 1976. 496p.
27. Meinel, k. Didáctica del movimiento. Editorial. Pueblo y educación pag. 193, la Habana, 1979.
28. Ozolin, n: Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Editorial. Científico -técnica Ciudad Habana, 1979.
29. Polaino-Lorente A. Estrategias de intervención psicológica para el autocontrol de la diabetes infanto-juvenil. En: Psicología Clínica y Salud. Aplicación de Estrategias de Intervención. PucetaJm. UNED 1991:313-336.
30. Psicología folleto complementario paginas 149.

Título: Ejercicios acuáticos para la rehabilitación de la escoliosis en niños de 10 y 15 años en el Municipio de Santa Cruz del Norte.

Autor: Lic. Vladimir Rodríguez Cedeño.

Tutora: M.Sc. Viviam Mena Oliva

Institución: Universidad de Ciencias de La Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

RESUMEN

Las deformidades de la columna vertebral se han convertido en las enfermedades del siglo XX en muchos países del mundo. Existiendo diferentes afectaciones que pueden disminuir la capacidad de trabajo e incidir negativamente en la calidad de vida de los que se afecten, por ello realizamos nuestro trabajo proponiendo posibilidades de rehabilitación para una de las deformidades de mayor frecuencia de aparición; las escoliosis. Para el análisis de esta afectación se tuvieron en cuenta elementos teóricos puntuales de diferentes autores y sustentamos en algunos que le darán solución al problema existente, donde pudimos observar que las pacientes donde la edad oscila entre 10 a 15 años presentan diferentes tipos de escoliosis , lo cual sugiere que una de las posibles causas de su deformidad es el estilo de vida que llevan con respecto a las posiciones posturalespor lo que con la realización de este trabajo esperamos influir de forma favorable en el mejoramiento de la calidad de vida de estos niños, para poner en práctica varios ejercicios acuáticos, vinculado con los de fortalecimiento y estiramiento con el objetivo de contribuir a la sistematización y erradicación de su padecimiento, lo cual incidirá en el logro de un equilibrio biopsicosocial en su accionar como ente transformador de la comunidad utilizando en la investigación diferentes métodos teóricos, empíricos y estadísticos.

INTRODUCCION

Trabajar en aras del mejoramiento de la salud del ser humano es una labor responsable y halagadora a la vez, y más en un campo tan amplio como la Cultura Física.

Como es sabido, por todo el pueblo los profesores de cultura física de la localidad se encuentran realizando un grupo de acciones para ofrecer una mejor atención a la población en la eliminación de enfermedades, ayudando de esta forma a una salud más eficiente. A ella, debemos unir el aporte de la experiencia de la Salud Pública y su vínculo con la Cultura Física a fin de brindar en este aspecto, la máxima dedicación por elevar a planos significativos el papel del ejercicio físico en la sociedad.

Un factor que ha influido de forma relevante en el aumento de la expectativa de vida y su calidad en la población es la actividad física sistemática y bien dirigida, educando y desarrollando así la voluntad y las capacidades físicas; donde ejercen un importante papel en la personalidad y el mejoramiento de su organismo. Es notable destacar el avance de la Cultura Física y la recreación con el fin de desarrollar la salud de los ciudadanos.

La fisioterapia ha sido un instrumento utilizado por especialistas y personas que para mejorar o aliviar dolores y a su vez darle más posibilidades de participación en la sociedad a personas con dolencias, traumas o accidente le impiden el funcionamiento normal de su cuerpo o de una parte de él, la superación de detalles estéticos es también objetivo de tratamiento físico en niños, mujeres y hombres adultos.

Internacionalmente este tipo de tratamiento se hace muy costoso por el aparataje especial y las condiciones necesarias para que un especialista pueda cumplir su función a cabalidad. De los problemas que más preocupa a las personas, son las deformidades de la columna vertebral, porque las mismas inciden en su presencia y porte personal. Las deformidades de la columna vertebral son responsables de los trastornos posturales que, si bien afectan la presencia, también originan otros trastornos, que pueden convertirse en verdaderos daños funcionales.

Es por ello que cuando nos encontramos ante un paciente con esta deficiencia, tenemos que ser muy claros y sensibles ante la misma, para realizar un buen examen físico inicial que nos demuestre todos los problemas a los que debemos brindar solución.

Entre ellos podemos encontrar, desequilibrio de la musculatura, acortamiento de algunos músculos mientras otros se encuentran alongados o básicamente debilitados, asimetrías y desde el punto de vista funcional, un desbalance entre los músculos largos y los cortos, lo que puede conducir a trastornos respiratorios, lo que será objeto de nuestra preocupación, pues no lograremos una recuperación correcta si no resolvemos en el posible tratamiento a ejecutar, aquellos problemas que forman parte de todo el daño funcional, con esto queremos hacer énfasis en que no sólo se puede pensar en realizar los ejercicios flexibilizadores, correctores y otros sin atender a cualquier otra deficiencia funcional que se pueda detectar en el transcurso del examen físico inicial, por lo que ha de ser necesaria la rigurosidad al examinar a un paciente que se presente en el departamento de fisioterapia con una desviación del raquis.

A pesar de los avances y materia de salud de parte de la comunidad científica, de los beneficios sanitarios que se pueden conseguir a partir de la práctica de ejercicios físicos, se observa que los pacientes con enfermedades de la columna vertebral no están conscientes de la importancia de la práctica sistemática de estos, por lo que es una prioridad para el estado disponer de centros dedicados a la práctica de actividades físicas de rehabilitación con objetivos profilácticos o terapéuticos y programas para combatir estas enfermedades

Las aplicaciones de los ejercicios físicos logran un rápido restablecimiento de la salud y la capacidad de trabajo, fortalecen al organismo de enfermedades, de aficiones que padecen, logran reducir e incluso eliminar el consumo de medicamentos.

Después de realizar el estudio para conocer las causas que inciden directamente en los patrones culturales que prevalecen en la comunidad, que limitan la

aceptación y motivación por insertarse la práctica de ejercicios acuáticos para la rehabilitación de diferentes enfermedades desconocidos por adolescentes, niños y jóvenes que por su posición social no tienen acceso a la información que divulga los principios y exigencias de salud, se diagnostica por medio de la encuesta, entrevista y conversación heurística que existen varios factores, tales como: criterios que existen en la población, las tradiciones culturales, las necesidades y motivaciones, la comunicación, las características de la población, entre otros.

Este trabajo se enmarcó en el municipio Santa Cruz del Norte el cual se plantea el desarrollo de un proyecto de intervención comunitaria con la finalidad de lograr cambios de comportamiento en los miembros de la comunidad en la edad escolar desde 10 hasta 15 años de diferentes escuelas que fueron diagnosticado por la fisioterapeuta que tienen una escoliosis de primero y segundo estadio primario y deben asistir sistemáticamente al centro deportivo para realizar su tratamiento.

Satisfacer las necesidades sociales e individuales de práctica de actividad física y la rehabilitación de toda la población contribuyendo a la formación integral, la salud, la recreación, la exaltación de los más altos valores humanos.

Si padece de escoliosis no morfológica es probable que todo lo que necesite sea una fisioterapia que refuerce los músculos de la espalda y corrija la postura. Algunas actividades físicas como la natación son especialmente beneficiosas para tratar la escoliosis porque tonifican y refuerzan los músculos de la espalda, por lo que vinculamos los ejercicios físicos con ejercicios acuáticos que esto posibilita la asistencia sistemática a las clases y también mejora la afección del niño

Lo expresado anteriormente permite plantear como**: Situación Problémica**.Tal consideración encuentra reflejo en las condiciones actuales de nuestro contexto profesional pues el nivel de influencia que los niños reciben, fundamentalmente del profesor para erradicar su afección, precisa que se trace un conjunto de ejercicios acuáticos para ayudar a la sistematización de dichos niños a las clases terapéuticas que las mismas son deficientes por la poca participación de los afectados.

Los niños sienten que los tratamientos no son modificados de manera sistemática siendo los ejercicios realizados por ellos de fácil ejecución y que no producen los efectos deseados.
Además, ellos en esas edades no tiene motivación para asistir a las áreas de rehabilitación y a causa de los programas educativos, no participan con sistematicidad a dichas instalaciones, mientras que vinculando con ejercicios acuáticos que también son beneficioso para su tratamiento se sientan interesados a asistir a nuestras entidades y así mejorar la afección.

Por lo antes expuesto nos permite plantear el **Problema científico** de la presente investigación: ¿Cómo motivar la participación sistemática de los niños con escoliosis a los ejercicios acuáticos en las clases terapéuticas?

Lo expresado anteriormente permite plantear como **Objeto de Estudio** el tratamiento rehabilitador de la escoliosis en los niños. Dicho objeto precisa en el siguiente campo **de acción**los ejercicios acuáticos

En correspondencia con el problema planteado se asume como **Objetivo General de la investigación**: Elaborar ejercicios acuáticos para favorecer la sistematicidad de los niños en la rehabilitación de la escoliosis en el Municipio de Santa Cruz del Norte.

Para el logro de los objetivos se plantean las siguientes preguntas científicas:

1.- ¿Qué fundamentos teóricos sustentan los ejercicios acuáticos dentro del tratamiento rehabilitador de la escoliosis?
2-¿Cómo elaborar los ejercicios acuáticos para ayudar la sistematicidad de los niños en la rehabilitación de la escoliosis?
3-¿Qué valoración se obtienen a partir de los ejercicios acuáticos encaminados a lograr la motivación de los niños en el tratamiento rehabilitador de la escoliosis?

De ellas se derivan las siguientes Tareas investigativas:

1.-Sistematizar los fundamentos teóricos sobre los ejercicios acuáticos de los niños en el tratamiento rehabilitador de la escoliosis.
2.-Elaborar los ejercicios acuáticos encaminados a la sistematicidad de los niños en el tratamiento rehabilitador de la escoliosis.
3.- Valorar la influencia de los ejercicios acuáticos encaminados a la corrección de la escoliosis en los niños motivo de investigación.

Aporte teórico: De esta investigación, es precisamente la fundamentación teórica de los ejercicios acuáticos para la disminución de las deformidades de la columna vertebral y en especial la escoliosis en los niños de 10 a 15 años en el Municipio de Santa Cruz del Norte.
Este instrumento metodológico tiene un **aporte práctico:** ya que se inserta el uso de los ejercicios acuáticos motivándolos a participar en el área terapéutica para mejorar la escoliosis en los niños del Municipio Santa Cruz del Norte.

Bibliografía

1- Algara Lamagniere, C. (1976). "Alteraciones experimentales de los cartílagos de crecimiento epifisarios del cuerpo vertebral". Tesis Doctoral. Universidad de Barcelona.
2-Blasco, T. (1994) *Actividad Física y Salud*. Edit. Martínez Roca. Barcelona
3- Cirigliano, P. M. (1998) *Matronatación Terapéutica para Bebés*. Edit. Médica Panamericana, Bs. As. Argentina.
4- .Coillard C., Rivard C. H. Vertebral deformities and scoliosis. EurSpine J 1996; 5(2): p. 91-100.
5-Evaluación del Equipo de Salud Comunitaria (Ay. Hospitalet de Llobregat). 1990.
.6-Fuertes, J. y Castro N,: Evaluación de programas en un centro de salud. Aten. Primaria 11. 425-426. 1993.- - Fernández C, Pérez J.: Valoración de las actitudes

y satisfacción de los usuarios en relación a los controles del niño sano. An EspPed. 36, 68, 1989.

7- Gerd- Wilhelmboger, Kerstin Hoppe, Friedrich- Wilhelm Moller
Fisioterapia para ortopedia y reumatología.

8- Generalitat de Catalunya: Programa de control i Cribatge del nensa. 1992.

9- Generalitat de Ctalunya: Protocold´escoliosis. 1994.

10--González, Serra, diego Jorge. Teoría de la motivación y práctica profesional. Ciudad de la Habana: Ed. Pueblo y Educación, 2001.__ 301p

Título: Ejercicios Físico Terapéuticos para la rehabilitación de la tendinitis rotuliana en atletas de Levantamiento de Pesas.

Autor: Lic. Camilo Peláez Sordo.

País: Cuba

Resumen

En el Equipo Nacional de Levantamiento de Pesas los atletas sufren de lesiones frecuentes, fundamentalmente en la articulación de las rodillas que conllevan a una limitada calidad y longevidad en el deporte. Esta lesión es atendida a través de la fisioterapia pero no se aplica la cultura física terapéutica como tratamiento profiláctico y rehabilitador.

Este trabajo tiene como objetivo elaborar una batería de ejercicios físico-terapéuticos para la rehabilitación de la tendinitis del tendón rotuliano en los atletas del equipo nacional de Levantamiento de Pesas.

El estudio fue realizado con 14 atletas priorizados del equipo masculino de levantamiento de pesas con edades comprendidas entre los 17 y 31.

Dentro de los principales resultados se elaboró una batería de ejercicios físico-terapéuticos que contribuyó a la rehabilitación de la tendinitis del tendón rotuliano en la muestra seleccionada.

Título: Ejercicios físicos para la rehabilitación de amputados de miembros inferiores unilaterales (Supracondilea e Infracondilea) de la localidad de Puente Aranda, Bogotá.

Autora: M.Sc. Lorena Huertas Roa, lorenaviviana24 @hotmail.com Máster en Cultura Física Terapéutica. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deporte, Manuel Fajardo. Cedula: 52.543.778 de Bogotá.

País: Colombia

Resumen

Cuando se realiza la amputación de algún miembro del cuerpo, es para decurar y o detener una enfermedad, causando problemas físicos, psicológicos, estéticos y sociales, por lo tanto, es fundamental la rehabilitación para capacitar al paciente en sus actividades cotidianas.

La localidad de Puente Aranda se encuentra en el tercer lugar de discapacidad física, de las 20 existentes de Bogotá, la población se caracteriza por presentar bajos niveles económicos lo que dificultad la asistencia a centros de atención especializados para su rehabilitación.

Para la investigación se realizó un estudio teórico previo y diagnóstico de necesidades que permitió, a partir de la aplicación de encuestas, entrevistas y la revisión de documentos, sentar las bases para el diseño de un programa de ejercicios para la rehabilitación de pacientes amputados de miembros inferiores unilaterales de la localidad de Puente Aranda, Bogotá Colombia, que asisten al centro San Cristóbal, como alternativa factible, parala rehabilitación de los pacientes. Por la flexibilidad y sencillez de sus contenidos, es asequible a las particularidades personales de los practicantes y a su entorno.

Los resultados son la valoración empírica de la propuesta por criterios de especialistas, para contribuir en el proceso de la rehabilitación, para la cual fue elaborado.

Título: Ejercicios físico-terapéuticos en adultos con Síndrome de Hipermovilidad Articular.

Autor: Dr. C. Ardy Rafael García Rodríguez, ardayma@inder.cu

Coautores: Dr. C. Jorge de Lázaro Coll Costa

M.Sc. Yamila Fernández Nieves

M.Sc. Maria Blanca García Rubio

Institución: UCCFD "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Resumen (1 página)

A las consultas de reumatología y ortopedia a diario acuden adultos con dolores músculos – esqueléticos en la zona lumbar asociados al Síndrome de Hipermovilidad Articular (SHA). Estos pacientes no se les indican dentro del tratamiento ejercicios físicos por desconocimiento sobre la influencia de los mismos en la zona lumbar en pacientes con SHA. Se pretende solucionar el siguiente problema científico: ¿Cómo influyen los ejercicios físico - terapéuticos en adultos con Síndrome de Hipermovilidad Articular y dolores músculos – esqueléticos en la zona lumbar que asisten al Centro de Actividad Física y Salud en la UCCFD "Manuel Fajardo"? Se aplicaron métodos teóricos, empíricos y estadísticos-matemáticos, los cuales permitieron darle curso a la investigación. Donde se concluye que los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan en la actualidad lo referente al tratamiento del SHA deja claro el qué hacer, pero no precisan el cómo tratar a pacientes con SHA y dolencias músculos – esqueléticas en la zona lumbar. Los resultados de las mediciones reflejan que al culminar los 10 meses de tratamiento se evidenciaron mejoría en los indicadores evaluados. Las diferencias significativas de los indicadores evaluados confirman aceptar la hipótesis científica y la hipótesis estadística Ho. La aplicación de ejercicios físico – terapéuticos donde involucren en su contenido el trabajo de flexibilidad, fuerza y coordinación, con 5 frecuencia a la semanas, a una intensidad de 60 – 75 % de la FC Max, en el horario de 4:00 pm durante un período de 10 meses influye positivamente en el alivio de las dolencias músculos – esqueléticas en la zona lumbar en pacientes de 18 años con SHA.

Introducción (quedará explícitamente declarado el objetivo)

Dentro del amplio grupo de situaciones reumáticas que en la actualidad se mencionan como probable origen de trastornos se destaca el síndrome de hiperlaxitud o el SHA generalizada. Cuando hablamos de “hiperlaxitud articular”, nos referimos al aumento exagerado de la movilidad de las articulaciones, es decir las personas que tienen articulaciones hipermóviles, más flexibles o laxas que lo corriente y no presentan ningún síntoma; pero en otras esta hiperlaxitud se acompaña de debilidad de los tejidos, debido a una falla genética del colágeno, lo que produce síntomas tanto del aparato locomotor (dolores articulares, bursitis, tendinitis, subluxaciones articulares, dolor de espalda, etc.) como de otros tejidos que pueden provocar prolapso uterino o rectal, hernias abdominales, venas varicosas, piel delgada (transparente) con estrías, fragilidad capilar y mala cicatrización, prolapso de la válvula mitral, miopía, párpados caídos, entre otros; y en estos casos estamos en presencia del Síndrome de Hiperlaxitud Articular” (SHA) (hiperlaxitud + síntomas)**.** (12-61)

La prevalencia del síndrome se estima entre el 10 y el 25% de la población general con variaciones según sexo, edad y raza (4). El espectro de manifestaciones clínicas en el SHA es amplio y suelen variar desde escasas hasta múltiples, pudiendo ser articulares y no articulares. Las más frecuentemente encontradas son artralgias, sinovitis, esguinces, luxaciones y deformidades esqueléticas (5). Puede verse asociado a neumotórax espontáneo, a prolapso mitral (6), a ansiedad (7) y a fibromialgia (8).En la población infantil de Cuba se conoce su prevalencia y su sintomatología asociada (9), pero se desconoce su comportamiento en otros grupos de edad.

La situación problémica refiere que a las consultas de reumatología y ortopedia a diario acuden adultos con dolores músculos – esqueléticos en la zona lumbar asociados al Síndrome de Hipermovilidad Articular. Estos pacientes no se les indican dentro del tratamiento ejercicios físicos por lo que se evidencia un desconocimiento sobre la influencia de los mismos en la zona lumbar en adultos con Síndrome de Hipermovilidad Articular.

Problema Científico: ¿Cómo influyen los ejercicios físico - terapéuticos en adultos con Síndrome de Hipermovilidad Articular y dolores músculos – esqueléticos en la zona lumbar que asisten al Centro de Actividad Física y Salud en la UCCFD "Manuel Fajardo"?

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la influencia de ejercicios físico - terapéuticos en adultos con Síndrome de Hipermovilidad Articular y dolores músculos – esqueléticos en la zona lumbar que asisten al Centro de Actividad Física y Salud en la UCCFD "Manuel Fajardo"

La hipótesis científica plantea que mediante la aplicación de ejercicios físico – terapéuticos alivia las dolencias músculos esqueléticas en la zona lumbar en adultos con Síndrome de hipermovilidad articular que asisten al Centro de Actividad Física y Salud en la UCCFD "Manuel Fajardo".

Métodos

La investigación contó con la aplicación de los ***métodos teóricos***, Analítico – sintético, Histórico – lógico, Hipotético – deductivo que nos posibilitaron fundamentar teóricamente todo lo referente con el síndrome y la forma de tratamiento terapéutico. Además se aplicaron ***métodos empíricos***, tales como la consulta a documentos oficiales, encuesta, experimento y medición.

A 5 adultos con SHA de 18 a 40 años, de sexos variados se sometieron a un entrenamiento de 3 meses. El contenido fue dirigido al desarrollo de la flexibilidad, la fuerza y la coordinación de toda la musculatura paravertebral y lumbo – pélvica. La sesiones de entrenamiento contó de 45 min, 5 frecuencia a la semanas a una intensidad de 60 – 75 % de la Frecuencia Cardiaca Máxima (FC Max), en el horario de 4:00 pm. La FC Max fue obtenida mediante la ecuación que propone Tabata y col (2002) (11). El Pulso de Entrenamiento (PE) fue determinado por la ecuación de Karvonen (3).

El pre-test se llevó a cabo el 8/09/2014

1. Escala Analógica Visual (EVA), medir la intensidad de dolor.

2. Prueba de continuidad para determinar la fuerza en la zona lumbar.

Al día siguiente la muestra se sometió a las exigencias de un entrenamiento de ejercicios físicos - terapéuticos durante 3 meses que inicio el 9/09/14 a las 4:00 pm. Al concluir el tiempo de entrenamiento se repitieron bajo las mismas condiciones del mismo protocolo de pruebas realizado en el pre-test.

Procedimientos de las mediciones realizadas.

1. Escala Analógica Visual (EVA), medir la intensidad de dolor.

El dolor se representa en una línea de 10 cm. En uno de los extremos consta la frase de “no dolor” y en el extremo opuesto “el peor dolor imaginable”. La distancia en centímetros desde el punto de «no dolor» a la marcada por el paciente representa la intensidad del dolor. (Figura 1).

Evaluación.

- Un valor inferior a 4 significa dolor leve-
- Un valor entre 4 y 5,9 significa dolor moderado.
- Un valor entre 6 y 7,9 significa dolor grave.
- Un valor entre 8 y 9,9 significa dolor muy intenso.

2. Prueba de continuidad para determinar la resistencia muscular en la zona lumbar.

Test de puente prono (Bliss & Teeple, 2005): Este test consiste en mantener el peso corporal del sujeto exclusivamente sobre los antebrazos/codos y los dedos de los pies en una posición de decúbito prono, manteniendo en todo momento una alineación lumbo-pélvica neutra. Los brazos deben estar perpendiculares al suelo y formando un ángulo de 90º con los antebrazos. Los codos y antebrazos separados a la anchura de los hombros (Figura 2). La conclusión del test sucede cuando el sujeto pierde el posicionamiento neutro de la pelvis y ésta cae hacia el suelo, adquiriéndose una hiperlordosis lumbar por rotación anterior de la pelvis. Bliss y Teeple (2005) sugieren que el tiempo que deberían soportar los sujetos evaluados debería ser de al menos 60 segundos. (10).

A los resultados se le aplicó los estadísticos descriptivos basados en los rangos negativos para la prueba de los rangos con signos de Wilcoxon para 2 muestras relacionadas procesado mediante el software SPSS V.11.5 para conocer la significación estadística de los ejercicios físico – terapéuticos aplicados.

Ejercicios físico – terapéuticos para adultos con Síndrome de Hipermovilidad Articular y dolores músculos – esqueléticos en la zona lumbar.

Objetivo: consiste en aliviar las dolencias músculos – esqueléticas en la zona lumbar al mismo tiempo que la musculatura se fortalece de tal modo que se mantiene la flexibilidad y restablece la funcionalidad.

Orientaciones metodológicas.

1. Los movimientos involucrados en los ejercicios terapéuticos deben realizarse suave.
2. Respetar el grado de amplitud considerado normal por cada articulación.
3. No exceder el grado de amplitud de movimiento que presenta el paciente. No pueden realizar la extensión completa de ninguna articulación. Se recomienda que realice semi – extensión de las articulaciones laxas e hiperlaxas.
4. Corregir postura constantemente y sobre todo en la ejecución de los ejercicios terapéuticos.
4. Velar constantemente cualquier sintomatología evidenciada por el paciente durante la sesión de entrenamiento.

Calentamiento. Influencia combinada durante un tiempo de 10 minutos. Figura 3.

Ejercicios físico – terapéuticos.

Ejercicio 1. Elevación de la pelvis: el sujeto se encuentra acostado de cubito supino. Realizar un ante versión de la pelvis hasta quedar lo más recto posible de la línea media del cuerpo haciendo coincidir en un línea recto la articulación gleno- humeral con la coxofemoral y esta con la patelo-femoral. (Figura 4)

Ejercicio 2. Flexión de cadera: el sujeto se encuentra acostado de cubito supino. Realizar una flexión de cadera hasta llegar a la posición de 90^0 en correspondencia de las articulaciones coxofemoral – patelofemoral y tobillo. (Figura 4)

Ejercicio 3. Flexión ventral con flexión de rodilla sin peso: el sujeto se encuentra en bipedestación realizar una flexión ventral del tronco (hacia adelante) con la espalda lo más recta posible hasta sentir tensión en la musculatura lumbar. (Figura 4)

Ejercicio 4. Flexión ventral con flexión de rodilla con peso: Idem al ejercicio anterior pero agarrando un peso en las manos. (Figura 4).

Dosificación.

Primer mes.

1 y 2 semana: $\frac{4 \times 7 - 10}{25'}$

3 y 4 semana: $\frac{4 \times 10 - 12}{25'}$

Segundo mes.

1 y 2 semana: $\frac{5 \times 10 - 12}{30'}$

3 y 4 semana: $\frac{5 \times 12 - 15}{30'}$

Tercer mes.

1 y 2 semana: $\frac{5 \times 15 - 17}{40'}$

3 y 4 semana: $\frac{5 \times 17 - 20}{40'}$

Orientaciones metodológicas.

1. Velar la ejecución incorrecta de los ejercicios. Corregir posturas y movimientos.

2. Cuando se trabaja con peso sobre la base de las dosificaciones anteriores en la medida que aumente la serie disminuye las repeticiones y viceversa.

Resultados.

El gráfico 1 muestra las enfermedades asociadas de los pacientes como en un 23 % presentan los dolores articulares en la zona lumbar al igual que en la musculatura flexora de la cadera. Un 24% está referido a la debilidad muscular en el tren superior incluyendo la zona dorso-lumbar y la musculatura de los brazos. Manifiestan en un 6% tener cansancios frecuentes y crepitaciones articulares. Además de padecer de Crisis Vágales y Luxaciones.

La encuesta aplicada a los casos muestra la evidencia de que 2 de los adultos iniciaron un tratamiento terapéutico por 1 meses y comenzaron a manifestar reiteradamente dolores en las articulaciones y zona lumbar decidieron no continuar con el tratamiento.

Otros 3 adultos no ha recibido tratamiento terapéutico por desconocimiento del rehabilitador sobre cómo tratar las dolencias músculos – esqueléticas en la zona lumbar en pacientes con SHA.

La EVA en el pre-test muestra valores de dolor en la zona lumbar en todos los casos de 8 obteniendo clasificación de dolor muy intenso.

El Gráfico 2 muestra los resultados del test de puente prono en dos momentos de mediciones (Pre-test y Post-Test). El grupo obtuvo valores promedios de 30.2 segundos en la medición inicial mostrando valores inferiores al valor establecido coma aceptable para la prueba que es de 56 segundos. Donde se asume claramente que existe debilidad en la resistencia muscular en la zona lumbar, indicando que se debe de iniciar cuando antes un proceso de rehabilitación terapéutica.

La EVA en el pos-test muestra valores de dolor en la zona lumbar en todos los casos de 3 obteniendo clasificación de dolor leve. Existiendo alivio en toda la musculatura lumbo-pelvica.

Los resultados del pos-test como bien lo muestra el Gráfico 2 se evidencia una clara mejoría grupal con respecto a la resistencia muscular lumbo-pelvica. Se

alcanzó 43 segundos, 12.8 segundos más que en la prueba inicial. Este resultado resulta negativo si lo comparamos con el valor promedio establecido normal para la prueba. No obstante, los 12.8 segundos alcanzados de más emite el juicio que la musculatura lumbo-pelvica se fortaleció y ya logra resistir mejores cargas isométricas por periodos de tiempo más prolongados. Por lo que se considera oportuno seguir trabajando con ejercicios que activen toda la musculatura lumbo-pelvica para seguir mejorando los resultados. Tomando en consideración, Schellenberg et al. (2007) compararon los tiempos normativos de un grupo de sujetos de ambos sexos con (n= 32) y sin dolor lumbar crónico (n= 43) en el ejercicio de puente prono y supino. Las duraciones medias para los sujetos sin dolor lumbar fueron de 72.5 segundos y 170.4 segundos para el ejercicio de puente prono y supino respectivamente, aunque la variabilidad y desviación estándar inter-sujeto fue alta (± 32.6 segundos para el puente prono) datos interesantes que debemos tomar como referencias para posteriores estudios.

Estadísticos de contraste. Prueba de los rangos con signos de Wilcoxon. Correlación entre EVA y la Fuerza.

Ho: existe alivio del dolor y fuerza muscular.
Hi: no existe alivio del dolor, ni fuerza muscular.

Se muestra en la Tabla 1 los resultados de la prueba de hipótesis. Nos percatamos que la intensidad del dolor y la fuerza en los sujetos evaluados dio un nivel de significación muy significativo, lo cual responde a las exigencia de los ejercicios físico – terapéuticos realizados. Se acepta la hipótesis estadística Ho y la hipótesis científica de la investigación.

Conclusiones.

1. Los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan en la actualidad lo referente al tratamiento del SHA deja claro el qué hacer, pero no precisan el cómo tratar a pacientes con SHA y dolencias músculos – esqueléticos en la zona lumbar.

2. Los resultados de las mediciones reflejan que al culminar los 3 meses de tratamiento se evidenciaron mejoría en los indicadores evaluados.

3. Las diferencias significativas de los indicadores evaluados confirman aceptar la hipótesis científica y la hipótesis estadística Ho.

4. La aplicación de ejercicios físico – terapéuticos donde involucren en su contenido el trabajo de flexibilidad, fuerza y coordinación, con 3 frecuencia a la semanas, a una intensidad de 60 – 75 % de la FC Max, en el horario de 4:00 pm durante un período de 3 meses influye positivamente en el alivio de las dolencias músculos – esqueléticas en la zona lumbar en adultos de 18 – 40 años con SHA.

Referencias.

1. Akuthota, V., & Nadler, S (2004). *Core strengthening*. Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, 85(S1), S86-S92
2. Augustsson, S., Bersas, E., Magnusson-Thomas, E., Sahlberg, M., Augustsson, J., & Svantesson, U (2009).*Gender differences and reliability of selected physical performance tests in young women and men*. Advances in Physiotherapy, 11, 64-70
3. Barrios R. J y Ranzolas R. A. Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. La Habana. Deportes. 1998; 39.
4. Bravo Jaime F (2003) Importancia de la hipermovilidad articular como causa frecuente de morbilidad, no sólo músculo-esquelética, sino también sistémica: criterios diagnósticos. p 33 – 38 3
5. Bravo Jaime F (2009) Síndrome de Ehlers-Danlos con especial énfasis en el síndrome de hiperlaxitud articular. Revista Médica. Chile. p 137 y 1488-1497 4.
6. Beighton, Grahame R y Bird H (1999) Assesment of Hypermobility. Hypemorbility of Joints. Third Editión . Springer- Verlag London limited. 5.
7. Beighton y col (s.f) El Sindrome de Ehlers- Danlos. p 17 6.
8. Biro F, Gewanter HL, Baum J. (1983) The hypermobility syndrome. Pediatrics. 72: 701-6 13 7.

9. Bridges . AJ Smith . E, Reid . J . (1992) Joint Hypermobility in adults refered to rheumatology clinics. Am Rheum Dis. 8.
10. Guillermo Peña, Prof. Juan Ramón Heredia Elvar, Susana Moral, Felipe Isidro Donate y Prof. Fernando Mata Ordoñez, MD. Revisión de los Métodos de Valoración de la Estabilidad Central (Core). PubliCE Standard · 2012. Tomado de: http://g-se.com/es/evaluacion-deportiva/articulos/revision-de-los-metodos-de-valoracion-de-la-estabilidad-central-core-1426
Consultado el: 22 de marzo de 2014. 5
11. João Carlos Marins y Manuel Delgado Fernández (2007). Empleo de ecuaciones para predecir la frecuencia cardiaca máxima en carrera para jóvenes deportistas. ARCHIVOS DE MEDICINA DEL DEPORTE. Volumen XXIV. Número 118. Pág. 112-120. Disponible en: http://femede.es/documentos/Original_Ecuaciones_112_118.pdf.
Consultado el 07 de junio de 2014. 6
12. Fnitsche y col (2003) Frecuencia del polimorfismo C677T de la 5,10-metilentetradehidrofolato reductasa (MTHFR) en mujeres chilenas madres de afectados con espina bífida y en controles normales. Revista Médica Chile. P 131 y 1399-04 23

Tablas, Gráficos y Figuras

Figura 1. Regla de medidas de la Escala Analógica Visual (EVA).

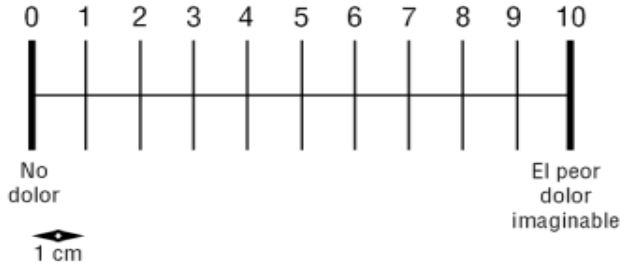


Figura 2. Test de puente prono (Bliss & Teeple, 2005)

Figura 3. Ejercicios de calentamiento. Influencia combinada.

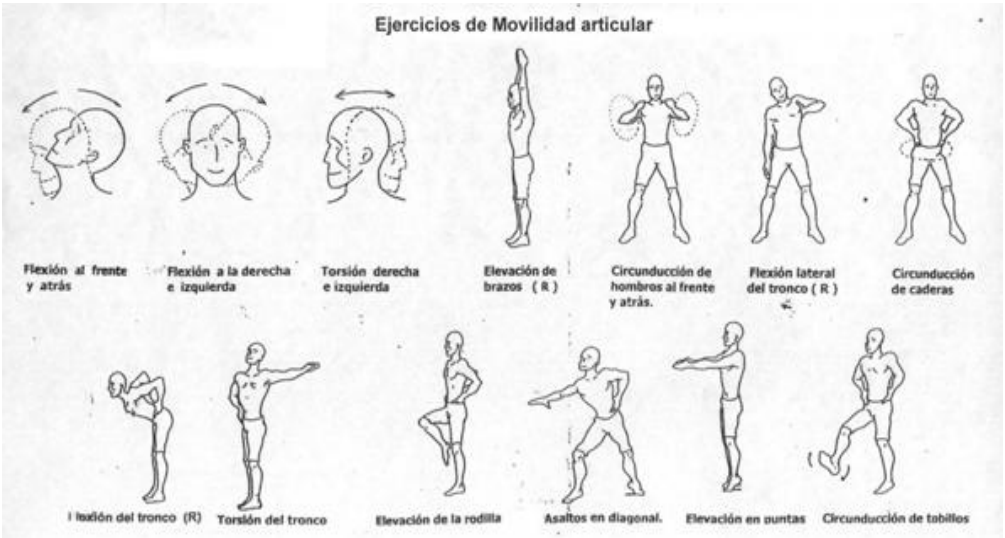


Figura 4. Ejercicios físico - terapéuticos en adultos con Síndrome de Hipermovilidad Articular

Ejercicio 1. Elevación de la pelvis.

Ejercicio 2. Flexión de cadera.

Ejercicio 3. Flexión ventral con flexión de rodillas sin peso.

Ejercicio 4. Flexión ventral con flexión de rodillas con peso.

Gráfico 1. Enfermedades asociadas.

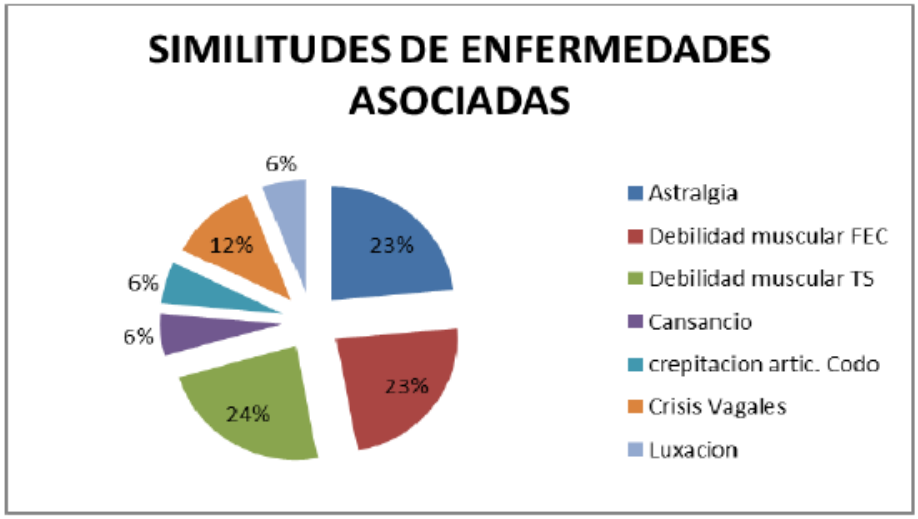
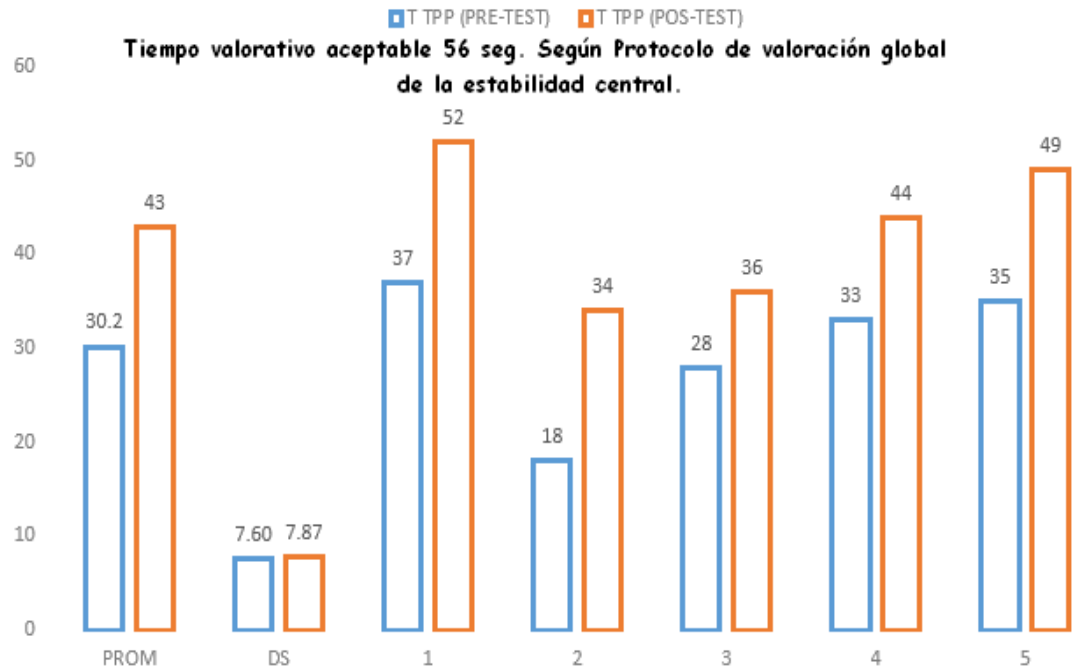


Gráfico 2. Test de puente prono (Bliss & Teeple, 2005)



Leyenda: T TPP= Tiempo de la contracción isométrica en el Test de puente prono.

Tabla 1. Estadísticos de contraste. Prueba de los rangos con signos de Wilcoxon. Correlación entre EVA y la Fuerza.

PRUEBA	**EVA2 - F2**
Significación Asintótica (bilateral)	.003

Palabras Claves (hasta 6): Hiperlaxitud, Hipermovilidad, Lumbar.

Título: Ejercicios terapéuticos, agentes físicos terapéuticos y apoyo nutricional en pacientes con ELA.

Autor: Lic. Yordán Cañadilla Barrios.

País: Cuba

Introducción

Las enfermedades de la neurona motora, descritas inicialmente por Aran y Duchenne, se caracterizan por constituir un grupo heterogéneo de síndromes, esporádicos o familiares, cuyo sustrato neuropatológico es la degeneración de las neuronas motoras de la médula espinal, el tallo cerebral, o la corteza motora. La Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA), forma clásica o Enfermedad de Charcot; es la enfermedad de referencia dentro de este grupo de síndromes, igualmente conocida como Enfermedad de la neurona motora (ENM),es una condición médica de curso progresivo, incluida en el grupo de las enfermedades neurodegenerativas. Es una típica enfermedad de debut clínico en adultos, y se distingue por la degeneración progresiva de ambas neuronas motoras la superior y la inferior.[1]

En la descripción clínica, existe el consenso, que, una vez que aparecen las manifestaciones clínicas, ya el enfermo, ha perdido un porciento importante de neuronas motoras.[2] En la mayoría de los enfermos el inicio suele ser asimétrico en su expresión. El primer síntoma puede ser trastorno para la marcha o pérdida de la fuerza muscular en miembros superiores. Estos generalmente manifiestan signos de degeneración de motoneurona superior (MNS) (debilidad y pérdida de la destreza del movimiento, hiperreflexia ostiotendinosa, espasticidad, clonus, signo de Babinski y otros reflejos patológicos), así como manifestaciones de disfunción de motoneurona inferior (MNI) (marcada pérdida de la fuerza muscular, hipotrofia-atrofia muscular, hipo-arreflexia ostiotendinosa, fasciculaciones y calambres musculares).

Alrededor de 25 a 30% de los pacientes, presenta la forma de inicio bulbar de la enfermedad, que usualmente se manifiesta por disartria, que generalmente precede a la disfagia a los líquidos y sólidos, y disfonía. Las manifestaciones

clínicas se extienden con rapidez a otras regiones corporales (generalmente entre uno y dos años desde el comienzo), comprobándose una mayor velocidad de propagación en sentido rostro caudal, que a la inversa. [3,4]

Epidemiología

La incidencia de la ELA/ENM en Europa es aproximadamente 2/100,000 habitantes. En poblaciones no europeas, y en las de alta mezcla étnica la frecuencia suele ser inferior.[5.6]

En Cuba, en el instituto de neurología y neurocirugía (INN) se creó desde el año 2005, una consulta multidisciplinaria para el seguimiento a enfermos con sospecha clínica de ELA. Se calculó la frecuencia para todo el país a partir de los datos de mortalidad, registrados en la oficina nacional de estadística del Ministerio de salud pública cubano (MINSAP) y la incidencia resultó 0.8/100,000.(11)Aunque la diferencia en la frecuencia de la enfermedad entre las distintas poblaciones es aún un enigma, existe la hipótesis de que a mayor grado de mezcla étnica, menos riesgo de padecer la enfermedad, la mezcla pudiera constituir un factor protector.[1]

Es más frecuente en hombres que en mujeres; 1.5:1. La edad media de inicio de la enfermedad es entre los 50 y 75 años, a diferencia de las enfermedades de Parkinson y Alzheimer, posterior a estas edades es menos frecuente el debut clínico por ELA, lo que hace pensar que esta no es una enfermedad directamente relacionada con el envejecimiento, pero la edad es un factor de riesgo importante.[6]

Terapias vigentes en Esclerosis Lateral Amiotrófica

El manejo terapéutico de los pacientes con Esclerosis Lateral Amiotrófica es complejo y demanda la participación multidisciplinaria de neurólogos, fisioterapeutas, médicos en la comunidad donde vive el paciente y especialistas en cuidados paliativos.[7,8] Aunque la Esclerosis Lateral Amiotrófica carece de una terapia efectiva, es decir es una típica enfermedad huérfana en tratamiento, los síntomas que aparecen en el curso de la misma (calambres, espasticidad, acumulación de la saliva en la boca, disartria, problemas respiratorios, labilidad emocional, depresión, disfagia, insomnio, ansiedad, y fatiga, entre otros) pueden ser tratados.

Por otra parte, recientemente se ha difundido el uso de agentes físicos terapéuticos en el tratamiento de la ELA.

Un agente físico terapéutico actúa mediante uno o más tipos de energía que aporta al organismo y de esta manera influye sobre los procesos biológicos. Puede contribuir a disminuir el tiempo de evolución, desinflamar, estimular la regeneración del tejido o disminuir el dolor. En esta obra solo se profundiza en los agentes físicos y en los acápites de estos, que tienen interés terapéutico para la especialidad, aunque también los agentes físicos pueden emplearse con intención diagnóstica, como ocurre en el caso del ultrasonido, la electromiografía, la electroencefalografía, por solo mencionar algunos ejemplos[8].

En la literatura aparecen varias definiciones de Medicina Física como la de Holser, que la define como la "ciencia" o parte de la medicina que utiliza agentes y técnicas de naturaleza física para el diagnóstico, tratamiento y prevención de enfermedades[9].

Krussen, la define como una rama de la medicina que utiliza agentes físicos, como la luz, el calor, el agua y la electricidad, así como agentes mecánicos, en el tratamiento de las enfermedades; mientras Molina Ariño planteó que la medicina física estudia ampliamente los recursos que aportan los agentes físicos no ionizantes (mecánicos, térmicos y electromagnéticos). En teoría, se puede referir a cualquier fenómeno físico como es la presión, el calor, el frío, la electricidad, el sonido o la luz[9].

Otro aspecto a tener en cuenta es la nutrición en el paciente en este tipo de paciente.

En la ELA todas las fases de la deglución pueden alterarse. La disfunción de la fase oral apareceprecozmente, la disminución de fuerza y coordinación lingual altera la fase de preparación yoral de la deglución, así como la capacidad de propulsión del bolo, comprometiendo el estadonutricional del paciente (Gómez Fernández L, 2001).[10]

La disminución de presión de la lengua se ha asociado a una mayor incidencia de disfagia con el uso de alimentos con mayor viscosidad. Inicialmente los pacientes comienzan a evitar alimentosde mayor consistencia y aquellos que requieren

masticación, aunque la textura específica queprovoca mayor sintomatología depende de las características clínicas individuales, originándoseun aumento del tiempo que tarda en comer (Mayadev AS, 2008).

Otro de los rasgos característicos de estos pacientes es la dificultad para el sellado labial, quea menudo está reducido y que origina babeo y derrame del bolo alimenticio. La alteración o lacapacidad de contención del bolo es considerada un factor determinante de la severidad de ladisfagia en estos pacientes (Simmons Z, 2010).[11]

La disfunción faríngea generalmente ocurre en la evolución de la enfermedad y se asocia con el incremento de la severidad de la enfermedad. Provocándose afectación de la elevación velar durante la deglución. El déficit de los músculos del paladar blando puede originar la existencia de regurgitación nasal. Sin embargo, uno de los rasgos fundamentales de la disfagia es la dificultad para el disparo del reflejo de deglución. Su asociación con el déficit de motilidad lingual, y la contracción faríngea reducida puede originar la persistencia de residuos a nivel faríngeo que puede ocasionar aspiración cuando el paciente reanuda la respiración al finalizar la deglución. La identificación de la disfunción faríngea es crítica para prevenir la existencia de aspiración y de complicaciones como la neumonía (Orient-López F, 2006).[12]

Justificación del estudio

En la presente investigación, se pretende, de forma integradora exponer la evolución de estos pacientes luego de aplicársele ejercicios terapéuticos, uso de agentes físicos terapéuticos y seguimiento por el grupo de apoyo nutricional.

Objetivo

Describir la utilidad de los ejercicios terapéuticos, el uso de agentes físicos terapéuticos y apoyo nutricional en pacientes con ELA

Métodos

Tipo de estudio. Se realizó un estudio observacional descriptivo, de corte prospectivo en pacientes con ELA, atendidos en el Servicio de Medicina física y Rehabilitación del Instituto de Neurología y Neurocirugía entre 2014 – 2017.

Universo: pacientes diagnosticados de ELA por el grupo multidisciplinario del INN.

Criterios de inclusión:

Tener evidencias patológicas, evaluado por el equipo multidisciplinar, teniendo un conjunto de datos clínicos, electrofisiológicos, imagenológicos de ELA. Consentimiento informado por escrito a participar en el estudio.

Criterios de exclusión:

Pacientes en etapa muy avanzada.

En presencia de enfermedades sobreañadidas graves y estén descompensados.

Poca cooperación o falta de motivación ante el tratamiento.

Criterios de salida del estudio: fallecimiento del paciente o voluntariedad del mismo.

Variables en estudio.

Edad (en años cumplidos y grupos de edades: 40 – 49, 50 – 59, 60 – 69 y 70 y más años.

Sexo (femenino, masculino)

Color de la piel (blanco, mestizo, negro)

Forma clínica de la enfermedad (espinal, bulbar)

Síntoma de inicio (disartria, debilidad en miembros superiores o inferiores)

Técnica empleada (Ejercicios terapéuticos, Apoyo nutricional, Fisioterapia respiratoria, Terapia ocupacional, Masajes, Corrientes analgésicas, Marcha, Logofoniatría, Cámara magnética, Láser)

Etapas de la enfermedad (I, II, III, IV).

La información se obtuvo a través de las boletas e historias clínicas individuales. A partir de estas se confeccionó un instrumento de recolección de datos creado especialmente para el seguimiento de pacientes con ELA.

El procesamiento estadístico se realizó mediante el programa SPSS versión 21 para Windows. Las variables se expresaron en números y porcientos. Se utilizó el test Chi cuadrado y la comparación de proporciones para establecer asociación entre variables. El nivel de significación estadística fue de 0,05.

Resultados.

Existió predominio de hombres en el estudio, 66,7% y grupos de edad entre 40 – 49 años (50%). Tabla 1.

Predominio de pacientes de color blanco de la piel, 40,7%, seguido por los mestizos, 33,3% y negros, 25,9%. Tabla 2

La HTA fue el antecedente patológico más frecuente, tanto personal, como familiar. Tabla 3.

20,4% son fumadores y 16,7 beben alcohol. Tabla 4.

La mitad de los pacientes son obreros (50%). Tabla 5.

La mayoría de los pacientes fueron ELA esporádica, 92,6%. Y según sus forma clínica, espinal 66,7%. Tabla 6 y 8

Según las etapas, fue más frecuentes la etapa III, 44,4% y la II, 31,5%. Tabla 7.

La debilidad en miembros (superiores e inferiores) fue predominante como sintomatología inicial, 75,9% y 85,2%, respectivamente. Le siguió en orden de frecuencia la disfagia, 66,7%. Tabla 9.

En cuanto al tipo de tratamiento por etapas, los Ejercicios terapéuticos, el Apoyo nutricional, la Fisioterapia respiratoria, la Terapia ocupacional, el Masajey las Corrientes analgésicas se emplearon en todas las etapas en la totalidad de los pacientes. Tabla 10.

La marcha, la Logofoniatría y la cama magnética fueron empleadas en las etapas I, II y III. Tabla 10.

El láser se empleó en 29,2% de los pacientes de la tercera etapa y en la totalidad de los pertenecientes a la IV etapa. Tabla 10.

Referencias bibliográficas.

1. Hardiman O. Amyotrophic Lateral Sclerosis. In: Hardiman O, Doherty C, editors. Neurodegenerative Disorders.London: Springer-Verlag; 2011. p. 143-66.
2. Andersen PM, Borasio GD, Dengler R, Hardiman O, Kollewe K, Leigh PN, et al. Good practice in the management of amyotrophic lateral sclerosis: clinical guidelines. An evidence-based review with good practice points. EALSC Working Group. Amyotroph Lateral Scler 2007 Aug;8(4):195-213.

3. Bede P, Bokde AL, Byrne S, Elamin M, Fagan AJ, Hardiman O. Spinal cord markers in ALS: Diagnostic and biomarker considerations. Amyotroph Lateral Scler 2012 Feb 13.
4. Chio A, Logroscino G, Hardiman O, Swingler R, Mitchell D, Beghi E, et al. Prognostic factors in ALS: A critical review. Amyotroph Lateral Scler 2009 Oct;10(5-6):310-23.
5. Logroscino G, Traynor BJ, Hardiman O, Chio' A, Couratier P, Mitchell JD, et al. Descriptive epidemiology of amyotrophic lateral sclerosis: new evidence and unsolved issues. J Neurol Neurosurg Psychiatry 2008 Jan;79(1):6-11.
6. Logroscino G, Traynor BJ, Hardiman O, Chio A, Mitchell D, Swingler RJ, et al. Incidence of amyotrophic lateral sclerosis in Europe. J Neurol Neurosurg Psychiatry 2010 Apr;81(4):385-90.
7. Bede P, Oliver D, Stodart J, Van den Berg L, Simmons Z, Brannagain O, et al. Palliative care in amyotrophic lateral sclerosis: a review of current international guidelines and initiatives. J Neurol Neurosurg Psychiatry 2011 Apr;82(4):413-8.
8. Borasio GD, Shaw PJ, Hardiman O, Ludolph AC, Sales Luis ML, Silani V. Standards of palliative care for patients with amyotrophic lateral sclerosis: results of a European survey. Amyotroph Lateral Scler Other Motor Neuron Disord 2001 Sep;2(3):159-64.
9. Martín Cordero JE. Agentes físicos terapéuticos. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2008. p. 354.
10. Gómez Fernández L, Calzada Sierra DJ. The importance of multifactorial rehabilitation treatmentin amyotrophic lateral sclerosis. Rev Neurol. 2001; 32: 423-6.
11. Mayadev AS, Weiss MD, Distad BJ et al. The amyotrophic lateral sclerosis center: a model ofmultidisciplinary management. Phys med RehabilClin N Am. 2008 Aug; 19(3):619-31.
12. Orient-López F, Terré-Boliart R, Guevara-Espinosa D, Bernabeu-Guitart M. Tratamientoneurorrehabilitador de la esclerosis lateral amiotrófica. RevNeurol. 2006; 43(9): 549-555.

ANEXO. Tablas.

Tabla 1. Pacientes según edad y sexo.

Grupos de edades (n = 54)	Masculino		Femenino		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
30 – 39	9	16,7	0	0	9	16,7
40 – 49	9	16,7	18	33,3	27	50
50 – 59	9	16,7	0	0	9	16,7
60 – y más	9	16,7	0	0	9	16,7
Total	36	66,7	18	33,3	54	100

X^2 = 27,0000 p = 0,0000 Z = 3,2717 p = 0,0011

Tabla 2. Pacientes según color de la piel.

Color de la piel (n= 54)	Nº	%
Blanco	22	40,7
Mestizo	18	33,3
Negro	14	25,9
Total	54	100

Tabla 3. Pacientes según APP y APF.

Antecedentes (n= 54)		Nº	%
APP	HTA	11	20,4
	DM	7	13
	Migraña	4	7,4
	Enfermedad cardiovascular	9	16,7
	Otros	12	22,2
APF	ECV	7	13
	Enfermedad cardiovascular	8	14,8
	HTA	15	27,8
	DM	5	9,3

	Otros	16	29,6

Tabla 5. Pacientes según hábitos tóxicos.

Hábitos tóxicos (n= 54)	N°	%
Tabaco	11	20,4
Alcohol	9	16,7
Drogas	0	0

Tabla 5. Pacientes según ocupación.

Ocupación (n= 54)	N°	%
Obrero	27	50
Técnico	9	16,7
Ama de casa	9	16,7
Profesional	9	16,7
Total	54	100

Tabla 6. Pacientes según tipo de ELA.

Tipo de ELA (n= 54)	N°	%
Esporádica	50	92,6
Familiar	4	7,4
Total	54	100

Tabla 7. Pacientes según etapas de la enfermedad.

Etapas (n= 54)	N°	%
I	9	16,7
II	17	31,5
III	24	44,4
IV	4	7,4

Total	54	100

Tabla 8. Forma clínica de la enfermedad.

Forma clínica (n= 54)	N°	%
Espinal	36	66,7
Bulbar	18	33,3
Total	54	100

Tabla 9. Pacientes según síntomas al inicio.

Síntoma o signo al inicio (n= 54)	N°	%
Disartria	44	81,5
Disfagia	36	66,7
Anartría	26	48,1
Debilidad miembros superiores	41	75,9
Debilidad miembros inferiores	46	85,2

Tabla 10. Pacientes según tipo de tratamiento por etapas.

Tratamiento (n= 54)	Etapa I (n= 9)		Etapa II (n= 17)		Etapa III (n = 24)		Etapa IV (n = 4)	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Ejercicios terapéuticos	9	100	17	100	24	100	4	100
Apoyo nutricional	9	100	17	100	24	100	4	100
Fisioterapia respiratoria	9	100	17	100	24	100	4	100
Terapia ocupacional	9	100	17	100	24	100	4	100
Masajes	9	100	17	100	24	100	4	100
Corrientes analgésicas	9	100	17	100	24	100	4	100
Marcha	9	100	17	100	24	100	0	0
Logofoniatría	9	100	17	100	24	100	0	0

Cama magnética	9	100	17	100	24	100	0	0
Láser	0	0	0	0	7	29,2	4	100

Título: "Ejercitarte". Proyecto de extensión universitaria modificador del estilo de vida de personas con síndrome Prader Willi y sus familias.

Autores: M.Sc. Sady Rodríguez Pérez. Profesor Auxiliar.sadyr@unica.cu,
Universidad de Ciego de Ávila. Cuba
Dr.C Marcia Julia Salt Gómez.Profesor Titular
marcia@unica.cu.Universidad de Ciego de Ávila. Cuba
Lic. Omar Venegas Echemendía. Viceaseg@inder.cu.INDER. Cuba.
País: Cuba

RESUMEN

La investigación que se presenta responde a la problemática surgida durante el trabajo con las personas con Síndrome Prader Willi y sus familias, donde se detectó como resultado de un estudio diagnóstico, que no se encuentran integradas a las actividades físicas, deportivas y recreativas organizadas en el entorno comunitario, dado por las insuficiencias en los recursos psicopedagógicos que poseen los técnicos y especialistas, para asumir este proceso. Las causas reveladas apuntan a la necesidad de interrelacionar elementos que funcionalmente generen una cualidad integradora para asumir las actividades físico, recreativas y deportivas en la comunidad, con adecuación al perfil personal de cada discapacitado, por lo que se plantea como objetivo: Desarrollar actividades físico, recreativas y deportivas que permitan la integración comunitaria de las personas con Síndrome Prader Willi y sus familias, potenciando el desarrollo de actividades extensionistas de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física y propiciando el intercambio de estudiantes y profesores en el entorno comunitario. El estudio se realiza en la provincia Ciego de Ávila, utilizando la metodología del estudio de caso, como estrategia de investigación cualitativa y desde la complementariedad de métodos del nivel teórico y empíricos. Los resultados alcanzados se revelan partir de la integración de estas personas a la práctica de actividad física sistemática, modificación de su estilo y calidad de vida, la obtención de resultados relevantes en las Olimpiadas Nacionales Especiales, abriendo un espacio para la tolerancia, el respeto y la solidaridad a todos los participantes. Los resultados

obtenidos avalan la labor extensionista del equipo multidisciplinario y del círculo científico estudiantil involucrada en esta tarea.

Palabras claves.

Síndrome PraderWilli, actividad física, integración social.

The research that is presented responds to the problem that arose during the work with people with PraderWilli Syndrome and their families, where it was detected as a result of a diagnostic study, that are not integrated to the physical, sports and recreational activities organized in the community environment, given the inadequacies in the psycho-pedagogical resources that the technicians and specialists have, to assume this process. The revealed causes point to the need to interrelate elements that functionally generate an integrating quality to assume the physical, recreational and sports activities in the community, adapted to the personal profile of each disabled person. Therefore, the objective is: To develop physical, recreational and sports that allow the community integration of people with PraderWilli Syndrome and their families, enhancing the development of extension activities of the Faculty of Physical Culture Sciences and encouraging the exchange of students and teachers in the community. The study is carried out in the province of Ciego de Avila, using the methodology of the case study, as a qualitative research strategy and from the complementarity of theoretical and empirical methods. The results are revealed from the integration of these people to the practice of systematic physical activity, modification of their style and quality of life, obtaining relevant results in the Special National Olympics, opening a space for tolerance, respect and solidarity to all participants. The results obtained support the extension work of the multidisciplinary team and the scientific student circle involved in this task.

Keywords.

PraderWilli syndrome, physical activity, social integration.

INTRODUCCION

Abordar temas relacionados a NEE resulta de vital importancia; aún más cuando el diagnóstico emitido afecta tanto al enfermo como a la familia y el medio social en el que este se desarrolle. En el campo de la Cultura Física, la Educación Física y el deporte son muchas las investigaciones que han abordado temas como la rehabilitación neurológica permitiendo la corrección y\o compensación de los distintos problemas que se presentan. Por lo que la rehabilitación utilizando como medio fundamental el ejercicio físico no resulta novedoso ya que es lo único que mantiene las articulaciones y músculos en buena forma.

El Síndrome Prader-Willi (SPW) causado por un desorden cromosómico, es una enfermedad no hereditaria, de baja incidencia, debido a la pérdida parcial del material genético en el brazo largo del cromosoma 15, de origen paterno.

Las características esenciales están asociadas a una disminución de los movimientos fetales en el período prenatal, falta de tono muscular, poco reflejo de succión y deglución, polifagia, en general retraso en todas las etapas evolutivas y retraso mental en diferentes grados.

Numerosos médicos y científicos han profundizado en sus investigaciones entre los que se deben destacar Prader, (1956), Labhart, (1956), Willi, (1956), Whitman (1987), Forster, (2004) y Eiholzer, (2006).

En Latinoamérica se tratan temas tan controvertidos como el uso de la hormona de crecimiento (GH), la ghrelina y estudios genéticos en grupos ampliados de Síndrome Prader-Willi. Calzada León (2005), Méndez-Sánchez (2005), Cortés (2010) y Del Valle Torrado (2010).

En Cuba las investigaciones sobre este síndrome, refieren trabajos de estudios de caso del área médica, desde el punto de vista educativo, la tesis de maestría, de León, (2006) relacionada con la estimulación temprana del lenguaje en niños Prader – Willi y la de Román (2011) relacionada con la superación de docentes para la atención al comportamiento del SPW.

En el área de la Actividad Física las referencias encontradas están dadas en artículos publicados en el material TheGarthered View onCrafts and ACTIVITES, publicados por la Organización Internacional para el Síndrome PraderWilli IPWSO.

USA., así como publicaciones de conferencias internacionales en redes sociales como youtube sobre la actividad física adaptada en personas con SPW. A pesar de lo avanzado en la atención a personas con Síndrome Prader- Willi, este tema se encuentra poco abordado, pues las investigaciones realizadas no han logrado un proceso efectivo y oportuno que permita perfeccionar la estimulación y atención a este síndrome, en particular desde las ciencias de la Cultura Física y los Deportes, donde son insuficientes los estudios relacionados con la rehabilitación, utilizando como medio fundamental la actividad física, para producir efectos deseados en su integración a nuevos entornos y en el desarrollo motriz del afectado, ya que el SPW debido a su diversidad y características presenta una hipotonía muscular que arrastra por toda su vida.

Conocer y tener pleno dominio de las particularidades físicas, psicopedagógicas y familiares constituyen las premisas indispensables para el desarrollo de una adecuada rehabilitación, pues la atención a este síndrome, comienza desde el propio diagnóstico, continúa en la familia y de esta a cada una de las personas y escenarios en que la persona se desempeñe.

La importancia de la investigación radica en el proceso de atención a este síndrome pues se aplican actividades físicas adaptadas como medio de rehabilitación que generan una estimulación y seguimiento eficiente para contribuir al desarrollo del SPW incorporando a su estilo de vida la práctica de actividad física sistemática.

Lo antes expuesto determinó la necesidad del estudio, estableciendo como

Problema. ¿Cómo influir en el estilo de vida saludable de personas con SPW?

Objetivo general. Elaborar actividades físicas que permitan influir en el estilo de vida saludable de personas con Síndrome Prader-Willi, teniendo en consideración la atención a la diversidad y al comportamiento de los mismos.

Novedad: Radica en la concepción de una propuesta de actividades físicascon el apoyo de un tríptico dirigido a la comunidadPrader-Willi, con un enfoque personalizado y desarrollador, teniendo en consideración la atención a la diversidad.

Desarrollo.

Este trabajo se desarrolló apartir del trabajo de investigadores de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física, con la elaboración de un proyecto no asociado a entidad no empresarial, aprobada por la Dirección Provincial de Deportes; donde estudiantes del grupo científico estudiantil Síndrome PraderWilli "Retos y Perspectivas" han logrado establecer un proceso efectivo y oportuno que le permite a las familias que presentan en su seno una persona con esta discapacidad conocer y tener dominio del comportamiento de sus seres queridos insertando en esta tarea a la comunidad y brindándole a los afectados la incorporación a nuevos entornos.

Resultados del Proyecto

De los resultados alcanzados como labor de las actividades de extensión que deben vincularse los estudiantes de Cultura Física tenemos la participación del círculo científico a las I Convivencias para SPW y sus familias, con sede en Ciego de Ávila donde la población la constituyen 21 familias con SPW

Fundamentación de las actividades diseñadas y la elaboración de un tríptico que sirva de apoyo a la familia.

En nuestro proyecto social el estado, tiene la función de educar a la población con una educación multilateral por lo que resulta difícil subestimar el papel que juega el mantenimiento de la salud.

Teniendo en cuenta que el trabajo de las salas de rehabilitación va encaminado a la salud y servicio del pueblo las autoras se dieron a la tarea de realizar un estudio de las consecuencias que imposibilitan el desarrollo físico-motor de personas afectadas con SPW donde se observan diagnósticos de hipotonía muscular como patología asociada al Síndrome PraderWilli (SPW).

Teniendo en cuenta los criterios de especialistas, las familia y la realización de observaciones, el colectivo de autores en el marco de las I Convivencias se dio a la tarea de planificar actividades físicas teniendo en consideración las características del SPW y que las mismas tuvieran un carácter motivacional propiciando el intercambio entre los voluntarios y las personas con el SPW.

El principal factor a tener en cuenta para diseñar las actividades físicas fueron las características del método de Bobath .

Estas actividades físicas propuestas y aplicadas, se realizaron en el área del zoológico y en la playa, según las actividades planificadas por el equipo de trabajo y organizativo de las convivencias; destacar que el objetivo de los ejercicios propuestos en esta investigación se realizan para demostrar a las familias afectadas con el síndrome que si se puede influir en el estilo de vida saludable de sus hijos con SPW mejorando la calidad de vida de los afectados y por ende la incorporación a nuevos entornos. Luego de aplicadas las actividades en el zoológico se realizó un conversatorio con los padres donde se hizo entrega de un tríptico a las familias con información acerca del manejo de sus hijos y como influir desde la actividad física en el estilo de vida saludable, intercambiando con ellos de cómo era el comportamiento de sus hijos con respecto la actividad física, demostrando con imágenes y videos lo logrado en un día de trabajo.

Una actividad física sistemática, bien planificada y adaptada a cada una de las discapacidades, logra resultados significativos como es el caso de Gabriela Bello Román, una niña de 9 años de edad SPW, que con el apoyo incondicional de sus mejora cada día en el desarrollo de habilidades motrices básicas, corre en línea recta y realiza un salto largo de 40 a 45 cm con adecuada coordinación de brazos y piernas. Sobre cumpliendo con las expectativas trazadas participa en las III Olimpiadas Nacionales de la Enseñanza Especial con sede en Ciego de Ávila, obteniendo medalla de **oro** en el **salto largo**, **plata** en **lanzamiento de la pelota** y **plata** en **25 metros planos**, además de la buena coordinación de brazos y piernas en cada una de las pruebas donde participo.

Otros resultados del proyecto:

Del proyecto se derivan 7 trabajos de Diplomas con resultados y aplicabilidad, una maestría en Educación Especial y un tema doctoral en Ciencias de la Cultura Física.

El reconocimiento del trabajo por parte de la IPWSO a los investigadores avileños; así como del gobierno y la derivación de otros proyectos en el sector del turismo.

Conclusiones.

La actividad física sistemática, bien planificada y adaptada en el SPW, influye en el estilo de vida saludable y mejora la calidad de vida logrando insertar al individuo a nuevos entornos, así como vincular a estudiantes al entorno comunitario en busca de la solución de necesidades emanadas en la salud de la población

Bibliografía

1. BROWN, Jaine. Hombre y movimiento. Principios de educación física. Ed. Dogma. Barcelona 1ª edición, 1992.
2. CARR, J. SHEPERD, R. Movement Science. Foundations for Physical Therapy in Rehabilitation, USA, 1987.
3. Chandler, L.S. : Screening for movement dysfuntion in infancy. Physical and Occupacional Therapy in Pediatrics . 1986, 6, 171-190.
4. FAMOSE, Jean Pierre. Aprendizaje motor y dificultad de la tarea. Ed. Paidotribu. Barcelona, 1992.
5. GONZÁLEZ Rodríguez.Catalina. El estudio de la Motricidad infantil. http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 66 - Noviembre de 2003
6. HERNÁNDEZ, Corvo. Roberto. Movimiento Infatil. Ed Deportes, 2005. ISBN: 84-451.262-5. CUBA.
7. .Petrovsky. A.V (1978)Psicología, Pedagogía y de las Edades. Ed Pueblo y Educación 1978 SNLC: 01.47640.8
8. .Pérez Sánchez, A (2010) Recreación. Fundamentos Teórico Metodológicos..Editorial deportes, Ciudad de La Habana ,Cuba.
9. . Rodríguez Pérez,S et al Actividad física y estilo de vida de una niña con Síndrome PraderWilli. http://www.arrancada.com/ Revista Digital-Cuba Año 11 - N° 66 - Noviembre de 2014
10. Román García, M (2011) Estrategia de capacitación dirigida a los docentes para la atención al comportamiento en el síndrome Prader- Willi.Tesis de maestría.Ciego de Ávila.ç
11. Ruiz Pérez, L. M.(1994) Desarrollo Motor y Actividades Físicas. Ed: Gymnos. Madrid.

12. Ruiz Pérez, L. M.(1995) Competencia Motriz. Elementos para comprender el Aprendizaje Motor en la Educación Física escolar. Ed: Gymnos. Madrid.
13. Terré Camacho, O. (2004) Educación Física y Diversidad En: I Congreso de Educación Física y II Simposio de psicomotricidad. 28 al 3 de diciembre del 2004. Varadero, Matanzas.
14. Vásquez, Gómez Benilda. La educación física en la educación básica. Ed. Gymmos. Madrid, 1989.

El adulto mayor ecuatoriano. Fundamentos del tratamiento a las limitaciones articulares desde el medio acuático.

The Ecuadorian Elderly Citizen. Guidelines in the treatment of joint limitations in the aquatic environment.

Autores: Lic. Valeria Rubí González Terán, valeriarubi07@gmail.com
Dr. C. Ángel Luis Gómez Cardoso, angel.ggomez@reduc.edu.cu
Dr. C. Jorge de Lázaro Coll Costa, 109069coll@gmail.com

Valeria Rubí González Terán es licenciada en Cultura Física y Deportes, miembro del Centro de experiencia del adulto mayor de Ecuador. Se ha desempeñado como monitora en la realización de las actividades de bailo terapia en dicho centro. Actualmente se encuentra cursando la Maestría en Educación en la Universidad de Camagüey, Cuba.

Ángel Luis Gómez Cardoso es Doctor en Ciencias Pedagógicas, Máster en Trabajo Social, Máster en Investigación Educativa y Licenciado en Educación Especial (especialización Logopedia). Actualmente se desempeña como Profesor Titular del Centro de Estudios de Ciencias de la Educación “Enrique José Varona” de la Universidad de Camagüey.

RESUMEN

El articulo describe los fundamentos teóricos y metodológicos de una investigación que integra dos aproximaciones teóricas; el estudio de las concepciones sobre la situación social de desarrollo y el análisis de las falencias que aún existen en el tratamiento al adulto mayor con limitaciones articulares desde el medio acuático, en particular la relación entre la esfera cognitiva y afectiva, entre el facilitador y el adulto mayor, para mejorar las deficiencias articulares, constituyendo uno de los retos de la sociedad contemporánea por el progresivo envejecimiento de la población mundial. Se emplearon métodos de nivel teórico para la construcción de los fundamentos aludidos y se emplearon encuestas a una muestra de adultos mayores y al profesional a cargo de los mismos llevada a cabo en la fundación Centro de experiencia del adulto mayor (CEAM) en la provincia de Pichincha en Ecuador. Se describe la propuesta que a juicio de los autores pudiera resultar efectiva

para mejorar la movilidad articular de los miembros inferiores en el adulto mayor.
Palabra clave: Situación social de desarrollo, adultos mayores, limitaciones articulatorias, tratamiento acuático.

Summary

The article describes the theoretical and methodological guidelines in a research work that brings together two theories: the study of the conceptions on the social development and the discussion of the wrong ideas that still prevail in the treatment of the elderly citizen joint limitations in the aquatic environment. In a very particular manner the report discusses the relation between the cognitive and emotional spheres in both the trainer and the elderly citizen so as to recover from joint limitations, for this health problem has become a challenge in society nowadays because of the progressive again world population. Theoretical methods were used in the elaboration of the guidelines as well as surveys in an elderly citizen sample and the professional personnel in the Fundación Centro de Experiencia del adulto mayor – CEAM- (The Elderly Citizen Experience Center Foundation) in the province of Pichincha, Ecuador. The proposal, which the authors think can render good outcomes, has been described; it can improve movements in the elderly citizen´s lower limbs.
Key Words: social development situation, elderly citizens, joint limitations, aquatic treatment.

Las condiciones de la vida contemporánea y los cambios que se producen a escala internacional en la sociedad, hacen que el complejo y globalizado mundo de hoy imponga retos a la educación para la diversidad humana, uno de esos retos esta precisamente en la búsqueda de una postura coherente en la teoría y práctica del tratamiento a los adultos mayores. La población mundial envejece progresivamente, la cifra en los últimos años de la población adulta a nivel mundial avanza a un ritmo sorprendente, por ello ha sido de interés mayormente en estos últimos años para varias organizaciones a nivel internacional como nacional, la atención a la diversidad e inclusión, lo que implica una tendencia en la búsqueda de una atención de calidad para todos. La Organización de Naciones Unidas **(ONU)** se enfoca principalmente en

reconocer en los adultos mayores cinco derechos: la independencia para la realización de su plan de vida, el derecho a participar activamente en la sociedad y en la toma de decisiones, el derecho a recibir los cuidados y la protección necesaria de sus familias y de la comunidad, el acceso a recursos educativos, culturales, recreativos que les permitan auto realizarse y el respeto a su dignidad.

Uno de los problemas de salud más frecuentes que presentan los adultos mayores se evidencia en el sistema osteomioarticular, en el cual se generan enfermedades degenerativas regularmente en los miembros inferiores donde el cuerpo soporta más peso, ocasionando pérdida funcional. La atención a este problema constituye uno de los retos sociales más grandes; por lo que el actual presidente Ecuatoriano Rafael Correa, gracias a que la revolución ciudadana está en marcha; ha implementado fundaciones y centros gratuitos para el cuidado de los adultos mayores, uno de ellos es el Centro de la experiencia del Adulto mayor **(CEAM)** en donde se realiza actividades de recreación, bailoterapia, natación, ludoterapia para promover un envejecimiento activo y saludable.

Varios autores como (Strinna, Salinas y Requena, Efectos de la hidroterapia en pacientes adultos mayores con artrosis de rodilla 2014) valoran la importancia de los beneficios que ocasiona el agua y la facilidad de realizar ejercicios en función del adulto mayor que presenta limitaciones osteomioarticulares.

A pesar de que constituye una tendencia general el uso de la terapia acuática en el adulto mayor, está faltando, en los facilitadores encargados de su atención, conocimientos acerca de los cambios internos y externos de la adultez mayor como grupo etario. Por lo que es indispensable continuar indagando en esta temática. A este propósito se dirige el presente artículo el cual tiene como objetivo: analizar la situación social del desarrollo del adulto mayor ecuatoriano como fundamento del tratamiento a las limitaciones articulares en el medio acuático.

El envejecimiento ha significado y puede significar la conformación de buscar nuevos horizontes, referentes distintos que permitan comparar, puntos de vista para analizar esta compleja etapa de la vida, distinta por sus experiencias, tratando de ver qué ocurre en la subjetividad del adulto mayor como

individualidad en movimiento y nuevas transformaciones bio-psico-sociales en esta compleja etapa de la vida.

F. Bourliere citado por (Coutier , Camus y Sarkar 2001, 17-18) plantea que: “el envejecimiento se manifiesta en una disminución progresiva y regular, con la edad, “del margen de seguridad” de nuestras funciones, que parecen tener un ritmo de crecimiento y decrecimiento propio de la especie, por tanto, genéticamente programado pero no obstante ampliamente afectado con la vida.”

El envejecimiento es un proceso complejo e inherente a todas las estructuras y funciones del organismo que produce un declive progresivo en la capacidad funcional. El estudio de (Barraza R y Castillo P 2006, 3) plantean que: “El envejecimiento es un proceso universal, continuo, irreversible, dinámico, progresivo, declinante, heterogéneo, y hasta el momento inevitable, en el ocurren cambios biopsicosociales resultante de la interacción de factores genéticos, sociales, culturales, del estilo de vida y la presencia de enfermedades.”

La autora de esta investigación coincide con el doctor (Amat Víctor, 2014, pág.8) el cual alude que “el envejecimiento es el proceso fisiológico en el cual hay una disminución de la capacidad de adaptación del ser vivo al medio; es un proceso biológico, molecular e irreversible, que repercute en todo el organismo, ocasionado por el paso del tiempo sobre los seres vivos.”

Si bien es cierto que los factores genéticos influyen en el dialecto de lo interno y externo, sin embargo, ese proceso se da de forma individual y en dependencia de como el ser humano afronte la vejez, es decir de manera positiva o negativa, adquiriendo buenos o malos hábitos que influenciaran en su calidad y estilo de vida. Otro factor indispensable influyente en las condiciones del envejecimiento serán los factores socio económicos, la autorregulación y adaptación a las demandas ambientales.

A partir de lo que se planteó anteriormente es necesario enfocar la adultez y el proceso de envejecimiento a través de los criterios de L. S. Vigotski. Envejecer es una nueva etapa de desarrollo por ello; es preciso aproximarse psicológicamente a la edad como periodo de desarrollo y a su caracterización lo cual se hará posible desde una concepción histórica cultural.

(Betancur Torres, y otros 2012, 12) Citan a L. S. Vigotski para una mejor comprensión de la estructura y dinámica de la edad, el mismo que propone la ley fundamental de desarrollo o situación social de desarrollo; el núcleo de esta ley representa el momento de partida para todas las transformaciones dinámicas que tienen lugar en el desarrollo a lo largo del periodo dado, surgiendo neoformaciones propias de la edad. L.S.Vigotski, habla sobre la relación que tiene el niño con la realidad social que ocurre mediante la actividad humana explicando la relación entre lo individual y lo social, donde se apropie de la experiencia histórico social constituyendo la fuente del desarrollo psíquico, que también depende de sus ideas, necesidades, sentimientos.

En esta investigación se trata de ver el desarrollo del adulto mayor no como un proceso espontaneo sino con esta relación dialéctica que debe ocurrir entre el individuo y su inclusión hacia la sociedad, procedimientos importantes y necesarios que no se pueden ver de manera aislada en el adulto mayor.

(Febles Elejalde 2006, 5) Define la situación social de desarrollo como “aquella relación peculiar, única, especial e irrepetible entre el joven y su entorno; permite adquirir nuevas propiedades de la personalidad, considerando a la realidad social como la primera fuente de desarrollo.” Por lo tanto, se debe ubicar el análisis en función al adulto mayor y su contexto real de acuerdo a sus actividades, forma de comunicación, relaciones sociales, en la que vive y lo que resulta significativo para él, de acuerdo a sus necesidades, ideas, sentimientos.

(Febles Elejalde 2006) (Nuñez 2010) (Betancur Torres, y otros 2012) (Martin 2015) Plantean que en la vejez ocurren una serie de cambios a nivel físico, psíquico y social que dan lugar a la crisis de la vejez; se habla de un desarrollo inverso porque en él tienen lugar procesos de detención de la creación, como freno temporal en que predominan la reducción, extinción, repliegue, descomposición y desintegración de todo lo que se ha formado en la etapa anterior; son procesos de formación positiva de la personalidad. Estas transitorias formaciones se subordinan a las verdaderas, se extinguen y son asumidas por las formaciones nuevas, careciendo de existencia propia participando de forma latente o inconsciente.

(L.S Vigotski 1989) Habla de una pedagogía terapéutica al no permitir que la educación especial tenga un amplio enfoque social; lo mismo que sucedía unos

años atrás con más intensidad antes de la revolución ciudadana en Ecuador, aunque ha disminuido el índice aún no se ha erradicado totalmente, continuando esa problemática con el trato hacia el adulto mayor, lo cual sigue ocasionando que los mismos se sientan aislados, desplazados del medio que los rodea, haciendo más difícil para ellos asimilar sus cambios a nivel físico, psicológico y social y que a su vez no se sientan motivados por realizar ninguna actividad física que beneficie su estado de salud, sumado a eso el dolor que ocasionan ciertas deficiencias físicas y perdida funcional.

Métodos

La investigación forma parte de los estudios de maestría de la primera autora que se inserta en el contexto de un estudio más amplio relativo a la investigación, orientación de adultos mayores con deficiencias articulares, trabajo preventivo e inclusión del adulto mayor, desde el proceso formativo a cargo del centro de estudios de Ciencias de la Educación (CECEDUC) de la universidad de Camaguey "Ignacio Agramonte y Loynaz”.

Para el desarrollo de la presente investigación se emplearon métodos del nivel teórico y empírico. Los primeros permitieron conocer el estado del arte, en especial los problemas más frecuentes relativos a las limitaciones articulares del miembro inferior del adulto mayor, valorando con particular acierto en el rol del profesional y la estimulación de los logros del desarrollo, específicamente en el área socio afectivo. En primera instancia se efectuó una sistematización teórica de las concepciones sobre el adulto mayor, con particular énfasis en el tratamiento acuático del adulto mayor con limitaciones articulares del miembro inferior. Los resultados parciales fueron sometidos a la consideración de personal experimentado en la temática y de conjunto con los autores llegar a consideraciones teóricas no abordadas con anterioridad relativas al tema objeto de estudio. Se aplicaron métodos como el analítico-sintético, el inductivo-deductivo e histórico-lógico, para valorar la información obtenida. Se utilizó además el enfoque de sistema para la concepción definitiva del adulto mayor con un enfoque protagónico por parte del profesional en el proceso de estimulación de los logros del desarrollo y esencialmente en el área socio-afectivo. De igual forma se tomó una muestra de adultos mayores y profesionales de la fundación del Centro de experiencia del adulto mayor (CEAM) llevada a cabo en Ecuador en la provincia de Pichincha. Fueron

encuestados los profesionales a cargo y los adultos mayores y posteriormente se introdujo la propuesta elaborada a fin de sistematizar los fundamentos teóricos y metodológicos que permiten concebir el proceso del adulto mayor ecuatoriano con limitaciones articulares del miembro inferior.

Resultados y discusión

En la investigación se partió del diagnóstico médico, psicológico, pedagógico, y social emitido por el Municipio del distrito Metropolitano de Quito el cual consta con varias zonas para la asociación de adultos mayores uno de ellos es Fundación Patronato Municipal San José integrada por el Centro de la Experiencia del Adulto Mayor (CEAM) y Secretaría de Salud los cuales cooperan con la revisión de expedientes de cada uno de los adultos mayores, así como las entrevistas a los mismos.

Con el fin de diagnosticar y caracterizar el estado actual de los adultos mayores con limitaciones articulares del miembro inferior se toma como unidad de análisis a ocho adultos mayores con dicho diagnóstico, los cuales cuentan con edades comprendidas entre los 65 y 75 años de edad, de las cuales cinco son mujeres y tres son varones.

A modo de profundizar en el estado actual del problema de investigación, el autor considera efectuar; además, el análisis valorando los resultados derivados de las dimensiones e indicadores

Diagnóstico de los adultos mayores con limitaciones articulares del miembro inferior.

Objetivo: Constatar y valorar el comportamiento integral de los adultos mayores con limitaciones articulares del miembro inferior

Nº	**Aspectos a observar**	**Escalas de evaluación**		
I-.Dimensión	**Física**	**Resultados**		
Indicador 1	Adaptación	Bajo_x_	Medio__	Alto__
Indicador 2	Coordinación intermuscular	Bajo_x_	Medio__	Alto__
Indicador 3	Amplitud articular	Bajo_x_	Medio__	Alto__
II-.Dimensión	**Conductual**	**Resultados**		
Indicador 1	Motivación	Bajo_x_	Medio__	Alto__
Indicador 2	Solidaridad	Bajo__	Medio__	Alto_x_

Indicador 3	Satisfacción	Bajo_x_	Medio__	Alto__
III- .Dimensión	**Social**	**Resultados**		
Indicador 1	Dependencia e independencia	Bajo__	Medio_x_	Alto__
Indicador 2	Interacción social	Bajo__	Medio_	Alto_x_

Estas dimensiones e indicadores son de vital importancia, han sido tomados de la tesis de licenciatura de la misma autora y contextualizada en la actual investigación. Estos parámetros expresan en qué nivel cualitativo se encuentra el adulto mayor. Por lo que se puede apreciar en la dimensión física se encuentran evaluados de bajo ya que no logran tener una amplitud, articular adecuada.

A lo que refiere la dimensión conductual necesitan satisfacer sus necesidades y esto se lograra una vez que la motivación se eleve y que ellos sientan que el motivo de realizar dicha actividad está ocasionando los resultados esperados, por lo cual se encuentran evaluados de medio y en cuanto a la solidaridad es alta ya que se ayudan mutuamente entre ellos.

La ultima dimensión correspondiente a lo social son muy interactivas entre ellas, les gusta llevarse bien e intercambiar anécdotas por lo cual están evaluados de alto sin embargo en cuanto a la independencia no pueden realizar siempre las actividades por ellas mismas por lo que están evaluadas de medio.

La **Encuesta realizada** a la persona a cargo de los adultos mayores, para valorar el conocimiento y la preparación que posee para ejecutar la terapia acuática en los adultos mayores con limitaciones articulares de los miembros inferiores, de lo cual se pudo constatar lo siguiente:

De manera general en el análisis de la dimensión cognitiva dirigida a la profesora, son considerados en la presente investigación aquellos conocimientos esenciales, que, a partir de los contenidos sobre el tratamiento acuático en adultos mayores, deben poseer los rehabilitadores y profesores de educación física; convienen tomar en cuenta el domino y conocimiento que poseen para mantener y mejorar las limitaciones articulares; se comprobó que esta dimensión se evaluó de bajo**:**

En el indicador 1, se comprobó que la profesora para el 100% se evaluó de bajo porque manifestó insuficiente dominio y conocimiento de los cambios físicos, sociales y enfermedades degenerativas más comunes que son ocasionados en los adultos mayores.

En el indicador 2, se comprobó que la profesora sobre el 100% se evaluó de bajo porque manifestó insuficiente dominio y conocimiento de las concepciones actuales de la atención hacia los adultos mayores con limitaciones articulares y de sus características psicopedagógicas.

En el indicador 3, se comprobó que la profesora sobre el 100% se evaluó de bajo porque demostró insuficiente dominio y conocimiento de los principios, métodos, contraindicaciones, temperatura, materiales y posee un pobre dominio y conocimiento de las alternativas para el trabajo individual y diferenciado para dirigir eficientemente el tratamiento acuático de los adultos mayores que presentan problemas articulares.

Por lo que dicha actividad no corresponde a las características bio-psicosociales de los adultos mayores lo cual provoca que continúen con las limitaciones articulares, por esta razón es necesario realizar rehabilitación desde el medio acuático por un profesional que conozca bien del tema y de tratamiento a esta problemática, respondiendo a las necesidades que presentan los adultos mayores, unificando su vida socio afectiva con su actividad y de esta manera logren obtener un estilo y calidad de vida favorables.

Conclusiones

El análisis de los fundamentos teóricos y metodológicos relacionados con el proceso de la situación social de desarrollo del adulto mayor ecuatoriano permitió reconocer que a pesar de los esfuerzos de los profesionales en este campo de estudio, aún existen falencias en su abordaje en casos donde existen adultos mayores con limitaciones articulares del miembro inferior tratados desde el medio acuático.

El análisis para el tratamiento de las imitaciones articulares desde el medio acuático toma en consideración referentes teóricos de la teoría general de los sistemas, así como los relativos a sociología, la pedagogía y la psicología.

Con el diseño de esta estrategia se demostró, a partir del cumplimiento de los objetivos de las etapas aplicadas y de las evoluciones que ya existen en el proceso; esta investigación constituye una propuesta viable y reconoce la aseveración del cumplimiento del objetivo formulado.

Bibliografía

Barraza R, Andrea, y Maricel Castillo P. «Envejecimiento.» *Envejecimiento.* Universidad Mistral de Chile, 05 de 2006.

Betancur Torres, Juana, Svetlana Anatolievna Acudovisch, Rosa María Castellanos Pérez, y Dulce María Martín González. *Fundamentos de Psicología.* Cuba: Pueblo y educación, 2012.

Coutier , Denise, Yves Camus, y Ajit Sarkar. *Tercera Edad Actividad Física y Recreación.* Madrid: Deportiva, 2001.

Febles Elejalde, María Milagros. *La adultez media: una nueva etapa de desarrollo .* La Habana: Félix Varela, 2006.

L.S Vigotski. *Obras Completas.* La Habana: Pueblo y Educación, 1989.

Martin, Marta. «Crisis de la tercera edad.» *www.monografias.com*, 2015: 12-15.

Nuñez W, Irwin. *Hidroterapia técnicas, aplicaciones y ejercicios.* Lima: Mirbet, 2010.

Nuñez, Sandra. *Procesos psicológicos humanos IV.* 5 de junio de 2010. http://www.procesospsicologicosiv.blogspot.com.

Requena, y Salinas. 2009.

Strinna, Nicolas. «Efectos de la hidroterapia en pacientes adultos mayores con artrosis de rodilla.» Ciencias de la salud, 11 de febrero de 2014.

Villareal Martinez, Monica. 2005.

Título: El Ajedrez: una herramienta profiláctica para la enfermedad de Alzhéimer en adultos mayores

Autor: Dr. C. Darvin Manuel Ramírez Guerra, dramirezg@fcf.uho.edu.cu. Doctor en Ciencias de la Cultura Física, Profesor Titular. Vicedecano de Investigación Internacionalización y Posgrado.

M.Sc. Yusleidy Marlie Gordo Gómez, ygordo@fcf.uho.edu.cu. Máster en ciencias, Profesor Auxiliar. Profesora del Centro de estudios Actividad Física Terapéutica y Deportes de Combate (AFIT/COMB)

MSc. Luis Alexander Zaldívar Castellanos, lzaldivar@fcf.uho.edu.cu. Máster en ciencias, Profesor Auxiliar. Profesor del Centro de estudios Actividad Física Terapéutica y Deportes de Combate (AFIT/COMB)

Institución: Universidad de Holguín, Facultad de Cultura Física. MES

País: Cuba

RESUMEN

En la revisión bibliográfica realizada se evidencia que el Ajedrez posee potencialidades del ámbito cognitivo que sirven de herramienta profiláctica de afecciones mentales en general y en el Alzhéimer en particular, por tal sentido se requiere de lograr una práctica sistemática del Ajedrez en poblaciones en riesgo presintomática con mayor énfasis en los adultos mayores.

El trabajo tiene como objetivo elaborar un conjunto de actividades ajedrecísticas para contribuir a la profilaxis del Alzhéimer en adultos mayores.Se conformó un grupo multidisciplinario con investigadores de ciencias afines al trabajo realizado que valoró de positiva el conjunto de actividades ajedrecística y así se constató su pertinencia, posteriormente se realizó un estudio piloto de corte transversal y descriptivo con un período de aplicación de 12 meses donde se obtuvieron resultados positivos luego de la evaluación de la memoria con el Mini Examen Cognitivo, lo que permitió abrir nuevas líneas de investigación del Ajedrez en la profilaxis del Alzhéimer, desde la perspectiva de integración de los profesiones de la Cultura Física y la Salud pública.

Palabras claves: Ajedrez, Alzhéimer y Adulto Mayor

INTRODUCCIÓN

El Ajedrez, desde sus inicios fue utilizado como herramienta terapéutica, pues según se ha planteado a lo largo de los años, su origen fue producto de un concurso convocado por el Rey de la antigua India debido a que se encontraba enforno y se le había aconsejado realizar actividades de entretenimiento, es así donde un Hindú crea un juego muy similar al Ajedrez actual llamado Chaturanga.

A partir de ese momento se le ha atribuido que son incontables los beneficios que desarrolla el Ajedrez, ya sea como formador de la personalidad o por sus potencialidades terapéuticas. En la formación de la personalidad está comprobado según (Cortes, 2009), que el jugar continuamente Ajedrez incrementa las habilidades intelectuales, desarrolla los procesos del ámbito cognitivo, tales como: atención, razonamiento lógico, inteligencia, análisis, síntesis y creatividad, entre otras. Organiza el pensamiento y facilita la expresión numérica y verbal.

Además, la práctica de este juego potencia capacidades que son utilizadas en la mayoría de las esferas de la vida social de las personas como son:

- La capacidad de concentración**:** el Ajedrez es un juego en el que esta habilidad resulta fundamental para poder tener un buen rendimiento, pues el jugador debe estar atento a los movimientos del contrario y las relaciones entre las figuras para no perder información relevante.
- La capacidad de planificación**:** permite prever los movimientos del contrario y planificar los movimientos propios para establecer una estrategia que logre alcanzar la meta final.
- La capacidad de control: una buena planificación siempre implica una buena capacidad de control de los impulsos, por tanto este juego fomentará la reflexividad en contra de la impulsividad.
- La capacidad de razonamiento**:** la necesidad de valorar las relaciones entre las figuras y anticipar posibles movimientos del contrario implica el desarrollo de un potente razonamiento abstracto.

- La capacidad perceptiva viso–espacial**:** el jugador debe visualizar el tablero en su conjunto, orientarse en el movimiento de las figuras y su disposición sobre el tablero.

- La capacidad de relajación: aplicando prácticas adecuadas de relajación, el ajedrecista práctico puede adquirir una actitud firme, pero abierta al flujo de ideas que se generarán durante las diferentes fases del encuentro; con la seguridad de que podrá hacer frente y de una manera adecuada a las diferentes configuraciones y problemas que aparecerán sobre el tablero.

Otro punto relevante, aunque no tan relativo a las habilidades cognitivas y común a la mayoría de los juegos de mesa, resulta la comprensión y respeto a los límites y normas del juego, aprendizaje que se debe transferir al resto de juegos sociales y al aprendizaje social en términos generales.

Además, es necesario señalar que estados mentales positivos como el optimismo, la seguridad en sí mismo, la autoestima y la tranquilidad personal pueden ser estimulados a partir de una práctica sistemática del Ajedrez.

El Ajedrez como juego de opciones y variantes, donde se entrelazan en la toma de decisiones las estrategias y tácticas para actuar de manera muy similar a lo que sucede en la propia vida personal y social, muestra como a diario se escapan oportunidades, porque sencillamente no se tiene la capacidad de verlas por no estar entrenados para ello.

Por su lado (Blanco, 2004) plantea que las angustias paralizantes, los temores infundados y los miedos de diversa naturaleza, ejercen una influencia negativa sobre el sistema nervioso central y el sistema inmunológico de las personas. Individuos altamente estresados tienden a generar bajos niveles de linfocitos tipo T y B, fundamentales en la defensa del organismo y el Ajedrez por su alto nivel de reflexión y análisis es empleado como actividad relajante y como distracción.

Por otra parte (Solís, 2009) afirma que el Ajedrez en la actualidad favorece la salud mental y más ahora en que ha aumentado la cantidad de personas afectadas por el estrés y el Alzhéimer. Por ello es necesario buscar alternativas para poder fortalecer las células cerebrales (neuronas) en aquellos juegos de ingenio que en la antigüedad daba la posibilidad de entrenar las capacidades humanas.

Según plantea (Solfrizzi y col, 2001) existen algunas medidas preventivas para el Alzhéimer dentro de ellas sobresalen: mantener un estilo de vida saludable y activo y se incluyen dos direcciones fundamentales:

La primera: la realización de ejercicios físicos, donde se recomienda realizar actividad física durante dos horas al día, donde se pueden incluir las caminatas, las carreras, montar bicicletas y algún ejercicio de estiramiento siempre bajo indicación de un profesional que los indique.

La segunda dirección es la actividad cognitiva: este es un factor de difícil medición. Según distintos estudios, las siguientes actividades pueden "modificar" de algún modo el inicio de la enfermedad, aunque se deben profundizar en estudios sobre estas, sobresalen:

Hablar varios idiomas, tocar instrumentos musicales (Piano, violín o guitarra), leer textos de diferentes géneros, estudiar una carrera, relacionarse con gente/ participar en actividades de grupo donde prive el debate y la reflexión sobre diferentes temas tanto sociales como políticos y culturales. Practicar con juegos intelectuales como el Ajedrez.

A partir de esta última idea se realizó una búsqueda bibliográfica y se pudo contratar que han sido poco sistemáticas las investigaciones que profundizan en las potencialidades del Ajedrez como herramienta preventiva del Alzhéimer, aspectos que justifican la necesidad de buscar nuevas aristas en torno al tema, donde los profesionales de Actividad Física en la Comunidad a partir de sus funciones y rol protagónico que desempeñan en el trabajo comunitario poseen potencialidades para el trabajar el Ajedrez con diferentes grupos poblacionales y así contribuir a prevenir el Alzhéimer.

A partir de lo hasta aquí abordado, se puede plantear que en la actualidad se necesita profundizar en esta arista del Ajedrez poco investigada por la comunidad científica tanto cubana como internacional.

En aras de valorar el conocimiento de los profesores de Ajedrez y de Actividad Física Comunitaria del municipio Calixto García se realizó encuestas y entrevistas arrojando lo siguiente:

- La carencia de guías, manuales o folletos que permitan la ejecución del Ajedrez como profilaxis del Alzhéimer.
- Poco aprovechamiento de las habilidades intelectuales que desarrolla el Ajedrez para la profilaxis de la enfermedad de Alzhéimer.

A partir de las valoraciones antes mencionadas, así como los resultados del diagnóstico se identificó el siguiente problema: ¿Cómo contribuir a la utilización del Ajedrez como herramienta profiláctica del Alzhéimer en el municipio Calixto García? Para dar solución al problema planteado se formula el siguiente objetivo: elaborar un conjunto de actividades ajedrecísticas para contribuir con las herramientas profilácticas de la enfermedad de Alzhéimer del municipio Calixto García.

Para realizar la investigación se utilizó una metodología mixta tanto del paradigma cuantitativo como del cualitativo, siguiendo los criterios de (Valles, 2011), donde se crea un grupo nominal interdisciplinario con 11 especialistas de ciencias afines con la temática investigativa y luego de su consenso se realizó un estudio piloto con la aplicación de un pre-test y post-test denominado Mini Examen Cognitivo, para caracterizar el comportamiento de la memoria de los adultos mayores antes y después de aplicado el conjunto de actividades ajedrecísticas. El estudio tuvo una duración de 12 meses y se valoran los resultados primarios obtenidos, para la instrumentación de la propuesta se selecciona él Círculo de Abuelos de la Circunscripción dos del municipito Calixto García con un total de 12 sujetos investigados, utilizando para su selección un muestreo aleatorio simple, con la técnica de tómbola. Durante el análisis e interpretación de los resultados se empleó la estadística descriptiva particularmente el análisis porcentual, mientras que para conocer el nivel de significación, se utilizó estadística inferencial, particularmente la prueba de los signos.

DESARROLLO

Los síntomas más comunes de la enfermedad de Alzhéimer según (Kantor, 2007), son alteraciones del estado de ánimo y de la conducta, pérdida de memoria, dificultades de orientación, problemas del lenguaje y alteraciones cognitivas.

La pérdida de memoria llega hasta el no reconocimiento de familiares o el olvido de habilidades normales para el individuo. Otros síntomas son cambios en el comportamiento como arrebatos de violencia. En las fases finales se deteriora la musculatura y la movilidad, pudiendo presentarse incontinencia de esfínteres.

Las alteraciones neuro-psicológicas en la enfermedad de Alzhéimer son:

- Memoria: deterioro en la memoria reciente, remota, inmediata, verbal, visual, episódica y semántica.
- Afasia: deterioro en funciones de comprensión, denominación, fluencia y lecto-escritura.
- Apraxia: tipo constructiva, apraxia del vestirse, apraxia ideomotora e deacional.

Lo planteado con anterioridad es una de los principales referentes teóricos que apuntan hacia la necesidad de potenciar la memoria en adultos y adultos mayores como una vía para prevenir la enfermedad de Alzhéimer.

A partir de lo antes planteado se utilizaron actividades ajedrecísticas que potencian la memoria. El conjunto de actividades posee tres niveles, el primero para los sujetos que no dominan nada del Ajedrez, el segundo para el que conoce sus rudimentos y el tercero para los que dominan las técnicas básicas del Ajedrez. En el caso particular del círculo de abuelo estudiado, el 100% de sus integrantes no conoce nada de los rudimentos del Ajedrez.

A continuación se ejemplifican tres de las actividades contenidas en el conjunto para el nivel 1:

Actividad 1. Reconoce el tablero de Ajedrez de memoria.

Objetivo: dominar las principales características del Ajedrez a partir de la utilización de la memoria.

Orientaciones

El profesor le explica varias veces como se compone el tablero de Ajedrez, sus principales filas, columnas y diagonales. Luego los coloca en dúo frente a un tablero de Ajedrez y les realiza las siguientes interrogantes.

¿Cuántas casillas posee el tablero?

¿Cuántas diagonales de tres filas existen?

Actividad 2. Recuerda las piezas y su ubicación.

Objetivo: fortalecer la memoria mediante la colocación de posiciones en el tablero.

Orientaciones

El profesor coloca a los adultos mayores en dúo y les ubica una posición inicialmente de tres piezas de Ajedrez, se recomienda iniciar colocando el Caballo, las Torres y el Rey por su fácil visualización para el reconocimiento. Luego se le dan tres minutos y se retira la posición del tablero y se les realiza las siguientes interrogantes:

¿Cuántas piezas existían en el tablero?

¿Coloque la posición que antes existía en el tablero?

Actividad 3. El recorrido de mis piezas.

Objetivo: fortalecer la memoria mediante recorridos de piezas en el tablero de Ajedrez.

Orientaciones

El profesor coloca a los sujetos investigados en dúo y les pone piezas de ambos bandos para que ellos cuenten cuantos movimientos requieren para llegar de un estreno a otro del tablero.

Se recomienda el siguiente orden metodológico:

Posiciones de la Dama con peones del bando contrario en la columna donde se encuentre ubicada.

Posiciones de Alfiles sin ninguna otra pieza en el tablero.

Posiciones de Torre con una pieza de su propio bando en la columna donde se encuentre ubicada.

Finalmente, el Caballo que este se realiza luego de haber logrado exitosamente más de tres posiciones con las piezas antes mencionadas.

Valoración de la pertinencia del conjunto de actividades ajedrecísticas.

Para verificar la pertinencia de las actividades se crea un grupo nominal integrado por 11 especialistas, donde sobresalen Neurólogos, Defectólogos, Doctores en Cultura Física y Psicólogos, quienes tienen más de 10 años de experiencia, todos imparten seminarios, conferencias y docencia a residentes de sus respectivas especialidades y han ofrecido diferentes temas de capacitación a los profesores

de Cultura Física que laboran en el área funcional de Actividad Física Comunitaria. Para desarrollar esta técnica se siguió el procedimiento descrito por (Córdova, 2011) realizado de la forma siguiente. Luego de presentada la propuesta por parte del grupo, se realiza un debate donde cada uno de los miembros da su opinión al respecto y a partir de ahí se efectuaron las modificaciones pertinentes. Posteriormente, se presentan las actividades nuevamente con las modificaciones realizadas y se somete a votación, tanto las actividades debatidas como las modificaciones realizadas a partir de las recomendaciones de los miembros del grupo.

En sentido general, los criterios de los integrantes del grupo nominal son coincidentes en relación con que la propuesta es necesaria. Destacan la novedad y pertinencia de las actividades ajedrecísticas realizadas, lo que permite plantear que es posible aplicarlo en diferentes contextos.

Principales modificaciones realizadas a la propuesta.

- Incluir modalidades del Ajedrez que estimulen la rapidez del pensamiento.
- Realizar estas actividades como mínimo tres veces por semana y con una duración de dos horas consecutivas.
- Se aprobó el plan modificado por el 100% de los especialistas lo cual revela el nivel de pertinencia y posible aplicación de la propuesta.

Resultados del estudio piloto.

Luego de modificar las actividades se realizó un estudio piloto en el Círculo de Abuelos de la Circunscripción dos del municipito Calixto García, donde se aplicaron en un período de 12 meses las actividades y se realizó un corte transversal y al final se analizaron sus resultados. Valorando el comportamiento de la memoria como principal signo de esta patología en los integrantes de la muestra.

Para la evaluación de la memoria se asume los indicadores, puntuación y escala evaluativa del Mini Examen Cognitivo, así como los rangos fundamentales:

- 24 -30 normal.

- 19-24 demencia comenzante.
- Menos de 19 demencias.

Resultados obtenidos en el pre-test.

En el indicador referido a la orientación los 12 adultos mayores para un 100% obtuvieron la máxima calificación de 10 puntos, en el segundo indicador que es la fijación 11 adultos mayores para un 91,6%, obtuvieron 3 puntos, mientras que 1 obtuvo 2 puntos, para un 8,3%, referido al tercer indicador que es la atención y el cálculo, 7 adultos mayores para un 58,3% obtuvieron 3 puntos, mientras que 2 para un 16,7% obtuvieron 2 puntos y los 3 restantes para un 25% obtuvieron 1 punto. En el cuarto indicador que es la memoria los 12 adultos mayores para un 100% obtuvieron la calificación de 2 puntos, en el quinto indicador que es el lenguaje 3 adultos mayores obtuvieron 4 puntos para 25%, mientras que los restantes 9 adultos mayores para un 75 % obtuvieron la calificación de 3 puntos.

Tabla 1.

Adulto Mayor	INDICADORES					TOTAL
	1	2	3	4	5	
1	10	3	3	2	4	22
2	10	3	3	2	3	21
3	10	3	3	2	4	22
4	10	3	3	2	4	22
5	10	3	3	2	3	21
6	10	3	2	2	3	20
7	10	3	1	2	3	19
8	10	3	3	2	3	21
9	10	3	2	2	3	20
10	10	3	1	2	3	19
11	10	3	2	2	3	20
12	10	3	1	2	3	19

Resultados del pre-test en la muestra seleccionada.

Al aplicar la escala antes mencionada, se puede observar en la tabulación e interpretación de los resultados que el 100% de los adultos mayores se

encuentran en la escala de demencia comenzante, lo que hace reflejar que inician con afectación leve de la memoria, aspecto que lo hacen estar dentro de los factores de riesgo de Alzhéimer, por tal sentido se realizó una intervención de 12 meses aplicando el conjunto de actividades ajedrecísticas.

Resultados obtenidos en el pos-test.

En el primer indicador que es la orientación los 12 adultos mayores para un 100% obtuvieron la máxima calificación de 10 puntos, en el segundo indicador que es la fijación los 12 adultos mayores para un 100% obtuvieron la máxima calificación de 3 puntos, referido al tercer indicador que es la atención y el cálculo 7 adultos mayores para un 58,3% obtuvieron 4 puntos, 2 para un 16,7% obtuvieron 3 puntos y los 3 restantes para un 25% obtuvieron 2 puntos. La máxima calificación de este indicador era de 5 puntos.

En el cuarto indicador que es la memoria los 12 adultos mayores para un 100% obtuvieron la calificación de 3 puntos. La máxima calificación de este indicador era de 3 puntos, mientras que en el quinto indicador que es el lenguaje 7 adultos mayores para un 58,3% obtuvieron la calificación de 4 puntos y los 5 restantes para un 41,7% obtuvieron 3 puntos. La máxima calificación de este indicador era de 9 puntos.

Adulto Mayor	INDICADORES					TOTAL
	1	2	3	4	5	
1	10	3	4	3	4	24
2	10	3	4	3	4	24
3	10	3	4	3	4	24
4	10	3	4	3	4	24
5	10	3	4	3	3	23
6	10	3	3	3	3	22
7	10	3	2	3	4	22
8	10	3	4	3	4	24
9	10	3	4	3	3	23
10	10	3	2	3	3	21

11	10	3	3	3	4	23
12	10	3	2	3	3	21

Tabla 2. Resultados del post-test en la muestra seleccionada.

Como se evidencia en el gráfico 1 todos los adultos mayores mejoraron su memoria, pero es de resaltar que transitaron a la categoría de normal un total de 5 para un 41,6 % de la muestra seleccionada, el resto de los adultos mayores (7 para un 58,3%), aunque aumentaron sus puntuaciones en el Mini Examen Cognitivo, se mantuvieron en el rango de demencia comenzante. Lo cual ha corroborado que el Ajedrez puede ser utilizado como una vía para la profilaxis del Alzhéimer en adultos mayores, sin embargo esta temática debe ser profundizada en otros círculos de abuelos.

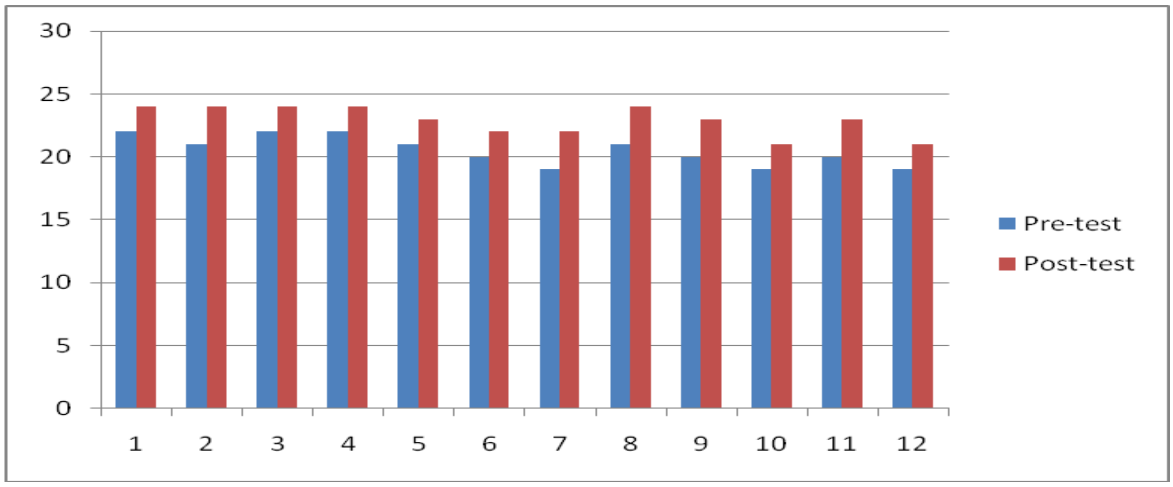


Gráfico 1. Resultados de la comparación pre-test y post-test.

Para conocer el nivel de significación de los resultados obtenidos, se utilizó la prueba de los signos con una distribución binomial y un nivel de significación de 0.05, lo que permitió comparar la existencia de diferencias estadísticas entre el pre-test y el pos-test. La tabla 3 muestra el análisis realizado a la variación de los signos entre ambas mediciones, lo que permitió realizar el procedimiento para la aplicación de la prueba.

Adultos mayores	Pre-test	Pos-test	Signos
1	22	24	+
2	21	24	+
3	22	24	+
4	22	24	+
5	21	23	+
6	20	22	+
7	19	22	+
8	21	24	+
9	20	23	+
10	19	21	+
11	20	23	+
12	19	21	+

Tabla 3. Variación de los signos entre el pre-test y pos-test

Al aplicar la prueba seleccionada al total de la muestra se obtiene que los 12 signos son positivos. Ahora bien, se quiere probar la hipótesis que el conjunto de actividades ajedrecísticas es una herramienta profiláctica para mejorar los signos del Alzhéimer. Por lo que existe una probabilidad de obtener un signo (-) de P = 50 contra otra unilateral de P $>$50, al calcular la media y desviación estándar de la distribución binomial siguiendo el procedimiento plantado por Freund (1988) y aplicar la fórmula de aproximación de la curva normal a la distribución binomial obtenemos que: z=2.0 y debido que este resultado excede el valor crítico de 1.64 para una prueba unilateral con un nivel de significación de 0,05, se puede aceptar la hipótesis planteada y afirmar que el conjunto de actividades ajedrecísticas es una herramienta profiláctica para mejorar los signos del Alzhéimer.

CONCLUSIONES

Una vez culminado el proceso investigativo se arriba a lo siguiente:

1- Los fundamentos teóricos consultados apuntan hacia la importancia de la utilización del Ajedrez como herramienta preventiva del Alzhéimer por su

alto grado de concentración, agilidad del pensamiento y reflexividad que propicia.

2- Los resultados obtenidos en este estudio hacen visible la posibilidad de nuevas líneas de investigación de este campo, donde se vincule el Ajedrez con el retardo de la aparición de los signos del Alzhéimer en adultos mayores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Cortés García, G. (2004) Ajedrez y psicología. Disponible en: http://www.monografias.com. Consultado el 6 de enero de 2010. 2009
2. Blanco, U. PreAjedrez. Caracas, Ed La Calendaria.
3. Solís Carini, R C. (2009) Ajedrez y la Salud. Disponible en: http://www.psicologos.es.vg Consultado el 26 de diciembre de 2009.
4. Blanco, U.(2006) ¿Por qué el Ajedrez en las escuelas? Caracas, Editorial La Calendaria.
5. Córdova Martínez, C. (2011) Consideraciones sobre metodología de la investigación. d Universidad de Holguín.
6. González, C. Los beneficios del Ajedrez. Su práctica. Disponible en: http://www.monografias.com. Consultado el 11 de enero de 2010. 2007
7. Freund J (1988) Estadística elemental moderna. Edición revolucionaria, La Habana Cuba, 439p
8. Kantor D. (2007) Enfermedad de Alzhéimer. Review provided by VeriMed Healthcare NetYork. Medline plus enciclopedia médica [en línea] mayo 2006 [fecha de acceso 04 de abril de 2007] URL disponible en: http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article /000760.htm
9. Ramírez Guerra, D M, Bueno Pérez L. (2014) La masificación del Ajedrez en las comunidades urbanas. *Revista DeporVida* (Holguín) 2011;21:39-50
10. Solfrizzi V, Panza F, Frisardi V, Seripa D, Logroscino G, Imbimbo BP, Pilotto A. Diet and Alzhéimer's disease risk factors or prevention: the current evidence. Expert Rev Neurother. 2011 May; 11(5):677-708.
11. Torres Ramírez, A. (2014) Deporte para todos=deporte escolar. Curso pre-

evento. III Simposio Internacional de Deportes de Combate y I Congreso Internacional de Educación Física, retos del siglo XXI. Libro resumen; 2014

12. Valles, M. (2011) Técnicas cualitativas de investigación social. Disponible en: http://www.iiicab.org.bo/Docs/doctorado/dip3version/M2-3raV. Consultado el 14 de junio de 2013.

Título: El ejercicio físico en el paciente obeso. Presentación de un caso

Autor: Dr. C. Jorge de Lázaro Coll Costa, jorgecosta@uccfd.cu Director del Centro de Estudio de la Actividad Física, Deporte y Promoción para la salud

Coautores: Dr. C. Rodolfo Vidaurreta Bueno

Dra. C. Magda Mesa Anoceto

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Resumen

La obesidad en la actualidad se ha incrementado de manera significativa en todas las edades de la vida, por lo que se ha convertido en un problema de salud al que se le debe prestar toda su atención por las diferentes instituciones por lo que representa en la aparición de enfermedades como la hipertensión arterial, la diabetes mellitus, las enfermedades cardiovasculares entre otras. En estas circunstancias el ejercicio físico se convierte en protagonista para el tratamiento o prevención de las diferentes enfermedades que se puedan presentar. El trabajo que se presenta tiene como objetivo analizar los efectos de un tratamiento basado en el ejercicio fisico en un paciente obeso de 56 años de edad. Se utilizaron en esta investigación los siguientes métodos: histórico-lógico, analítico-sintético y el análisis documental, la medición y el experimento. Los resultados alcanzados demuestran la necesidad de realizar un tratamiento integral para poder alcanzar mejores resultados, además de la importancia del ejercicio físico dentro de este tratamiento.

Palabras Claves (hasta 6): Ejercicio Físico, obesidad, dosificación.

INTRODUCCIÓN

Tengamos en cuenta que la obesidad es un factor de riesgo mayor en varias enfermedades entre las que se encuentra las cardiovasculares, diabetes mellitus, hipertensión arterial, algunas formas de cáncer, osteoartritis, litiasis vesicular y otros.

Obesidad: se refiere a un exceso de grasa corporal. Se desarrolla en la mayoría de los casos, en ausencia de procesos o enfermedades conocidos.

La obesidad se puede clasificar de diferentes formas:

1. De acuerdo con la edad de aparición
2. Desde el punto de vista causal
3. Atendiendo a su mayor o menor grado de sobrepeso por la talla
4. De acuerdo a los diferentes índices
5. En dependencia del grosor del pliegue cutáneo.

La obesidad de acuerdo con la edad de aparición, se divide en dos grandes grupos

Prepuberal y Pospuberal.

1. La **obesidad prepuberal**, también llamada hiperplástica, es aquella que ocurre en la primera etapa de la vida, determina cambios en el tejido adiposo, al multiplicarse el número de células normales. Estas personas son muy difíciles de hacerlas adelgazar.

2. La **obesidad pospuberal** es aquella que se observa en el adulto, donde el número de adipositos normales se hipertrofia, es decir aumenta considerablemente el tamaño de la célula, por su gran contenido en grasa.

Desde el punto de vista causal, la obesidad puede ser considerada exógena o primaria, endógena o secundaria a otros procesos patológicos y mixtos.

1. La **obesidad exogena** es aquella en que el paciente recibe un aporte de alimentos muy ricos en calorías y nutrientes, el cual es superior al gasto energético debido a problemas relacionados con la disponibilidad o el consumo de alimento.
2. La **obesidad endógena** es aquella que se observa asociada con otros procesos patológicos, como la diabetes mellitus, hiperfunción adrenal o el hipotiroidismo, entre otros.
3. La **obesidad mixta** se produce como resultado de la aparición de las causas primarias y secundarias en un mismo individuo.

Atendiendo a su mayor o menor grado de sobrepeso para la talla, la obesidad puede considerarse:

1. **ligera** (sobrepeso entre el 20-29 % del ideal)
2. **moderada** (30-39 %)
3. **severa** (40-99 %) y **masiva** (100 % o más).

Actualmente están muy de moda los índices de masa corporal (IMC) y de cintura-cadera, que son técnicas indirectas para estimar la grasa corporal, además de que están relacionados con el riesgo cardiovascular.

El **IMC** se obtiene a través de la formula siguiente:

$$IMC: \frac{Peso(Kg.)}{Talla\ m^2}$$

El **índice de cintura/cadera (ICC)** es un buen predictor para la relación de mortalidad y enfermedades del corazón ya que a partir de este se puede obtener la siguiente clasificación:

1. **Obesidad androide**: mayor concentración de grasa en la zona abdominal y menor en las otras partes del cuerpo. Es más frecuente en los hombres y es la de mayor riesgo para las enfermedades del corazón, por estar la grasa más cerca de órganos importantes.
2. **Obesidad Ginecoide:** menor concentración de grasa en la zona abdominal y mayor en la cadera, los glúteos y los muslos. Es más frecuente en las mujeres y tiene menos riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Pilares fundamentales en el tratamiento de la obesidad:

1. **Educación para la salud:** El obeso debe conocer todo lo relacionado con la obesidad, por lo que la información constituye un pilar fundamental. Lo ayudará a comprender su problema y a erradicarlo adecuadamente.

2. **El apoyo psicológico:** Es un aspecto de mucha importancia en el tratamiento de estos pacientes, ya que una gran parte de los obesos son muy ansiosos, y esto le da más apetito, además es importante descubrir las motivaciones que puede llevar a cada paciente a interesarse por el tratamiento de reducción del peso corporal.
3. **Dieta:** Sin ella no hay reducción de peso. La dieta debe ser hipocalórica, calculada para las 24 horas del día, fraccionada en seis comidas, individual, en dependencia del gusto del paciente y su familia, ya que surge de lo que come la familia, solo que reducida en cantidad. Debe ser calculada a razón de 20 calorías por kilogramos de peso ideal.
4. **Ejercicio físico:** los ejercicios más recomendados para ser realizados por los obesos son los aeróbicos, por consumir mayor cantidad de energía y crear menos productos de desecho nocivos al organismo(como el ácido láctico), así como por utilizar como fuente de energía, además de los carbohidratos, los lípidos. Estos procesos aeróbicos se logran con ejercicios de larga duración, sin ser excesivamente prolongados, efectuados con un ritmo lento o medio y la participación de grandes grupos musculares con esfuerzos dinámicos. Aunque hoy en día el ejercicio con pesas, es un componente importante en el entrenamiento de los obesos ya que hace aumentar el volumen muscular y esto contribuye a mantener un metabolismo basal elevado.

El tratamiento del obeso es multifactorial, aunque fundamentalmente está sustentado sobre la combinación de los dos últimos pilares (dieta – ejercicio).
La combinación de una dieta generalmente hipoenergética (adecuada para la constitución y la forma de vida de cada sujeto), acompañada de ejercicios moderados permanentes, es una buena opción en la prevención y tratamiento de la obesidad. El ejercicio no solo conserva sino inclusive aumenta la masa muscular, la combinación de ambos enfoques permite que ni la dieta sea tan estricta ni el ejercicio tan vigoroso, lo cual facilita la permanencia del obeso en el programa de reducción de peso.

Métodos

Teóricos:

Histórico - lógico: Permitió fundamentar la investigación y establecer desde el punto de vista lógico el marco teórico de la misma. Utilizado para analizar la evolución histórica de los índices de envejecimiento a nivel mundial, nacional, provincial y municipal, además de la práctica de actividad física en los adultos mayores,en relación con su importancia para la mejora de la calidad de vida en estas edades.

Análisis y síntesis: Se utilizó en el estudio de los elementos teóricos para analizar y sintetizar los criterios de diferentes autores a partir de la bibliografía consultada sobre la práctica actividad física en el paciente obeso y asumir la posición del autor.

Empíricos:

Análisis Documental: Se utilizó para indagar en determinados documentos la manera de aplicar el ejercicio físico en estas edades.

Resultados

DESARROLLO:

Presentación de un caso:

Paciente Obeso, de sexo masculino, con 56 años de edad.

La enfermedad aparece pospuberal producto de una causa exogena por presentar un desvalance energético. Esta se encuentra localizada en el abdomen por lo que se clasifica como androide.

Talla 1.68cm y peso 86 kg se le aplica la formula de índice de masa corporal

$$IMC = \frac{\text{Peso (Kg.)}}{\text{Talla m}^2}$$

IMC= 86(Kg.) = 30.49
2.82 m²

Este resultado lo enmarca según la escala propuesta en la categoría de Obesidad ligera Grado II

Grados de Obesidad de acuerdo al IMC

Clasificación	**IMC**
Bajo Peso	**<20.0**
Grado 0 "Normal"	**20.0 – 24.9**
Grado I "Sobrepeso"	**25.0 – 29.9**
Grado II "Obesidad ligera"	**30.0 – 34.9**
Gradolla"Obesidad Moderada"	**35.0 – 39.9**
Grado III "Obesidad Severa"	**>40.0**

ICC = C Cintura = 1.20 =1.2
C Cadera 1.00

Este resultado lo enmarca en una distribución de grasa corporal superior según la escala propuesta.
PROPUESTA DE TRABAJO

Lunes, miércoles y viernes.
Las actividades se realizaran en circuitos incluyendo los siguientes ejercicios:

- Coreografía:---------- 15minutos.
- Bicicleta estática:---------- 10minutos.
- Trabajo en el stem: ----------10 minutos.
- Marcha en el lugar:---------- 10 minutos

.

Martes y jueves

Actividades con pesas y caminatas en la pista con una duración de 45 Minutos.

Estos ejercicios tienen características que tienen que tenerse presentes en el momento de planificar las actividades:

- Ejercicios de bajo impacto.
- Clases de larga duración.
- Ejercicios dinámicos y cíclicos
- La intensidad de los ejercicios debe ser moderada entre 70 y 80%
- Los ejercicios deben ser capaces de movilizar grandes planos musculares

Después de tres meses de aplicado este sistema de ejercicios, se evidencian en las pruebas realizadas en los momentos de evaluación, una al inicio, al mes, a los dos meses, y al tercer mes como los valores disminuyeron reflejándose en el paso a sobrepeso luego de comenzar con la clasificación de Obesidad ligera Grado II.

Conclusión

Los ejercicios físicos constituyen un elemento fundamental dentro del tratamiento de la obesidad, acompañado siempre de una dieta balanceada y tratamiento psicológico y los que permiten abordar el problema de manera integral.

Referencias

Bibliografías:

1.Armador Manuel -1996.Seminario taller sobre la obesidad en América Latina .Revista Cubana de alimentación.

2.Barbany M, Carrillo M. Tratamiento dietético de la obesidad. FormContNutrObes 199; 2: 226-36.

3.Bethania Kadis Cabrera Hernández .Trabajo Diploma .Propuesta de juegos motrices adaptados para niños obesos de 1-5 años .2010.

4.Bueno Sánchez M. Endocrinología pediátrica en el siglo XXI. El modelo de la obesidad: pasado, presente y futuro. An Pediatra 2004; 60: (supl2): 26-29.

5. Carmenate MM, Marrodán MD.- 2007 .Obesidad y circunferencia de la cintura en adolescentes Madrileños.
6.Colectivo de autores -2006.La prevención y tratamiento de la obesidad desde la niñez es una estrategia para disminuir las enfermedades crónicas no transmisibles del adulto. Cuba.
7. Colectivo de autores. Intervenciones para prevenir la obesidad en niños. RevPediatr Aten Primaria 2002; 4, 14: 97-106.Colaboración Cochrane.
8. Colectivo de autores. Manual de Apoyo. Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos de Chile. Consejerías en vida sana. . Santiago de Chile 2009 .
9. Diccionario de la lengua española Cuba.
10. Diccionario de la lengua española -1970.Madrid, España, Editado por la Real Academia Española.
11. Doctora: Blanca .R ,consultorio #3.Municipio Playa.
12. Doctora: Iraida Puñales de MG.Policlínico 28 de Enero, nutrición departamento, docencia.
13. Fonseca, Castillo, Reinerio-2003.Experiencia de un programa Integral aplicado a pacientes obesos en el proyecto de actividad física y salud del ISCF. Manuel Fajardo. En colaboración con el hospital Docente Clínico
Quirúrgico, Joaquín Albarran.

Título: El proceso de rehabilitación física, un enfoque comunitario desde el área terapéutica de la facultad de cultura física Nancy Uranga Romagoza.

Autor: M.Sc. Deysi Milhet Cruz, deysi.milhet@upr.edu.cu

Colaboradores: M.Sc. Israel Rodríguez González, Israel.rodriguez@upr.edu.cu

Institución: Universidad de Pinar del Río. Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza" Pinar del Río.

País: Cuba

Resumen:

El proyecto de investigación constituye una nueva mirada en la integración escuela-comunidad y tiene como objetivo: fundamentar desde los espacios físicos del área terapéutica los contenidos teórico-metodológicos y prácticos que contribuyen al proceso de rehabilitación física de las personas que residen en el consejo popular Capitán San Luís. Contribuye además al perfeccionamiento del proceso docente educativo, provee un espacio para impartir docencia de pre grado; mediante este trabajo se logra el vinculo teoría-práctica en las asignaturas que integran la disciplina de Cultura Física Terapéutica y Profiláctica y que imparten los integrantes del proyecto, elemento necesario en la formación integral de los estudiantes que cursan el pre grado y el post grado, en el orden nacional e internacional, especialmente en la modalidad kinesiología y rehabilitación. Los medios que se emplean en esta área, en su mayoría han sido recuperados por el trabajo del Forum de Ciencia y técnica; han sido utilizados en las estrategias para la rehabilitación de los atletas incluyendo deportes priorizados como el fútbol. El mayor aporte ha sido mejorar la calidad de vida de la comunidad. Se ha constituido en un servicio de salud, a partir de la terapia física. Para realizar esta investigación se implementaron métodos a nivel empírico tales la observación, entrevistas individuales y grupales, encuestas, criterio de expertos mediante el método Delphi, el pre-experimento, cuyos métodos sirvieron para realizar el diagnóstico de la situación actual, constatación empírica y la factibilidad práctica.

Palabras clave: Proyecto-Rehabilitación física-Comunidad.

ABSTRACT

The research project stands for a new glance to the integration school-community, this one is aimed at providing the theoretical-practical contents to the rehabilitation of individuals in the territory called *Capitán San Luis* based on a therapeutically field, it also contributes to the academic process in the faculty by facilitating the unit theory-practice. On behalf of the subjects comprising the discipline physical Culture and prophylactic taught by the members of the project. In this field are duly attended students, professors of the faculty, also members of the community nearby, by using equipment and means showed and validated in some scientific events. In brief this rehabilitation resource improves the quality of life of everyone who undergoes any of the treatments put into practice. Different methods were carried out just as observation, surveys and interviews. The expert criterion based on Delphi method, the pre experiment which means served for the diagnosis and the feasibility confirmation of the research.

Key words: Project, rehabilitation, community.

INTRODUCCIÓN

Las áreas terapéuticas se crearon a partir del año 1982, mediante resolución conjunta entre el Instituto Nacional de deportes y Recreación (INDER), Ministerio de Educación (MINED) y Ministerio de Salud Pública (MINSAP) y gracias a la importancia que les concede el gobierno cubano a los temas de la educación física y el deporte, a la educación del pueblo y a la salud pública, desde esa época han venido multiplicándose a lo largo y ancho del país, alcanzando hoy la cifra de 277.

Con su puesta en marcha, y su expansión se inicia el proceso de rehabilitación física en Cuba, con el que se ha abierto un nuevo campo de trabajo de la ciencia y la técnica que da respuesta a una gran necesidad de la población, y que, por sus contenidos y propósitos, presenta grandes perspectivas de desarrollo y constituye un nuevo e importante logro de la salud pública y la cultura general de nuestro pueblo.

Lógicamente estos logros, han estado respaldados por la política del estado y gobierno cubano en el afán constante de superación de los especialistas en cultura física, médicos, psicólogos, metodólogos y todos aquellos que de una forma u otra han tenido en sus manos la responsabilidad de utilizar los ejercicios físicos del deporte con fines terapéuticos y profilácticos, existiendo cada día mayor rigor y control de las enfermedades y de los tratamientos que se aplican, lo que permite obtener una calidad superior en las actividades que se le brindan a la población.

En la provincia Pinar del Río, como en toda Cuba se aplican los diferentes programas en toda su dimensión, el proceso de rehabilitación basada en las instituciones, la institucional con extensión a la comunidad y la basada en la comunidad cuyo propósito fundamental está dado en el logro de un proceso global y continuo de duración limitada y con objetivos definidos, encaminados a promover y lograr niveles óptimos de independencia física y las habilidades funcionales de las personas con discapacidades, así como también su ajuste psicológico, social y económico que le permitan llevar de forma libre e independiente su propia vida.

Actualmente en el municipio Pinar del Río, y específicamente en el consejo popular *Capitán San Luís,* se conciben actividades físicas para los diferentes sectores poblacionales, a partir de la atención comunitaria con programas que responden a las capacidades físicas en deterioros; teniendo presente las investigaciones realizadas a raíz de la concepción y materialización de la maestría de amplio acceso actividad física en la comunidad, son más de 75 tesis de en este tipo de versión que han abordado esta problemática, las cuales han aportado estrategias de trabajo para lograr en cierta medida la incorporación, el uso adecuado del tiempo libre. Lograr la motivación en este grupo etario por las actividades de índole físico-deportivo recreativa, sin embargo, aún son insuficientes las acciones que se acometen, no se logra en toda su magnitud la relación ínter factorial, continua siendo un problema no resuelto aún la programación de actividades que tengan en cuenta sus preferencias, gustos, necesidades e intereses y más aún aquellas que conciben el proceso de

rehabilitación en toda su magnitud de las personas que presenten determinada discapacidad.

En un estudio exploratorio inicial realizado a las personas que conviven en este consejo popular, se pudo constatar que no se cuenta con áreas especializadas, salas de rehabilitación cercanas que propicien el proceso de rehabilitación física de las residentes en dicho consejo; lo que trae consigo que tenga que trasladarse a lugares muy distantes para recibir estos servicios y ocasionen abandono del tratamiento, no se presenta la aplicación integrada de los organismos para lograr que el individuo recupere su estado funcional óptimo, tanto en el hogar como en la comunidad en la medida que lo permita la utilización apropiada de todas sus capacidades residuales, se ha detectado además la insatisfacción personal, bajo bienestar psicológico , los trabajos o investigaciones anteriores se refieren a la solución parcial de este problema, se desconoce en la comunidad y específicamente en las personas con estas necesidades.

A partir de este análisis se planteó el problema de cómo contribuir al proceso de rehabilitación física de las personas con discapacidad del consejo popular *Capitán San Luís.*

Para dar solución a este problema se trazó como objetivo: fundamentar desde los espacios físicos del área terapéutica los contenidos teórico-metodológicos y prácticos que contribuyan al proceso de rehabilitación física de las personas que residen en el consejo popular *Capitán San Luís.*

Es muy importante la labor extensionista que debe desempeñar la universidad cubana, y más la Universidad de ciencias de la Cultura Física y el Deporte, al contar con profesionales de la Cultura física terapéutica y profiláctica, es que se hace imprescindible llevar estos servicios a la comunidad como parte de la universidad.

El proceso de rehabilitación física a través de la cultura física terapéutica en el tratamiento de las personas que residen en el consejo popular *Capitán San Luís*, y en especial sus zonas más aledañas a la institución, tienen en los servicios que se ofrecen en el área terapéutica de la facultad, enclavada en esta comunidad, una alternativa para solventar sus necesidades de salud.

Por lo que el objetivo de esta investigación es proponer un área terapéutica fundamentada desde las relaciones interdisciplinarias de las ciencias de la cultura física para satisfacer las necesidades y exigencias de los profesionales de la cultura física y los individuos implicados en la utilización de esta área terapéutica para mejorar la salud y la eficiencia física.

Para lograr el producto práctico de esta investigación se utilizó una muestra de pacientes que frecuentan el área terapéutica y un grupo de especialistas de esta área cuyo objeto de estudio está relacionado con esta área del saber. Se utilizaron métodos fundamentalmente a nivel empírico, entre ellos: la observación, las entrevistas, las encuestas y otros métodos, técnicas y procedimientos que se explicarán a continuación:

La observación: para valorar la marcha del proceso de rehabilitación física y su tratamiento.

Las entrevistas individual y grupal: para la recogida y análisis de la información a los agentes participantes de la comunidad. Apoyándose en las encuestas que se les aplica a los pacientes que acuden a estos servicios, para constatar el estado actual de proceso y establecer el diagnóstico del problema para medir y evaluar el estado funci El criterio de experto: se aplica mediante el método Delhpi, dirigido a validar la estrategia elaborada y propiciar el intercambio con especialistas para evaluar la viabilidad de la misma.

El pre-experimento: se emplea para comparar los resultados iníciales, intermedio y finales, lo cual permitió comprobar la evolución del grupo en relación al objeto que se estudia y validar en la práctica la estrategia.

Desarrollo

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2000 introduce la clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y la salud. El funcionamiento y la discapacidad de una persona se conciben como una interacción dinámica entre los estados de salud y los factores contextuales, tanto personales como ambientales, lo que implica la participación activa de la persona a la que concierne su propia rehabilitación y el deber de la sociedad con las

personas minusválidas, englobando todas las medidas destinadas a prevenir o a reducir al mínimo inevitable las consecuencias funcionales, físicas, psíquicas, sociales y económicas de las enfermedades y cuantas situaciones originen minusvalía transitoria o indefinida.

Por otra parte, la sección de medicina física y rehabilitación (MFR) de la Unión Europea de Médicos Especialistas (UEMS), en su cometido de normalización y homologación internacional versa su doctrina científica y su hacer humanístico en dos contextos, el de la prevención y curación a través de la medicina física y el del manejo de la discapacidad en el nivel terciario de atención a la salud, mediante la rehabilitación; de esta manera, esta especialidad tiene una entidad propia que la hace distinta e independiente de las demás, tipificada legalmente, socialmente reconocida y con un ámbito internacional de aceptación que determina que la especialidad de medicina física y rehabilitación esté unánimemente reconocida en el ámbito de la unión europea.

El desarrollo del país ha estado enfrascado en la búsqueda de soluciones a la educación por medio de la investigación científica; en tal empeño han estado involucrados un gran número de investigadores y docentes del país. Escuela y comunidad constituyen un binomio necesario, cuya asociación puede ser definida sobre la base del acuerdo común acerca de los roles que deben desempeñar para alcanzar los objetivos propuestos o las metas comunes.

Tradicionalmente a la escuela se le ha otorgado la función de trasmitir a los niños y adolescentes el sistema de conocimientos acumulados por la sociedad, las habilidades necesarias para continuar su aprendizaje de manera independiente y desenvolverse en la vida social, así como para desarrollar en ellos elevados valores sociales, orientados a la vida cotidiana y a la realidad histórico social concreta que les ha correspondido vivir.

La educación moderna ha llegado a comprender la necesidad que hay de una estrecha colaboración entre la escuela y la comunidad, con el propósito de estimular y orientar el desenvolvimiento de los niños. el docente nunca educa de manera directa sino indirectamente a través del medio circundante.

Las instituciones escolares, como centro de la comunidad son los encargados de organizar de este modo su labor educativa y convertirse en centros abiertos a la comunidad.

La escuela representa un tipo particular de organización, todo sistema social intenta alcanzar dos objetivos sociales principales: lograr sus metas y mantenerse en el tiempo. Se basa en las actitudes, percepciones, creencias, motivaciones y expectativas de las personas.

La escuela es una institución social que tiene como misión la formación de las nuevas generaciones, para ello tiene que lograr dirigir acertadamente a todos los elementos que intervienen en la educación de los niños y jóvenes: la familia, organizaciones políticas y de masas y la comunidad en general.

En los momentos actuales, los principales psicólogos, pedagogos y didactas del mundo han reconocido que la función de la escuela no es dotar a los alumnos de una cantidad determinada de conocimientos sino, lograr el desarrollo del pensamiento y de las estructuras cognitivas del sujeto que aprende, así como elevar cada día más la calidad de la educación, encarnando los valores y virtudes del futuro, es la que enfrenta defectos y errores, la que busca formas adecuadas de organización y disciplinas, pues la enseñanza y el saber deben ser cuidados con exquisita pulcritud por todos los que en ella laboran, por todos los que se consagran con amor a la obra de educar.

La escuela debe distinguirse por su desempeño profesional pedagógico, y autoevaluar constantemente su gestión, sólo así podrá lograr el éxito necesario en su vínculo con la familia y la comunidad.

El concepto clásico sobre qué es una *comunidad* lo ofrece el sociólogo e historiador Max weber, quien la define a ésta como: *«(…) una relación social cuando y en la medida en que se inspira en el sentimiento subjetivo (afectivo o tradicional) de los participantes de constituir un todo.»* New York Press (1949)

El trabajo comunitario de la escuela, es considerado como un proceso de transformación de la comunidad que apunta a la promoción de la autogestión en la determinación y solución de sus necesidades, enfatizando en la necesidad de cogestionar la formación de sus miembros, sobre la base de una participación

crítica que fortalece el sentido de pertenencia y de identidad cultural, así como el establecimiento de un compromiso revolucionario con la mejora pública y el desarrollo humano. « Ceballos, JL. (2001).

El trabajo comunitario tiene una importancia capital en los momentos actuales en Cuba, ya que es ella la portadora del encargo social consistente en formar las nuevas generaciones en el espíritu del amor y el trabajo, la solidaridad humana y la justicia social, pero este encargo se vería muy limitado si no concurren otros factores que tienen incidencia en la educación de los niños y jóvenes, o sea la familia y la comunidad.

La labor extensionista que debe desempeñar la universidad cubana, y más la de ciencias de la cultura física y el deporte, que tiene como misión formar profesionales competentes y comprometidos con el proyecto socialista cubano, universalizar los estudios de la cultura física y el deporte a todo el ámbito nacional, promueve la formación profesional y el postrado como un proceso continuo, la investigación científica, la cultura general integral y sistematiza los conocimientos y tecnologías y experiencias de la cultura física con el desarrollo de los proyectos sociales que constituyen un plan estratégico orientado a mejorar las condiciones de una comunidad o un grupo social determinado

Añadir que el país se encuentra inmerso en la realización de las transformaciones educacionales, una de ellas es darle cumplimiento a la nueva visión de la universidad cubana en relación con su encargo social y se constituya en el lugar más importante de la comunidad. El área terapéutica de la facultad de cultura física *Nancy Uranga Romagoza* a partir del año 2013, forma parte de un proyecto institucional, así como también del programa de deporte y desarrollo humano nacional; se ubica en el consejo popular Capitán San Luís.

Es objetivo de este trabajo valorar los servicios que se ofrecen en la sala terapéutica de la facultad, como alternativa para lograr la integración escuela familia comunidad.

Teniendo estos antecedentes se materializa el proyecto institucional en el año 2013 desde la facultad de cultura física *Nancy Uranga Romagoza* titulado, *Área terapéutica, extensión de la universidad a la comunidad*, donde laboran los

profesores de la disciplina de Cultura Física Terapéutica; dentro de los que se encuentran dos especialistas en terapia física y rehabilitación con una vasta experiencia en esta tarea, los cuales cumplieron misión en Pakistán y Venezuela, además de 10 profesionales dentro de los que se encuentran un Dr. C de la Cultura Física, nueve másteres en ciencias, un profesor titular, cuatro profesores auxiliares, cinco asistentes, así un número significativo de estudiantes, veinte vinculados al proyecto a través del grupo científico estudiantil.

Este proyecto que ha mantenido una sostenida afluencia de pacientes de la comunidad, atletas y trabajadores del sector, propiciado por la creación de diferentes medios alternativos creados por los profesionales que en el laboran, reconocidos a partir de la remuneración de la ley 38 (aparatos e implementos), la donación además de equipos provenientes de la UPR *Hermanos Saiz Montes de Oca*, también producto de un convenio de cooperación internacional y uno de los logros del proceso de integración en la nueva universidad .

De igual manera, contribuye a la mejora del proceso docente educativo, a partir de la necesidad de continuar perfeccionando el trabajo didáctico metodológico en las asignaturas derivadas del perfeccionamiento continuo del plan de estudio *D* en los diferentes tipos de cursos. Constituye un espacio para impartir docencia de pre y postgrado, donde no solo se imparten los fundamentos teóricos en las asignaturas que integran la disciplina de Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, toda vez que se desarrollan un gran número de clases prácticas en ella, logrando el vínculo teoría-práctica tan necesario en la formación integral de los estudiantes.

La atención en dicha área terapéutica de los trabajadores que necesiten de estos servicios, contribuye a una menor afectación de la jornada laboral, al no tener que trasladarse fuera de la Facultad, y, por consiguiente, un mayor aprovechamiento de la jornada laboral, para de esta manera darle cumplimiento a la nueva visión de la universidad cubana en relación con su encargo social.

Cuba se ubica en la actualidad entre los países más envejecidos poblacionalmente de América Latina y el Caribe, pero dentro de dos o tres décadas será el más envejecido.» Fraga, A. (2008); esta es una de las razones

por las cuales por lo se trabaja en la investigación con dos círculos de abuelos de la comunidad.

El área terapéutica cumple con las normas que se establecen para la realización de actividad física desde el punto de vista de la kinesiología. Esta solución ha contribuido e al beneficio social de la comunidad.Ën el anexos #1 y 2 , se ofrecen los datos que lo confirman.

De igual manera, ha contribuido a la superación del postgrado, en la cual se han impartido diferentes cursos tanto a la comunidad como por ejemplo cursos de verano, nacionales e internacionales, estos cursos se muestran en la tabla (anexo 3).Así como los principales eventos y premios obtenidos (anexo 4)

Los equipos y medios terapéuticos a partir de la creatividad de los profesores que integran el proyecto, se encuentran los siguientes:

1. Recuperación de las rampas que dan acceso a la sala.
2. Fabricación de la rueda de hombros.
3. Fabricación de escalera digital.
4. Fabricación de barras paralelas.
5. Fabricación de mano terapéutica.
6. Fabricación de rodillo rodante.
7. Fabricación de silla de cuádriceps.
8. Fabricación de polea de techo.
9. Fabricación de mesas de masaje.

Se constató que el área terapéutica se ha convertido en un espacio de alto valor didáctico y pedagógico para la carrera de Cultura física; en esta área han recibido un tratamiento sistemático y efectivo un grupo de pacientes que han presentado irregularidades en su salud y en su calidad de vida.

Los medios que se han empleado en esta área han resuelto muchas de las deficiencias

Los medios que se han empleado en esta área han resuelto muchas de las deficiencias existentes en cuanto a la disponibilidad de medios físico terapéuticos

con bajo costo y con gran impacto ecológico. Este espacio físico terapéutico ha sido fuente de estudio y de tratamiento propedéutico para los trastornos y posibles lesiones de atletas y ciudadanos de la comunidad en general. Con la incidencia de todas las ramas del saber que han incidido en la formación de este espacio terapéutico se ha logrado participar en diversos eventos en el orden nacional e internacional dotando de prestigio y cientificidad a la Facultad de Cultura Física y por consiguiente a la Universidad de Pinar del Río Hermanos Saiz Montes de Oca.

Conclusiones: El proceso de rehabilitación física, con un enfoque comunitario desde el área terapéutica de la facultad de cultura física Nancy Uranga Romagoza tiene como mayor aporte el de mejorar la calidad de vida de la comunidad .

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

[1] Ceballo, J. L. (2001). El adulto mayor y la actividad física. La Habana: Instituto Superior de Cultura Física «Manuel Fajardo

[2] EcuRed. (2011). Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Recuperado de: https://www.ecured.cu/Universidad_de_las_Ciencias_de_la_Cultura_F%C3%ADsica_y_el_Deporte_Manuel_Fajardo

[3] Fraga, A. (2008). Seminario de Envejecimiento. Nuevas realidades. Ciudad de la Habana:

[4] Guía Terapéutica para la Atención Primaria en Salud. (2010). La Habana: Editorial Ciencias Médicas. Recuperado de: http://files.sld.cu/sida/files/2016/06/libro-guia-terapeutica-para-la-aps-2010.pdf

[5] La metodología de las Ciencias Sociales. (1949). New York: The Free Press.

[6] Rehabilitación. (2016). III CONGRESO NACIONAL DE REHABILITACION. Recuperado de: http://rehabilitacion2016.com/

[7] Rivera, C. (2016). Cultura Física terapéutica. LinkedIn SlideShare. Recuperado de: https://es.slideshare.net/RIVERAGXS/cultura-fisica-terapeutica

[8] XXIV Congreso Mexicano de Medicina Física y Rehabilitación. (2016). Recuperado de: http://www.medicinafisicayrehabilitacion2016.mx/

[9] Vilató Frómeta, L., Martín Alfonso, L., & Pérez Nariño, I. (2015) Adherencia terapéutica y apoyo social percibido en personas que viven con VIH/sida. Revista Cubana Salud Pública, 41(4)

Título Entrenamiento Aerobic Fusión para la rehabilitación de mujeres con obesidad y sobrepeso.

Autora: Samira Graus Martínez

País: Pérú

Resumen

La obesidad es una enfermedad crónica transmisible, caracterizada por un excesivo aumento de los depósitos de grasas en el organismo, la cual provoca un deterioro en la calidad de la vida y un riesgo potencial para la salud del individuo. Para combatir la obesidad es necesario identificar las mejores vías para superarla. Este trabajo tiene como objetivo: Elaborar el plan de entrenamiento Aerobic Fusión para la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD "Manuel Fajardo" a través del entrenamiento Aerobic Fusión. El mismo está constituido por una serie de indicaciones metodológicas para la fusión de varias modalidades en una misma clase o coreografía, plan de ejercicios y charlas educativas. Se realizó un estudio pre experimental de control mínimo, de naturaleza cualitativa y cuantitativa. En la cual se contó con una población de 20 mujeres, seleccionándose una muestra de 15 practicantes con obesidad y sobrepeso, la investigación se realizó en un periodo de 6 meses (el 12 septiembre del 2016 y culmina el 25 febrero del 2017) y en ellas se midieron y evaluaron las siguientes variables y pruebas en dos momentos, frecuencia cardíaca, peso, índice de masa corporal y % de grasa mientras en las pruebas se evaluaron el de Test de Ruffier, test de Harvard, test de resistencia a la fuerza.

Para el análisis de los resultados se utilizó las pruebas no paramétricas de los rangos con signo de Wilcoxon y T-student, arrojando que la práctica de Aerobic Fusión produjo cambios muy significativos en las pruebas realizadas, mejorando los parámetros Morfofuncionales.

Introducción

La obesidad es una enfermedad que afecta a la humanidad desde sus inicios, aunque se ha demostrado que su incidencia en el hombre primitivo ínfima, lo cual es atribuible a una intensa actividad física obligada por sus condiciones de

existencia, hábitos alimentarios y períodos de hambruna. A lo largo de la historia de la humanidad, los aspectos sociales y culturales han tenido una gran importancia en el concepto de obesidad, así pues esta ha sido considerada como signo de fertilidad, belleza, salud y estrato social desde las culturas antiguas, hasta el periodo moderno temprano en las culturas europeas. En la actualidad principalmente en las culturas occidentales modernas, la forma del cuerpo obeso es ampliamente considerado no atractivo, y muchos estereotipos negativos están asociadas con las personas obesas. Especialmente en décadas recientes la obesidad ha comenzado a ser vista como una enfermedad.

Según datos estadísticos arrojados por la OMS (2015), plantea que existen en el mundo más de mil millones de personas con sobrepeso y trescientos millones declarado clínicamente obesos. Se estima que en la actualidad fallecen unos tres millones de personas relacionados con la obesidad y que para el año 2020 las muertes ascenderán a cinco millones.

Por lo antes planteado la OMS define la obesidad como una pandemia y ha hecho un llamado a la comunidad internacional para unificar esfuerzos y enfrentar su impacto en la sociedad.

Cuba no queda exenta de esta enfermedad, según datos estadísticas de la revista Granma-2017, en los últimos años señalan al 18.1% de la población cubana femenina y el 11.4% de la masculina, son obesos. También este artículo afirma que la obesidad y el sobrepeso afectan más a las provincias occidentales que a las orientales siendo la habana la provincia más afectada, en relación con años anteriores las cifras van en aumento.

El INDER ha tenido un papel destacado en su lucha, capacitando, desarrollando y actualizando programas, sistemas y planes de ejercicios a partir de las investigaciones científicas desarrolladas en todos los centros del país.

En nuestro contexto, autores como Aguilar y Fonseca han tenido una participación activa en el tratamiento de la obesidad elaborando programas tan importantes como el programa nacional de Cultura Física Terapéutica para el paciente obeso en el 2004 y el programa integral para pacientes obesos que asisten al CAFS (centro de actividad física y salud) desarrollado en el 2003. En dicho año de manera oficial comienza implementarse en el CAFS ubicado en la Universidad de Ciencias de la

Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”.

La Licenciada Esther Lara, en su tesis de maestría (Lara, 2011) tuvo como objetivo revelar acciones concretas que fundamentan la visión psicopedagógica del Proyecto CAFS, así como nuevas orientaciones metodológicas útiles para profesionales noveles o en formación que permitan elevar la calidad de las clases y la motivación de las practicantes.

A pesar de que la estructuración del plan de ejercicios en tres etapas para la rehabilitación del paciente obeso ha tenido resultados satisfactorios desde el comienzo del CAFS, la autora considera que la implementación de dos o más modalidades en una misma clase, permite potenciar la motivación de las practicantes elevando la intensidad de trabajo y el gasto calórico. Asimismo considera que la incorporación a dicho plan de una etapa de restablecimiento permitirá a las practicantes adaptarse a los cambios funcionales y metabólicos para afrontar la etapa de mantenimiento en una mejor condición psicofísica evitando así el efecto rebote.

Adicionalmente, la autora considera que la ausencia de una etapa de restablecimiento en los programas promovidos por el departamento de Cultura Física Terapéutica, pudiera constituir una limitación de estos, puesto que a través de esta etapa se crean las bases educativas para el mantenimiento del peso adecuado una vez finalizado el programa de Aerobic fusión.

Es por ello que, la situación problemática que nos encontramos es la siguiente:

Existen limitaciones teórica metodológicas en la planificación del plan de entrenamiento que limitan las posibilidades de satisfacer las exigencias actuales para la rehabilitación de mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS. “Manuel Fajardo”.

Problema Científico:

¿Cómo rehabilitar a mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD Manuel Fajardo?

Objeto de Estudio:

Proceso de rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso.

Objetivo General:

Determinar la influencia de un plan de entrenamiento Aerobic Fusión en la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”.

Preguntas

1. ¿Cuáles son los elementos teóricos y metodológicos que sustentan la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso?

2. ¿Cuál es el estado actual de las mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”?

3. ¿Qué modalidades aeróbicas y ejercicios físicos podrían tenerse en cuenta para la conformación y aplicación del plan de entrenamiento para la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”?.

4. ¿Cómo evaluar el plan de Entrenamiento Aerobic Fusión para la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”?

TAREAS

1. Fundamentación de los elementos teóricos y metodológicos que sustentan la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso.

2. Diagnóstico del estado actual de las mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”.

3. Determinación de modalidades aeróbicas y ejercicios físicos que conforman el plan de entrenamiento para la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”.

4. Elaboración del Plan de entrenamiento Aerobic Fusión para la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”.

5. Evaluación del plan de entrenamiento Aerobic Fusión para la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”.

Métodos

Métodos Teóricos: Histórico - Lógico, Análisis y síntesis, Inductivo- Deductivo.
Métodos Empírico: Revisión documental Medición, Encuesta.
Estadísticas Matemáticos: Estadística descriptiva e inferencial.
El paquete estadístico SSPS 20.0.

Análisis de los resultados.

Análisis de los resultados arrojados del test de Resistencia a la Fuerza aplicado a la muestra

Los resultados arrojados en el test de resistencia a la fuerza para evaluar la capacidades lactácidas de las practicantes, se pudo definir que las practicantes en el inicio tenían una baja resistencia lactácidas y un debilitamiento de la musculatura por la carencia de actividad física sistemática planificada y orientada, por lo que el entrenamiento en la etapa de adaptación estaba caracterizado por ejercicios sencillos, pocas series, repeticiones y un descanso más prolongado.

Al realizar el test al finalizar la investigación se pudo evidenciar un incremento de la resistencia a la fuerza, hecho evidenciable con el incremento considerable de la cantidad de repeticiones por parte de las practicantes.

Análisis de los resultados arrojados del test Escalón de Harvard aplicado a la muestra.

Al analizar los resultados arrojados en el test de Harvard para evaluar la capacidad aeróbica de las practicantes; en la primera prueba el índice de manera general fue de 59 para una clasificación de pobre en la prueba final el test proporcionó un índice de 105 para una clasificación de excelente. Siendo una diferencia de 46 unidades en el índice de un momento a otro por lo que el plan de entrenamiento aerobic fusión incremento una mejoría en la capacidad aeróbica de las practicantes con sobrepeso.

Análisis de los resultados arrojados del test de Ruffier

Al analizar los resultados arrojados en el test de Ruffier para evaluar la capacidad de cardiovascular de las practicantes, podemos definir que a pesar de evaluarse de B en la pruebas al iniciar y finalizar la investigación se pudo comprobar una mejoría en las practicantes distribuyéndose los resultados de la siguiente forma. En la prueba inicial obtuvieron 8 practicantes con evaluación de R y 7 con evaluación de

B. Para un segundo momento 11 practicantes con calificación de B y 4 con MB por lo que hubo una buena adaptación de las practicantes a las planificaciones establecidas en el plan de entrenamiento.

Resultados

El Plan de entrenamiento Aerobic Fusión influyó positivamente en la disminución del peso corporal de las mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD, dando así cumplimiento a los objetivos planteados.

Conclusión.

A través del estudio de los fundamentos teórico-metodológicos que sustentan la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso se pudo sentar las bases para la confección del entrenamiento Aerobic fusión.

La aplicación de diferentes métodos empíricos como la revisión documental, la encuesta, la consulta a especialistas y la observación directa a clases, permitió detectar insuficiencias teórica metodológicas en la planificación del plan de entrenamiento, hecho que incidía en las necesidades actuales de las mujeres con obesidad y sobrepeso que asisten al CAFS de la UCCFD “Manuel Fajardo”.

Se organizó las modalidades del entrenamiento Aerobic fusión en relación a los intereses de la población, a su vez la selección del contenido técnico, procedimientos y métodos se determinaron atendiendo a las más recientes investigaciones en el campo de la actividad física dirigidas al tratamiento de la obesidad y el sobrepeso.

Se aplicó y evaluó el Plan de entrenamiento Aerobic Fusión para la rehabilitación a mujeres con obesidad y sobrepeso donde existieron mejorías significativas en los parámetros antropométricos y funcionales seleccionados.

Referencias

Colectivo de autores. (2006). Ejercicios Físicos y Rehabilitación. Tomo I, ISCF Manuel Fajardo, Centro de Actividad Física y salud. Ciudad de Habana, Cuba.

Editorial Deportes.

Carvajal V, W (2007) Valores de influencia para la evaluación de la composición corporal y el somatotipo en el deporte cubano de alta maestría. Ciudad de la Habana. Editorial Ciencia Y Salud.

Christian Thibaudeau. El libro negro de los secretos de entrenamiento. Editorial F.Lepine ISBN 978-0-9783194-5-8 Publicado en 2007.

Carvajal Veitía, W y col (2011) Protocolo de valoración de la composición corporal para el control cineantropométrico del entrenamiento deportivo. Rev. Cub. Med. Dep. & Cultura Física.; Vol 5, Núm.

García, E. G. (Octubre-Diciembre 2004). Posición de la Sociedad Mexicana de Nutrición y Endocrinología Obesidad, Diagnóstico y Tratamiento. Revista de Endocrinología y Nutrición Vol. 12, No. 4 Supl. 3. Pp S88-S90.

Hernández, R., Aguilar E., Díaz, S., & Lorenzo, M. (2004). Programa nacional de cultura física terapéutica para el paciente obeso cuidad de la Habana .Instituto Superior de Cultura Física „Manual Fajardo‟. La Habana, Cuba.

Tablas, Gráficos y Figuras.

Palabras Claves (hasta 6):
Sobrepeso y obesidad
Aerobic fusión
Cardío fusión

Título: Entrenamiento aeróbico a intervalos intensos en pacientes con infarto del miocardio en fase de convalecencia.

Autor: José Ángel Mustelier Oquendo

Institución: Instituto de cardiología y Cirugía Cardiología

País: Cuba

Resumen

En el entrenamiento aeróbico con intervalos intensos, se alternan periodos cortos de altas intensidades con intervalos de actividad más ligera. Inicialmente, este método solo se utilizó para entrenar atletas, sin embargo resientes investigaciones revelan en pacientes con síndrome metabólico, infarto del miocardio, e insuficiencia cardiaca, que hubo un incremento de la capacidad corporal para el trasporte y utilización de oxígeno, aumento del consumo máximo de oxígeno, asociado con mayor calidad y esperanza de vida en menor periodo de tiempo que con la utilización del entrenamiento aeróbico con intensidades de ligero a moderado, sin embargo se recomienda ,se siga estudiando ya que todavía es polémico y no se ha certificado por ninguna asociación de la comunidad científica.En este trabajo pretendo realizar un estudio comparativo entre el entrenamiento físico a intensidad moderada al 60 y el 70% de su consumo máximo de oxígeno y el entrenamiento físico a intervalos intensos entre el 85 y 95%de su consumo máximo de oxígeno, aplicando ambos método en pacientes con infarto del miocardio que cumplan con los criterios de inclusión .

Introducción

La rehabilitación cardiaca según Maroto (2009) tiene sus primeros antecedentes en la década del 50 y el 60 en Estados Unidos de América, Canadá y algunos países çde Europa. En sus inicios, tenía como objetivo mejorar la capacidad funcional de estos pacientes que se deterioraba significativamente debido, a los largos periodos que permanecían en reposo. Con el devenir del tiempo se fueron incorporando otros aspectos fundamentales como el psicológico y el social plantea Rivas E (1989).En Cuba, la rehabilitación cardiovascular comienza a dar sus primeros pasos en 1970 en el hospital clínico quirúrgico Joaquín Albarrán, y en 1973 se funda el centro de

rehabilitación en el Instituto de Cardiología y Cirugía Cardiovascular, dirigido por el Doctor Ponce De León. Basado en las normas internacionales según la Organización Mundial de la Salud, se establecen las tres fases de rehabilitación cardiovascular: Hospitalaria convalecencia y mantenimiento, utilizando el ejercicio aeróbico de baja y moderada intensidad y larga duración el cual ha sido muy efectivo en el control de factores de riesgos, disminución de la morbimortalidad y aumento del consumo máximo de oxígeno, aspectos estrechamente relacionado con calidad y esperanza de vida, declaran Ponce de León y Rivas Estany (1989).Dentro de las enfermedades cardiovasculares la cardiopatía isquémica es la que más predomina, y dentro de sus principales manifestaciones se encuentra el infarto agudo de miocardio, que se define como la necrosis irreversible del miocardio, resultante de una alteración aguda y mantenida del equilibrio entre el aporte sanguíneo miocárdico y las necesidades del mismo.

Recientemente se han publicado importantes artículos referidos al ejercicio físico y la salud cardiovascular. Uno de ellos es la actualización de las recomendaciones sobre actividad física y salud pública que hace el Colegio Americano de Medicina del Deporte y la Asociación Americana del Corazón (2007). Marcando diferencia con las anteriores, publicadas en (1995), se clarifica la recomendación de actividad física de intensidad moderada. El ejercicio físico intenso se incorpora explícitamente a las recomendaciones. También se especifica que las actividades de moderadas a intensas son complementarias para producir beneficios en la salud .La combinación de actividades está basada en la cantidad de actividad realizada (intensidad por duración) durante la semana y se usa el concepto de equivalentes metabólicos (MET) para asignar un valor específico a cada actividad. Subrayan un hecho importante, que la actividad física más allá de los mínimos recomendados tiene mayores beneficios para la salud. Clarifican también el concepto de acumulación de episodios de actividad física: para alcanzar el objetivo de 30 min, han de ser de un mínimo de 10 min. Estas recomendaciones se sustentan en la evidencia actual disponible. Respecto a la dosis de actividad se propone que puede ser interpretada de diferentes formas, teniendo en cuenta la intensidad, la duración y la frecuencia de la actividad, y la cantidad total de actividad física está en función de ello. Basándose en datos

recientes, establecen que las actividades físicas intensas pueden tener un mayor beneficio en reducir la morbimortalidad cardiovascular que las de grado moderado, efecto que es independiente del consumo de energía. Se establece en las recomendaciones que, para promover y mantener la salud, todos los adultos sanos con edad entre 18 y 65 años necesitan actividad física aeróbica de intensidad moderada, un mínimo de 30 min 5 días a la semana o de intensidad vigorosa un mínimo de 20 min 3 días a la semana (indicación de clase I A) Combinaciones de intensidad, actividades moderadas e intensas, se pueden realizar para cumplir esta recomendación (indicación de clase IIa B). Por ejemplo, una persona puede cumplir con la recomendación de caminar durante 30 min 2 días a la semana y correr durante 20 min otros 2 días. La actividad aeróbica de intensidad moderada, que generalmente equivale a una caminata y acelera notablemente el ritmo cardiaco, se puede sumar para un mínimo de 30 min por la acumulación de episodios de 10 o más minutos de duración (indicación de clase I B). La actividad de intensidad vigorosa, ejemplificada por correr *(jogging),* produce respiración rápida y un aumentosustancial de la frecuencia cardiaca. Debido a la relación dosis-respuesta entre la actividad física y la salud, las personas que deseen mejorar su aptitud personal, reducir su riesgo de enfermedades crónicas y discapacidad o prevenir el aumento de peso pueden beneficiarse de exceder el mínimo de las cantidades recomendadas de actividad física (indicación de clase I A).

Para el uso del entrenamiento aeróbico a intervalos intensos existen diferentes criterios para establecer la intensidad con la cual se debe trabajar, según Meyer y Gaidan(2013) recomiendan diferentes métodos para los intervalos intensos, teniendo en cuenta la intensidad y la duración: intervalos de larga duración, 3 a 15 minutos entre el 85% al 90% del consumo de oxígeno máximo, Intervalos medios o moderados de 1 a 3 minutos entre el 95% y 100% del consumo de oxígeno máximo, e intervalos cortos de 10 segundos a 1 minuto del 100% -120% consumo de oxígeno máximo. Gíbala (2008) recomienda que se debe realizar al menos de dos a cuatro semanas, quince a veinte minutos de ejercicio aeróbico de forma continua con intensidad de ligero a moderada, como acondicionamiento previo a los intervalos intensos, también exhortan a que los intervalos intensos no duren más de cuatros

minutos y que la suma de ellos no sobrepasen los diez minutos. Este método de entrenamiento consiste en alternar intervalos de alta intensidad y corta duración con intervalos de intensidad moderada y más larga la duración. Estudios recientes de Gayda, Guiraud y Labrunee (2013), plantean que con la utilización del entrenamiento a intervalos intensos el consumo máximo de oxígeno y la calidad de vida en pacientes con infarto del miocardio e insuficiencia cardiaca, fue superior que con el empleo del método con intensidad de ligero a moderado. Los autores citados en este estudio han llegado al consenso que el método intenso es superior al método convencional y que además, los resultados se obtienen en menos periodo de tiempo, y lo recomiendan como una alternativa más para la rehabilitación cardiovascular, en especial para aquellas personas que el tiempo constituye una barrera para acudir al área terapéutica ya que se recomienda de veintes a veinticincos minutos por cada sesión de entrenamiento, con una frecuencia de tres veces por semanas, además plantean que los principales resultados evidenciados con la utilización del método de entrenamiento aeróbico a intervalos intensos en la rehabilitación de pacientes con enfermedades cardiovasculares, son aumento del consumo máximo de oxígeno, aumento en el número y tamaño de las mitocondrias, aumento del retorno venoso, del volumen sistólico y de la contractilidad del miocardio, efectos estrechamente relacionados con la disminución de la morbimortalidad, y aumento de la calidad y esperanza de vida.

En Cuba, el método a intervalos intensos no se utiliza en pacientes cardiópatas, sin embargo en algunas clínicas de países desarrollados forma parte del programa de rehabilitación cardiovascular, por tanto uno de los objetivos del estudio si los resultados son satisfactorios, es la instauración de este método de entrenamiento en el Programa Nacional de Rehabilitación Cardiaca siempre, bajo los parámetros exigidos para una adecuada seguridad y confiabilidad en su ejecución.

Dada la utilización favorable de este método de entrenamiento en otros países, los resultados en cuanto a capacidad funcional evidenciados y la no utilización ni implementación del mismo en nuestro país, se hace necesario realizar un estudio para conocer cómo contribuir con el método de entrenamiento aeróbico a intervalos intensos en la rehabilitación de pacientes con infarto del miocardio en fase de

convalecencia, y describir los resultados obtenidos en cuanto a consumo máximo de oxígeno y calidad de vida relacionada con la salud, que se espera que sean placenteros y se alcancen sin riesgos ni complicaciones, ya que durante la selección de los pacientes se tendrán en cuenta criterios de exclusión e inclusión, así como pruebas ergoespirométrica y otros exámenes que nos permitirán reducir al mínimo cualquier complicación.

Métodos

Se realizará un estudio longitudinal, prospectivo con un diseño experimental riguroso. El Universo del estudio estará integrado por pacientes con Infarto del Miocardio en fase de Convalecencia que acudan al departamento de Rehabilitación del Instituto de Cardiología y Cirugía Cardiovascular. La muestra: estará conformada por 60 pacientes, que cumplan los criterios de inclusión, los que de forma aleatoria se dividirán en 2 grupos de 30 pacientes cada uno, ubicándolos según correspondan en (estudio o control).

Resultados: Con la utilización del entrenamiento a intervalos intensos lograr la mejoría de parámetros fisiológicos y de calidad de vida en pacientes con Infarto del miocardio. También demostrar que es un método de entrenamiento seguro y proponer su inclusión al Programa Nacional de Rehabilitación Cardiaca.

Conclusiones

Con la realización de este estudio pretendo demostrar que el ejercicio aeróbico a intervalos intensos, es un método de entrenamiento que por sus características, proporciona grandes estímulos en el organismo, originando respuestas fisiológicas adaptativas que superan las que se obtienen con el método convencional, además que es seguro y que mejora la calidad de vida, relacionada con la enfermedad, como se evidencia por diferentes autores en estudios foráneos

Referencias

. Guiraud T, Juneau M, Nigam A, et al. Optimization of high intensity intervalexercise in coronary heart disease. *Eur J Appl Physiol.* 2010;108:733-740.

. Guiraud T, Gayda M, Juneau M, et al. A single bout of high-intensity intervalexercise does not increase endothelial or platelet microparticles in stable,physically fit men with

coronary heart disease. *Can J Cardiol.* 2013;29:1285-1291.

. Guiraud T, Labrunee M, Gaucher-Cazalis K, et al. High-intensity interval exercise ímprobas vagal tone and decretases arrhythmias in chronic heart failure. *Med SciSports Exerc.* 2013;45:1861-1867.

. Gayda M, Normandin E, Meyer P, Juneau M, Haykowsky M, Nigam A. Central hemodynamic responses during acute high-intensity interval exercise andmoderate continuous exercise in patients with heart failure. *Appl Physiol NutrMetab.* 2012;37:1171-1178.

. Gayda M, Normandin E, Meyer P, Juneau M, Nigam A. Comparison of carbohydrate and lipid oxidation during continuous and intermittent exercise inpatients with chronic heart failure. *Can J Cardiol.* 2013;29:990-992.

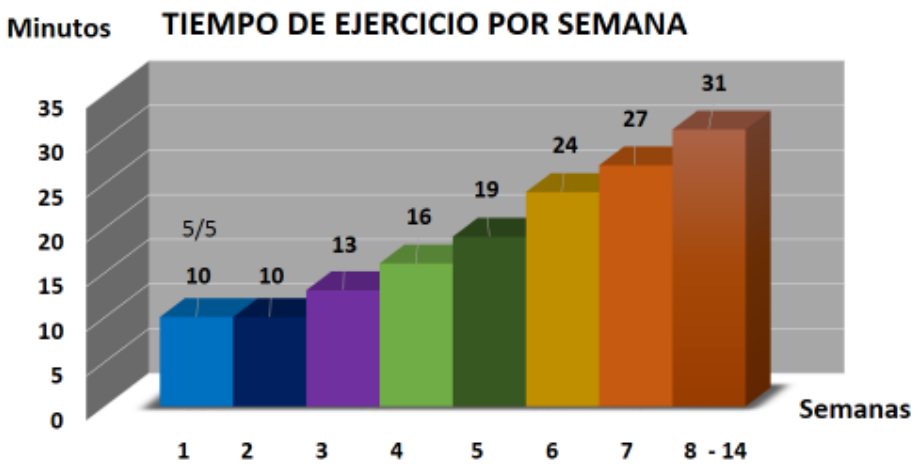
. Guiraud, T. & Nigam, A. Juneau M, Meyer P, Gayda M, Bosquet L. Acute Responsesto High-Intensity Intermittent Exercise in CHD Patients. *Med Sci Sports Exerc.*
2011;43:211-217.

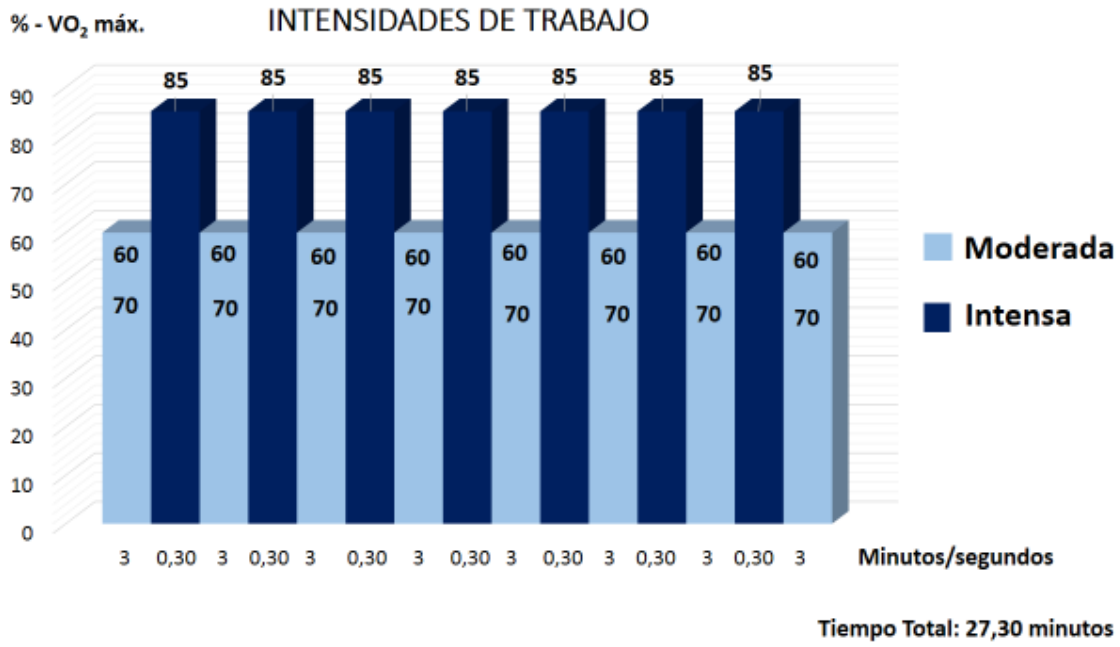
Gibala MJ, McGee SL**.** Metabolic adaptations to short-term high-intensity interval training: a Little pain for a lot of gain? *Exerc Sport Sci Rev* 36: 58–63, 2008.

. Physical Activity and Public Health: Updated Recommendation for Adults From the American College of Sports Medicine andthe American Heart Association Circulation. 2007;116:1081-93.

. Rivas, E. Necesidades materiales y humanas en los Programas de rehabilitación cardiaca. En: Maroto Montero J M, editor. Rehabilitación cardiaca. Madrid: Sociedad Española de Cardiología; 2009. p. 101-13.

Tablas, Gráficos y Figuras





Palabras Clave: Intervalos intensos, Infarto del miocardio, Rehabilitación cardiaca.

Título: Estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos

Autor: Dr. C. Luis Lázaro Arias Rodríguez. olp@inder.cu

Institución: UCCFD "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Resumen

La investigación tiene como objetivo diseñar un procedimiento basado en la marcha, que contribuya a perfeccionar la estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos. Con este propósito se elaboró un protocolo ajustado a las condiciones de una muestra de la población cubana, basado en una prueba de marcha durante 12 minutos, así como ecuaciones de regresión lineal para estimar el consumo de oxígeno, a partir de los resultados de personas evaluadas en seis provincias del país. El procedimiento constituye una herramienta predictiva de la capacidad aerobia a utilizar por los profesionales de la Cultura Física Profiláctica y Terapéutica que, a través de la aplicación de los programas de ejercicios, contribuyen a contrarrestar el padecimiento de enfermedades crónicas no transmisibles o de factores de riesgo que propicien la aparición de enfermedades cardiovasculares. Los resultados alcanzados corroboran su validez y confiabilidad para estimar este indicador en personas a quienes no se les debe indicar un programa de ejercicios basado en el trote u otras actividades de mayor intensidad que la marcha.

Introducción (quedará explícitamente declarado el objetivo)

El siglo XXI impone la necesidad de proyectar acciones dirigidas al incremento de la eficacia de los servicios públicos con el objetivo de elevar la calidad de vida de la población. Entre ellos se destacan, por su mayor trascendencia; la Educación, la Salud y el Deporte, como derechos básicos del hombre.

En Cuba, el 30 de octubre del año 2000, se aprobó el acuerdo 3790 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros, que instituye el Programa

Nacional de Salud y Calidad de Vida y de manera conjunta, se constituyó la Comisión Nacional de Salud y Calidad de Vida (CNSCV), encargada de coordinar las acciones orientadas al mejoramiento de los indicadores que condicionan la calidad de los servicios. (García, González y Landrove, 2004, p.1).

El principal objetivo de la referida comisión radica en promover estilos de vida que modifiquen actitudes, hábitos y conductas caracterizadas por constituir factores de riesgo para la salud, relacionados con las principales causas de morbilidad y mortalidad. Este equipo de trabajo definió 10 áreas de intervención, donde sobresalen el tabaquismo, el alcoholismo, el sedentarismo y la alimentación no saludable. (García *et al.*, 2004, p. 2).

Este esfuerzo responde al predominio de las enfermedades no transmisibles sobre las transmisibles, al envejecimiento de la población (en el año 2015 el 20 % de la población cubana tiene 60 años o más) y a la preponderancia de factores de riesgo, contemplados en las áreas de intervención. (MINSAP, 2006a, p. 77; Álvarez, Hernández, Báster, García, Céspedes, 2008b, p. 83) 2

A raíz de esta situación, se trabaja en el desarrollo de programas por parte de los organismos e instituciones, dirigidos hacia tres direcciones fundamentales: la prevención de los factores de riesgo, la creación de programas de entrenamiento físico y los tratamientos psicosociales (MINSAP, 2006a, p.79).

El ejercicio físico constituye un instrumento muy útil para intervenir con antelación y evitar o disminuir los daños a la salud. Si es debidamente supervisado por un personal calificado y se toman precauciones para modificar su relación beneficio- riesgo, es seguro para la mayoría de los individuos (ACSM, 2010, p. 28).

En este proceso de supervisión, a pesar de los avances tecnológicos, las pruebas de terreno con la aplicación de ejercicios físicos persisten como importante modalidad de diagnóstico. Su aplicabilidad y la información que aportan, hacen de ellas una primera elección en el beneficio de evitar métodos invasivos, costosos y complejos (Heredia, 2006).

En Cuba, la situación económica impide la adquisición de equipamiento y tecnologías para la realización de pruebas de laboratorio que permitan tener un diagnóstico directo de las personas incorporadas a los programas de ejercicios a nivel comunitario, por lo que es necesario la aplicación de pruebas indirectas acordes a las condiciones físicas de las mismas.

Los autores antes citados por Billat (1999); Carr, Emes y Rogerson (2003, p. 53) y Farinola (2008, p. 21), han realizado investigaciones en poblaciones deportivas o adscritas a cuerpos militares. Entre estos se destacan; Bruno Balke, quien recomienda en 1965, la prueba de carrera 15 minutos, aplicada a la marina de los Estados Unidos. Kenneth Cooper propone en 1978, pruebas de carrera 12 minutos, de 2414 metros, ciclismo y natación en 12 minutos, aplicadas a la fuerza aérea de los Estados Unidos. Luc Leger en 1981, recomienda las carreras incrementales en tramos de 20 metros, aplicada a deportistas y universitarios en el mismo país. Chanon- Stephar sugieren en 1985, carreras en distancias de 300 a 1000 m y George-Fisher en 1989, se inclinan por carreras en 2400 metros.

Estas pruebas, por sus exigencias sobre el organismo de las personas que deben cumplirlas, traen como consecuencia la generación de efectos negativos en los individuos que practican ejercicios para mantener o recuperar la salud, debido a que agravan su padecimiento, contribuyen a la aparición de otras enfermedades, aumentan los riesgos para la salud, impiden el proceso de evaluación o provocan la deserción de los programas de ejercicios.

Según los criterios de los especialistas consultados, recogidos mediante la aplicación de encuestas, en el país se emplean pruebas para la evaluación de la capacidad aerobia para las personas adultas que practican ejercicios físicos, que fueron diseñadas en contextos y poblaciones con características diferentes.

Estos criterios inducen al diseño y aplicación de procedimientos ajustados a las características y posibilidades de las personas con riesgo coronario, lo que motiva el desarrollo de la presente investigación, que pretende tributar al

perfeccionamiento de la valoración del estado de salud y de los cambios fisiológicos producidos en los practicantes sistemáticos de ejercicios físicos, mediante una actividad asequible a sus posibilidades, teniendo en cuenta la edad, el estado de salud y la condición física, que facilite la dosificación de las actividades planificadas.

Los elementos abordados permiten identificar que aun, cuando la Dirección de Educación Física y Promoción de Salud del INDER, en coordinación con el Ministerio de Salud Pública, ha orientado el empleo de pruebas aerobias para estos practicantes de ejercicios, estas indicaciones son generales, datan del año 1996, basadas en estudios realizados en las décadas del 60 al 80 y sobre todo, constituyen propuestas derivadas de trabajos en muestras con características diferentes a la población cubana y que por regla general no se aplican, ponen de manifiesto la carencia de un procedimiento, diseñado a partir de las características de la población cubana actual, que posibilite la estimación del consumo de oxígeno en correspondencia con las condiciones ambientales, sociales y culturales del país.

A partir de la situación problemática señalada, se devela el *problema científico* siguiente: Necesidad de perfeccionar la estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos.

Se declara, como *objeto de estudio:* la capacidad aerobia y se asume, como *campo de acción:* la estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos.

Objetivo general:

Perfeccionar la estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos.

Objetivos específicos:

1. Valorar los antecedentes teórico-metodológicos que sustentan el proceso de estimación del consumo de oxígeno durante la práctica de ejercicios físicos en personas con riesgo coronario.
2. Diseñar un nuevo procedimiento para la estimación del consumo de

oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos.

3. Validar el procedimiento de estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos.

Idea científica:

Es factible la aplicación de una prueba indirecta, adecuada a las condiciones en que se realiza la práctica de ejercicios físicos, que perfeccione la estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario.

Métodos

Los métodos utilizados en la investigación fueron: el histórico-lógico, análisis-síntesis, inducción-deducción, así como medición, encuestas, entrevistas, modelación, criterio de expertos y estadístico-matemáticos.

Resultados:

Como resultado de la investigación se obtuvo una prueba para la estimación del consumo de oxígeno en sujetos adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos, compuesta por doce aspectos que se resumen a continuación

Nombre de la prueba: Marcha de 12 minutos.

Fundamentación teórica: Existen numerosas pruebas documentadas en la bibliografía internacional sin embargo, no ocurre de la misma forma en el contexto nacional donde tradicionalmente se han tomado las pruebas y criterios de clasificación de los resultados a nivel internacional y se han aplicado a la población cubana sin tener en cuenta aspectos que constituyen sesgos en el proceso de evaluación entre los que destacan; que son pruebas aplicadas en el siglo pasado, momento en que la población mundial tenía particularidades socioeconómicas diferentes a las actuales y que se aplicaron en contextos y muestras con características que difieren de la población adulta cubana, en lo concerniente a la condición física y los estilos de vida.

Tomando en consideración que no existe una prueba específica que considere las características de la población cubana adulta con riesgo

coronario, practicante de ejercicios físicos; se propone una nueva prueba de carácter indirecto, para estimar el consumo de oxígeno mediante la realización de la marcha durante 12 minutos.

Objetivo: Estimar el consumo de oxígeno de los sujetos adultos con riesgo coronario incorporados a los programas de ejercicios físicos que se desarrollan en los centros de promoción de salud a nivel comunitario.

Pasos metodológicos para la aplicación en la práctica: Paso 1: Se le debe entregar el protocolo de evaluación y ofrecer una explicación oral del mismo a cada sujeto antes de ser sometido a la prueba. Todos los participantes deben declarar por escrito su disposición a someterse a la prueba.

Paso 2: Se recogen sus datos personales como la edad**,** el sexo, el peso medido en kilogramos, la talla medida en centímetros, los hábitos tóxicos y los factores de riesgo o enfermedades que padece; estos datos se reflejan en la hoja de interrogatorio practicada a cada persona.

Paso 3: Se ubica al sujeto en reposo durante 10 minutos, sentado o acostado. Transcurrido este tiempo, de manera inmediata se registra el valor del pulso en reposo y a continuación, la tensión arterial, cuyos valores se plasman en la hoja de anotación.

Paso 4: A continuación se le indica al evaluado que debe caminar durante 12 minutos a una velocidad igual o mayor a 50 metros por minutos sobre una superficie plana marcada en tramos de 50 metros, para facilitar el control de la velocidad alcanzada. Esta velocidad se calcula mediante la medición del tiempo que emplea el evaluado en recorrer un tramo de 50 metros, si el evaluado no cumple con la velocidad mínima que exige la prueba, el evaluador debe estimularlo a incrementar la velocidad de marcha y en caso de resultarle imposible, constituye un criterio de suspensión.

Paso 5: Después de culminada la actividad se realiza inmediatamente la toma de pulso en 10 segundos, se registra la distancia recorrida y se calcula la velocidad promedio alcanzada en 12 minutos. Además, se anotan los síntomas, si se presentaron durante la actividad y se aplica la escala de

percepción del esfuerzo de Borg.

Tarea a realizar: Caminar a la mayor velocidad posible durante 12 minutos.

Orientaciones de estandarización: Se deben mantener las siguientes condiciones de estandarización para reducir los errores en las mediciones:

La superficie donde se realice la prueba debe ser plana, preferiblemente una pista de 400 metros o en un área con iguales características que tenga una distancia definida con exactitud.

El área de evaluación debe estar marcada en tramos de 50 metros para conocer con facilidad la velocidad promedio de los evaluados.

Se debe comprobar su funcionamiento y compararlos con otros con características similares.

Los evaluadores: deben estar previamente entrenados para la aplicación de la prueba.

Se recomienda la aplicación de la prueba entre 8:00 y 9:00 am o entre las 5:00 y 7:00 pm, horarios que resultan más convenientes de acuerdo a las condiciones ambientales.

No debe aplicarse la prueba en días lluviosos debido a que aumenta los riesgos de caídas y lesiones.

Se debe cumplir que los sujetos evaluados mantengan una velocidad de marcha promedio igual o superior a los 50 metros por minutos.

La prueba es recomendada para personas que se ubiquen entre los 40 y 69 años, que sean practicantes sistemáticos en un programa de ejercicios físicos y que resulten afectados por 2 o más factores de riesgo.

Se debe prestar atención a los indicios que impidan el comienzo o la conclusión de la prueba.

Medios e instrumentos: Para la medición de los parámetros necesarios para valoración de la capacidad aerobia, se deben utilizar los instrumentos siguientes:

Interrogatorio de salud de los sujetos evaluados, carta de consentimiento informado para la aplicación de la prueba, hoja de registro para recoger los datos de la prueba, esfigmomanómetro y estetoscopio para la medición de la

tensión arterial, pulsómetro, cronómetro o reloj para la toma de la frecuencia cardíaca y el tiempo de marcha, báscula para medición del peso y la talla, cinta métrica para la medición de la distancia recorrida en la prueba.

Forma de estimación: Con los datos registrados de la realización de la prueba, se estiman los siguientes parámetros:

Para la predicción de estos parámetros se diseñaron y aplicaron las siguientes ecuaciones de regresión lineal:

Mujeres:

VO2=30,58– (0,33 x Edad) – (0,07 x Peso) – (0,11 x Fc) + (0,04 x Distancia) – (7772,9/Distancia)

Hombres:

VO2=30,58– (0,33 x Edad) – (0,07 x Peso) – (0,11 x Fc) + (0,04 x Distancia)

Donde:

La distancia recorrida se mide en metros y centímetros.

La frecuencia cardíaca producto de la actividad se expresa en pulsaciones por minuto.

El peso se mide en kilogramos.

(- 7772,9/Distancia): es el factor de corrección para establecer las diferencias de los resultados obtenidos entre los sexos. 91

Evaluadores: Se precisan dos evaluadores, un cronometrista y un anotador.

Protocolo: En el protocolo de valoración se recogen los datos resultantes de la aplicación de la prueba

Procesamiento de datos: Los datos del consumo de oxígeno se calculan mediante la ecuación obtenida en la investigación, donde se halla primeramente la multiplicación de los coeficientes de regresión por las variables independientes incluidas en la ecuación entre los paréntesis (edad, peso, frecuencia cardíaca, distancia y el factor de corrección para el sexo femenino), posteriormente se hallan las sumas y restas. Por último, se le resta el valor obtenido al coeficiente de corrección 30,58.

Criterios de evaluación: Para la estimación del consumo de oxígeno mediante la aplicación de la prueba se estableció un sistema provisional de

evaluación con los resultados de la muestra seleccionada (tablas 1 y 2)

Conclusiones:

Los antecedentes investigados muestran que las pruebas para la evaluación de la capacidad aerobia de personas con riesgo coronario que se emplean con mayor frecuencia en Cuba, han sido aplicadas sin tener en cuenta las características sociales y ambientales del país y no consideran las particularidades de la población, que se reflejan en su condición física.

La estimación del consumo de oxígeno mediante la prueba que se propone (prueba de marcha 12 minutos), en adultos con riesgo coronario, es una fuente importante de información del estado de salud, complementa el examen médico precedente, ayuda a tomar decisiones en cuanto a la realización, planificación y control de las actividades físicas y reduce los riesgos que entraña la práctica sistemática de ejercicios físicos.

El procedimiento que se propone se elaboró mediante la realización de pilotajes y la aplicación del criterio de expertos, para establecer un diseño inicial que fue perfeccionado a través de la validación empírica, dando como resultado un protocolo compuesto por ecuaciones de regresión lineal, que permiten la estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos.

El procedimiento para la estimación del consumo de oxígeno en adultos con riesgo coronario, practicantes sistemáticos de ejercicios físicos, cumple con los criterios de validez establecidos para la obtención de información confiable y puede ser aplicado y generalizado, de manera sencilla y sistemática, en centros de promoción de salud a nivel comunitario.

Referencias

- American College of Sport Medicine, (2010) *Guidelines exercise testing and prescription*. Eighth edition. Filadelfia: Editorial Lippincott Williams and Wilkins.
- Arias Rodríguez, L. L., (2016) “Análisis de la efectividad de un programa

de ejercicios para el tratamiento de pacientes hipertensos leves y moderados" en *Revista Acción [online],* 12.

- Arias Rodríguez, L. L., (2016) "Estimación del consumo de oxígeno en adultos practicantes de ejercicios físicos con factores de riesgo coronario*"* en *Revista DeporVida,* 13(30).
- Clavijo, A. (2014) "Predicción de cambio en el MO2 máximo mediante test de UKK. Instituto Urho Kekkonen Kaleka". [En línea] Available at: http//prezi.com/user/ [Último acceso: 4 noviembre 2015].
- Escalante, L. (2015) *Evaluación de la condición física en adultos mayores practicantes sistemáticos.* Tesis en opción al grado científico de doctor en Ciencias de la Cultura Física. La Habana: UCCFD Manuel Fajardo.
- González, M. E. y G. López, (2014a) "Pruebas de terreno para la evaluación funcional de la potencia aerobia máxima: una revisión" en *Rev. Cub. Med. Dep. y Cul. Fís.,* 9(3).

Tablas, Gráficos y Figuras

Tabla 1. Evaluación cualitativa del consumo de oxígeno en el sexo femenino.

Valores del sexo femenino (ml/Kg/min)			Clasificación
40-49	50-59	60-69	
Menor que 28,2	Menor que 25,4	Menor que 22,6	Bajo
28,2-31,7	25,4-28,9	22,6-25,3	Regular
31,8-39	29-32,5	25,4-30,7	Promedio
39,1-42,6	32,6-36,1	30,8-33,4	Bueno
Mayor que 42,6	Mayor que 36,1	Mayor que 33,4	Sobresaliente

Tabla 2. Evaluación cualitativa del consumo de oxígeno en el sexo masculino.

Valores del sexo masculino (ml/Kg/min)	Clasificación

40-49	50-59	60-69	
Menor que 34,7	Menor que 33,2	Menor que 30,3	Bajo
34,7-38,2	33,2-35,7	30,3-32,9	Regular
38,3-45,5	35,8-40,3	33-38,4	Promedio
45,6-49,1	40,4-43,5	38,5-41,1	Bueno
Mayor que 49,1	Mayor que 43,5	Mayor que 41,1	Sobresaliente

Palabras Claves (hasta 6):

Estimación, consumo de oxígeno, factores de riesgo coronario.

Título: Estrategia terapéutica para el tratamiento rápido y eficaz de la cefalea que padecen los deportistas por la práctica deportiva de rendimiento

Autor: Dr. C. Abel Gallardo Sarmiento.

Institución: Universidad de Matanzas Facultad de Cultura Física.

País: Cuba

Resumen

La cefalea es toda sensación dolorosa que afecta desde borde orbital de la cabeza hasta la nuca y que en el deportista puede presentarse con manifestaciones especiales distintivas de él. El proceso de rehabilitación del deportista con cefalea, ha sido poco estudiado en Cuba y a pesar de contarse con la atención de facultativos en las escuelas deportivas y la disponibilidad de tratamientos medicamentosos, no recomendados en esta comunidad, estos continúan presentando de crisis de cefalea, lo cual limita su asistencia a las sesiones de entrenamiento y su aprovechamiento. Es por ello que la investigación está dirigida a cómo propiciar un tratamiento rápido y eficaz de la cefalea que padecen los deportistas por la práctica deportiva de rendimiento. Se ofrece por primera vez una estrategia encaminada a que el propio entrenador, médicos deportivos y técnicos de fisioterapia brinden los servicios de rehabilitación a los deportistas que padecen cefalea con un tratamiento de masaje y digitopuntura, que suprime el uso de medicamentos y permite elevar el aprovechamiento de las sesiones de entrenamiento, sin que esto vaya en detrimento de su estado de salud.

Palabras clave: Cefalea del deportista. Cefalea. Patologías asociadas al alto rendimiento.

Abstract

The rehabilitation process of the athlete with headache, has been little studied in Cuba despite counted with care physicians in sports schools and the availability of drug treatment, not recommended in this community, they continue to present headache crisis, what limiting their attendance at training sessions and

their use. That is why the research is aimed at how to facilitate a rapid and effective treatment of headache suffered by athletes for performance sport.

Keywords: Headache athlete. Headache. Pathologies associated with high performance.

Introducción:

Son apreciables los avances conseguidos en lo referido a la rehabilitación del deportista, sobre todo apoyados en los avances científico-tecnológicos que en el área de la producción de medicamentos hoy se disponen. No obstante, la rápida recuperación, sin efectos colaterales y sin riesgos con trazas de sustancias prohibidas (doping), es asunto de atención permanente que sin dudas favorecería la sostenibilidad de la actividad deportiva, asumiéndose como objeto de estudio el proceso de rehabilitación de los deportistas que padecen cefalea y el objetivo general es: elaborar una estrategia terapéutica para el tratamiento rápido y eficaz de la cefalea que padecen los deportistas por la práctica deportiva de rendimiento. El estudio de la bibliografía y una indagación preliminar, se establece que: no obstante de contarse con la atención de facultativos en las escuelas deportivas y la disponibilidad de tratamientos medicamentosos con efectos limitados y fisiológicos a largo plazo, los deportistas continúan aquejados por la recurrencia de crisis de cefalea, lo cual limita su asistencia a las sesiones de entrenamiento y el aprovechamiento de las mismas. Por tanto es necesario buscar una solución terapéutica que sea rápida y efectiva para el tratamiento (con masaje y digitopuntura) de la cefalea producida por la práctica deportiva de rendimiento, y que a su vez pueda ser aplicada por los entrenadores, que superen el curso de capacitación.

Desarrollo

Selección de sujetos utilizados en el proceso de confección de la estrategia

Para dar cumplimiento a los objetivos trazados en la presente investigación se seleccionó muestra no probabilística integrada por: 14 entrenadores con 13,50 años de experiencia como promedio, dos técnicos de rehabilitación y cuatro estudiantes de quinto año de la carrera de Cultura Física que se encontraban realizando su Trabajo

de Diploma como vía de culminación de estudios, los cuales se prepararon para realizar la función de rehabilitadores.

Se seleccionaron un total de 180 deportistas que padecen cefalea, 142 del sexo masculino y 38 del femenino. Ello alcanzó a deportistas de 21 disciplinas deportivas con indistintas frecuencia de estudio. La muestra más representativa se observa en los deportes de combate en especial el Boxeo y Karate, en ellos se exhiben la mayor cantidad de deportistas que padecen de cefalea e incluso los de mayor incidencia de crisis. En cuanto al sexo, se exhibe una elevada cantidad de episodios de cefaleas en los deportistas del sexo masculino (72%), lo cuales poseen un mayor protagonismo. También se necesitó de la participación de 32 profesionales, que por su experiencia y formación académica colaboraron como expertos en la investigación. La caracterización de los expertos seleccionados para el diagnóstico y aquellos utilizados para la validez teórica se muestran en el epígrafe correspondiente.

Estrategia terapéutica para el tratamiento rápido y eficaz de la cefalea que padecen los deportistas por la práctica deportiva de rendimiento

Introducción-fundamentación de la estrategia

Comprende los basamentos primarios de la teoría del dolor desde el punto de vista bioquímico, fisiológico y el bioenergético (métodos orientales) con la estrategia terapéutica que se propone. Además de la Educación Permanente como estrategia de la educación cubana actual. La Estrategia terapéutica, con su momento de capacitación, incide y materializa la formación permanente (formación posterior al título universitario) a que está convocado todo graduado universitario, vinculándose al desarrollo profesional y personal; así como de su cultura integral. La educación permanente posibilita: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser, aprender a vivir juntos y aprender a vivir con los demás y aprender a desaprender.

Diagnóstico de la situación actual

Con el propósito de lograr una información más precisa se utilizó como herramienta la Matriz DAFO para determinar la situación actual de los servicios de rehabilitación de los deportistas que padecen cefalea inducida por la práctica deportiva de rendimiento.

Acciones que se derivan de la estrategia defensiva y de refinamiento obtenidos en el proceso DAFO

- Confeccionar una estrategia de atención al deportista que padecen cefalea inducida por la práctica deportiva de rendimiento, aprovechando al entrenador como rehabilitador y de esta manera suprima el uso de la farmacoterapia de elección. (F1, A1, A3 y A4).
- Capacitar al entrenador para que brinde la rehabilitación del deportista evitando de esta forma el consumo de fármacos y la falta de técnicos que apliquen el tratamiento. (F3, A1, A3 y A4).

Problema estratégico general: Si no se supera el desconocimiento de la incidencia de las crisis de cefalea, su tratamiento por parte de los entrenadores y su inclusión en el currículo de los planes de estudio del Ministerio de Salud Pública, entonces ni siquiera potenciando la unidad de trabajo de las Escuelas de Deportes y la Facultad Cultura Física para la atención del deportista que padece de cefalea inducida por la práctica deportiva de rendimiento, será posible aprovechar el apoyo del gobierno en proyectos que permitan la masificación de la actividad física terapéutica.

Solución estratégica general: Si se potencia la unidad de trabajo de las Escuelas de Deportes y la Facultad Cultura Física para la atención del deportista que padece de cefalea inducida por la práctica deportiva de rendimiento y se elimina el desconocimiento de la incidencia de las crisis de cefalea y su tratamiento por parte de los entrenadores, será posible aprovechar más las oportunidades que brinda el gobierno en proyectos que permitan la masificación de la actividad física terapéutica, minimizando el déficit de técnicos de rehabilitación para tratar a cada uno de los deportistas que padece cefalea.

Descripción del estado deseado

- Objetivo de la estrategia:
  - Eliminar o mitigar la incidencia de crisis de cefaleas inducidas por la práctica deportiva de rendimiento.
- Objetivos específicos:
  - Determinar las condiciones particulares de los deportistas, su actividad deportiva e incidencia de la cefalea.

- Estructurar la capacitación y planificación de los servicios de atención a los deportistas con cefalea producida por la práctica deportiva de rendimiento.
- Aplicar intervención terapéutica con métodos alternativos.

Resultado del ejercicio estratégico y el refinamiento obtenido en el proceso de la matriz DAFO se obtiene que:

Misión

- Implementar un tratamiento rápido y eficaz de la cefalea que padecen los deportistas por la práctica deportiva de rendimiento, contribuyendo sosteniblemente al aprovechamiento de las sesiones de entrenamientos, desarrollando acciones de superación y asesoramiento a los entrenadores para el referido tratamiento; así como consolidando la masificación de la actividad física terapéutica.

Visión

- Se alcanza la calidad, sensibilidad y profesionalidad de los recursos humanos en función de la atención a los deportistas que padecen cefalea.
- Se logra el nivel de preparación de los entrenadores de la EIDE que propicien la calidad de los servicios terapéuticos.
- Se disminuye el consumo de medicamentos por los deportistas para el tratamiento de la cefalea inducida por la práctica deportiva de rendimiento.
- Se eleva el aprovechamiento de las sesiones de entrenamiento de los deportistas que padecen de cefalea.

<u>Planeación estratégica</u>

Etapa I: "Preparatoria": Orientado a la capacitación de los entrenadores para que actúen como rehabilitadores en el tratamiento de manera abortiva o preventiva de la dolencia.

Etapa II: "Intervención terapéutica": Esta comprenderá la aplicación de la terapéutica, al igual que la primera etapa, prevé dos momentos de trabajo. Las peculiaridades de la aplicación del tratamiento van a estar dadas en primer lugar por la presencia o no del dolor. En dependencia de ello, se va a adoptar la alternativa terapéutica que se va a utilizar (abortivo o preventivo), con características particulares.

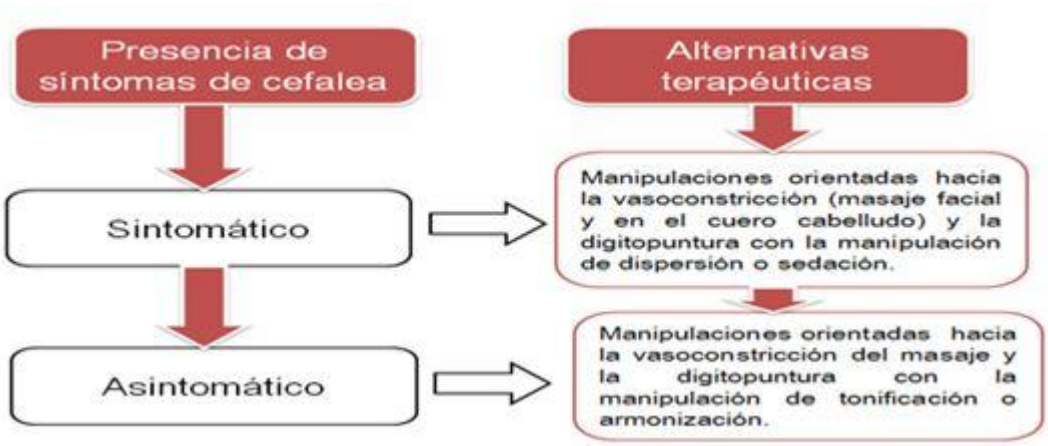


Figura 1. Alternativas de intervención terapéutica

Los puntos utilizados en la digitopuntura: Vaso gobernador 20, Vesícula biliar 20, Intestino grueso 4, Hígado 3 y los puntos extras Yintang, Yuyao y Taiyang.

Etapa III. "Prevención": Se dará seguimiento al estado de los deportistas a través de la anamnesis y sostendrá la intervención antes y después de la sesión de entrenamiento a manera de prevención. Esta se prolongará durante el proceso de preparación y competitivo de la disciplina dada.

Evaluación

En el caso de la capacitación, la evaluación debe ser integradora al nivel de la instancia organizativa correspondiente, de carácter problémico y que exija el pleno despliegue de la habilidad dominada. En este caso se prevén evaluaciones frecuentes y la final a manera de taller. La evaluación del comportamiento de la intensidad de dolor y la incidencia de crisis de cefalea de los deportistas de manera individual y colectiva se hará a través de la anamnesis y en el caso de los pacientes con crisis de cefalea que se les aplique la variante abortiva del tratamiento combinado, para constatar el comportamiento evolutivo, se aplicará la medición de la intensidad del dolor y al finalizar el tratamiento se analizará el nivel de mejora obtenido, ambos a través de la escala visual analógica. Para luego evaluar la tendencia registrada de la incidencia de crisis de cefalea y del tiempo de trabajo durante el entrenamiento de los deportistas investigados.

Validación teórica de la estrategia terapéutica

Para esta labor se seleccionó y contactó con 32 candidatos a expertos (Doctores en Ciencias Específicas, Masters en Ciencias, Especialistas en Neurología, Medicina

Interna, Medicina Deportiva y Medicina Tradicional y Natural), conocedores de las formas y vías para el tratamiento de la cefalea. Según la opinión de los expertos, la estructuración y contenidos de cada uno de los componentes de la estrategia, son muy adecuados para el fin que fueron concebidas; en tanto la evaluación en sentido general del documento, su coherencia y funcionalidad en su conjunto se definió, también se valoró como muy adecuada. En ninguno de los casos analizados sus calificaciones fueron de adecuado, poco adecuado o no adecuado, por tanto se acepta la estrategia terapéutica y no es necesario un proceso para reformular sus componentes.

Resultados de la aplicación de la estrategia terapéutica

En la primera etapa, se logró capacitar tanto en lo teórico, como en lo práctico a los entrenadores y profesionales de la medicina deportiva. Una vez adquiridos los conocimientos necesarios y las habilidades prácticas que exige el tratamiento a ser realizado, se procedió a dar cumplimiento a las acciones concebidas para la etapa de "Intervención Terapéutica". La aplicación se llevó a cabo en la totalidad de los deportistas según lo estipulado en la planificación descrita en la segunda etapa. Se aplicaron a cada paciente 16 sesiones de tratamiento, para un total de 2400 aplicaciones de manera general, 1600 aplicaciones para el grupo "Experimental No.1" (dos aplicaciones por sesión atendiendo a su incidencia) y 800 para el grupo "Experimental No.2" (una aplicación por ser menor su intensidad). Al concluir la aplicación de la segunda etapa, se puede pasar a la evaluación final de la metodología con el objetivo de conocer si han alcanzado las metas trazadas por el investigador.

Comportamiento de la intensidad del dolor y la incidencia de crisis de cefalea

La tendencia estimada en el grupo experimental No.1 durante el estudio previo, que estuvo condicionado por la no aplicación de la variable independiente del experimento, permitió identificar y cuantificar a los pacientes más reincidentes y lograr la familiarización con las escalas del dolor. Este estudio ofreció como resultado una ligera disminución en la aparición de los episodios de crisis de cefalea, con una elevada incidencia. Con la aplicación del tratamiento (Pre-test), se logra disminuir considerablemente el número de episodios de cefalea en los deportistas que

padecen de origen vascular, en racimos y de carácter postraumático (Pos-test). La tendencia registrada muestra valores negativos a partir de la sesión número 13 (en ambos grupos), y el autor asume estos resultados como valores de profilaxis, esta representación negativa indica una probabilidad muy alta de que no concurra una crisis de cefalea.

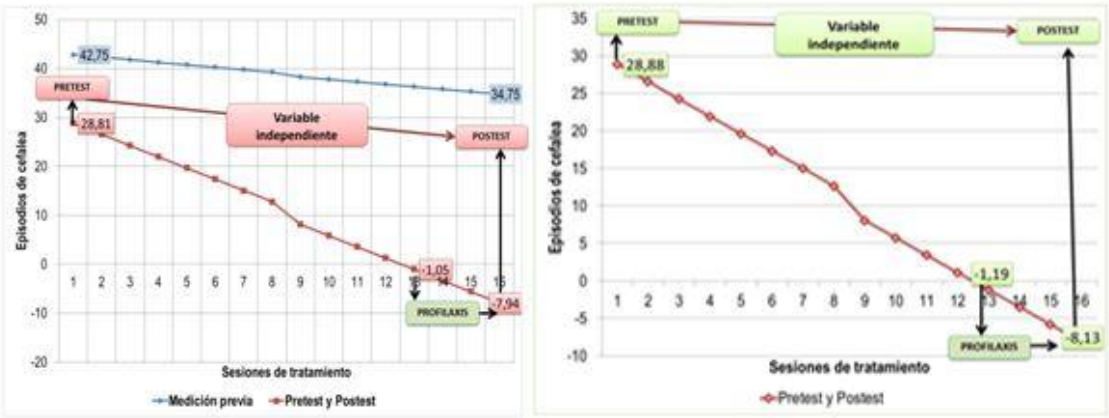


Figura 2. Tendencia estimada por el método de los semipromedios sobre la incidencia
de episodios de crisis de cefalea en el grupo Experimental Nº 1 y Nº 2

Comportamiento evolutivo de los deportistas ante el tratamiento abortivo

A los pacientes que durante la sesión de tratamiento presentaron crisis de cefalea se les aplicó la variante abortiva, se recogieron los resultados y se catalogaron según el comportamiento evolutivo del dolor. Los resultados más relevantes son: que se logró una mejoría completa en los grupos experimentales para un 96,41% y 90,96%, respectivamente, siendo este valor muy significativo para un valor de α de 0,01%. Todo lo enunciado con anterioridad demuestra el alto valor abortivo del tratamiento, sin la manifestación de efectos colaterales que vayan en detrimento de la salud y del rendimiento físico del deportista.

Estudios de la tendencia para indagar en el tiempo de permanencia en el entrenamiento

Concluida la intervención terapéutica se observa durante la medición previa, que existe un deficiente aprovechamiento del tiempo de trabajo durante el entrenamiento (casi lineal –figura 2- debido a que sus valores mantienen una línea recta sin variaciones), condicionado por las reiteradas ausencias de los deportistas ante la

recurrencia de episodios de dolor detonados por la práctica deportiva de rendimiento y de los numerosos impactos en la cabeza. Durante la ejecución del tratamiento se logra aumentar los valores del tiempo entrenado, influenciado por la disminución en cuanto a la cantidad de crisis, por tanto, se demuestra que durante la implementación de la estrategia terapéutica se logró aumentar el aprovechamiento de las sesiones de entrenamiento de los deportistas que conformaron ambos grupos.

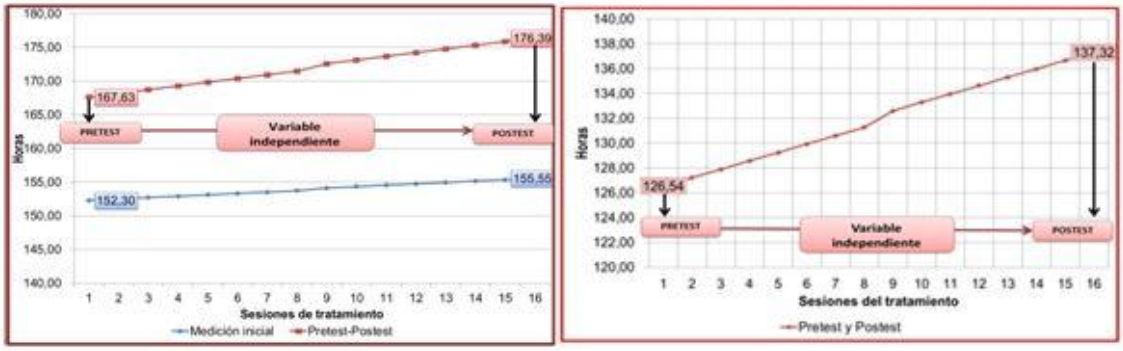


Figura 3. Resultados de la tendencia estimada del tiempo de permanencia de los deportistas del grupo Experimental Nº 1 y Nº 2

Análisis de la fiabilidad de las escalas instrumentadas para la evaluación del dolor

Tabla 1. Resultados del coeficiente de confiabilidad de Alfa de Cronbach sobre la instrumentación de la escala tipo Likert para medir la intensidad del dolor y comportamiento evolutivo aplicado a los grupos investigados durante el control del Pre-test y Pos-test.

Escalas	**Alfa de Cronbac**	**Alfa de Cronbach basa en los element tipificados**	**Nº elementos**
Intensidad del dolor	0,82	0,83	4
Comportamiento evolutivo	0,79	0,78	4

En los resultados obtenidos se muestra que la escala utilizada posee consistencia interna y además el coeficiente de confiabilidad alcanzado es aceptable, según el criterio de Hernández Sampier (2003), por tanto los datos aportados por esta escala poseen un alto valor científico y estadístico.

Resultados del contraste de hipótesis estadísticas para cada grupo investigado

Tabla 2. Resultados de los estadísticos de contraste arrojados en la prueba de los rangos con signos de Wilcoxon en el grupo Experimental Nº 1 y Nº 2

	Experimental Nº 1 (Pre-test y Pos-test)	**Experimental Nº 2 (Pretest y Postest)**
Z	-5,917***	-6,060b
Significación asintóti (bilateral)	0,000	0,000
*** El contraste de hipótesis es significativa al nivel 0,001		

Los resultados evidencian la confirmación de la hipótesis alternativa 2, rechazándose la hipótesis nula porque cae en la región crítica, basada en los rangos negativos. Esto demuestra desde el punto de vista estadístico (0,001%) que la estrategia terapéutica constituye un tratamiento rápido y eficaz para el tratamiento del dolor del grupo de cefaleas estudiadas en los grupos experimentales.

Conclusiones

El estudio teórico sobre las tendencias de la cefalea por la práctica deportiva de rendimiento y su estado en la contemporaneidad, el papel de la medicina en general y de la deportiva en particular, la terapéutica no farmacológica (alternativa) como lo más viable con deportistas para evitar perjuicios a su salud con efectos indeseables; así como la combinación de acciones (masaje y digitopuntura), la consulta a los expertos, como la demostración práctica sobre una propuesta para la organización del referido proceso, permitió elaborar una estrategia terapéutica para un tratamiento rápido y eficaz de la cefalea que padecen los deportistas, que ayuda en la comprensión de la situación y el camino para su mejoramiento, colocando al deportista como sujeto y objeto del proceso. En opinión de los expertos la solución resulta válida para atender el propósito para que fuera elaborada y las pruebas

estadísticas de estimación de tendencia, el coeficiente de confiabilidad de alfa de Cronbach, así como la prueba de rangos por signos de Wilcoxon que fueran aplicadas a los resultados de su comprobación en la práctica fueron consistentes y con altos niveles de significación que doblemente confirma su validez.

Bibliografía

- Álvarez de Zayas, C. M. (1998). *La Pedagogía como Ciencia o Epistemología de la Pedagogía*. La Habana: Editorial Félix Varela.
- Álvarez, J.I. y Ondina, E. (2001). *Digitopuntura como alternativa para tratar la cefalea en el trabajador. Policlínico principal de urgencias "Antonio Guiteras".* Habana Vieja, Ciudad de La Habana.
- Barreras, F. (2004). *Los resultados de investigación en el área educacional. Matanzas*: ISP "Juan Marinello".
- Biriukov, A.A. (1998). *El masaje en la rehabilitación de traumatismos y enfermedades.* 2ª ed. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Europa Press. *El dolor de cabeza provoca cada año la pérdida de 20 millones de jornadas laborales*. Recuperado el 3 de febrero del 2010 de: http://www.lukor.com/hogarysalud/05022205.htm.
- Gallardo Sarmiento, A. (2007). *Estudio comparativo de la combinación de masaje, dieta y digitopuntura, contra el método farmacológico en pacientes que padecen migraña*. Trabajo de Diploma. Ciudad de Matanzas: ISCF "Manuel Fajardo".
- Hernández, R. (2002). *Digitopuntura en situaciones de contingencia: sistema R.A Dale*. Habana: III CEV 2002.
- Hernández Sampier, R. (2003). *Metodología de la investigación*. La Habana: Editorial Félix Varela.
- Rivero, A.E.; Aguilar, E.M. y Ceballos, J.L. (2007). *El masaje: un recurso valioso para el trabajo con deportistas*. La Habana: Editorial Deportes.
- Valle, A. D. (2007). *Metamodelos de la investigación pedagógica*. Cuba: Instituto Central de Ciencias Pedagógicas, Ministerio de Educación.

- Volf, N. (2000). *Manual básico de digitopuntura: Técnicas simples de masaje en los puntos de acupuntura para combatir el dolor y prevenir las enfermedades.* 2ª edición. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Título: Estudio de la hemiplejia en San Vicente y las Granadinas.

Autores: M.Sc. Denis Fitz-Allan Alister Byam. San Vicente y las Granadinas

Dra. C. Mayda Losada Robaina Profesora Titular UCCFD “Manuel Fajardo” Cuba. maydalr@inder.cu

Las enfermedades cerebrovasculares constituyen la cuarta causa de muerte, superada por las enfermedades cardiovasculares, el cáncer y la diabetes mellitus en San Vicente y las Granadinas. Son la primera causa de incapacidad de origen neurológico, seguida de la enfermedad del Alzheimer y se mantiene como principal causa de ingresos en instituciones por pérdida de la independencia de los adultos, no solamente en San Vicente; sino en el mundo. Según estudios epidemiológicos la frecuencia de la mortalidad de esta enfermedad es más elevada en las personas de raza negra que en las personas caucásicas, teniendo mayor prevalencia en hombres que en mujeres.

La mayoría de las veces la hemiplejía del adulto obedece a lesiones vasculares (hemorragia, embolia o trombosis cerebral), tumores o traumatismos. El cuadro clínico ofrece muchas variaciones según el grado y distribución de la espasticidad, y según el tipo de perturbaciones concomitantes del sensorio.

Brain (1956) definió del siguiente modo los trastornos sensoriales en la hemiplejía: "Muchas veces está seriamente comprometida la apreciación de la postura y de los movimientos pasivos, así como la apreciación del tacto protopático y su localización exacta, y la discriminación de la dualidad de dos puntas de un compás. A menudo se resiente la discriminación del tamaño, perímetro, forma, aspereza y textura. Aunque todavía se reconoce el elemento cualitativo del dolor, el calor y el frío, cuando los estímulos térmicos son de intensidad intermedia al paciente le resulta difícil discernir cuál de los dos es el más caliente."

Las perturbaciones sensoriales ejercen una profunda influencia sobre la capacidad para iniciar y realizar movimientos normales. Por su parte Margaret Reinhold (1951) señaló que "los movimientos voluntarios dependen en parte de:La percepción de las sensaciones tanto superficiales como profundas, la potencia y la coordinación de los movimientos".

Todos nuestros movimientos son respuestas a estímulos sensoriales que inciden sobre el sistema nervioso central desde el mundo externo a través de los exteroceptores, la visión, el tacto y la audición.

La posibilidad de sufrir un ictus antes de la edad de 70 años es de uno en 20. El 20 % de los ictus, ocurre en personas menores de 65 años de edad. El 5 % de la población mayor de 65 años, sufre un ataque cerebral en algún momento de su vida. La incidencia de esta enfermedad se incrementa con la edad. Es de suponer que la prevalencia e incidencia de la enfermedad cerebrovascular aumenta en los años venideros debido a que, la población etárea crece continuamente en todos los países al incrementarse la expectativa de vida como consecuencia de los adelantos científicos actuales, a los programas de salud y al mejoramiento de las condiciones socioeconómicas, más, tratándose de una afección que predomina en las personas de 50 o más años de vida.

El nivel de padecimiento de la hemiplejia es elevado en el mundo, siendo la primera causa de ingreso por trastornos neurológicos, con una incidencia anual global de alrededor de 800 casos por cada 100000 habitantes. Para los pacientes que presentan este síndrome invalidante como consecuencia de lesiones del sistema nervioso central (S.N.C), cuya mayor incidencia es el accidente cerebrovascular, el tratamiento neurológico consiste principalmente en fisioterapia con adaptación en los cambios impuestos a la postura y a los movimientos, y reeducación. El ejercicio físico juega un papel importante en la recuperación de los mismos y su incorporación a la sociedad de una manera activa, acercándolos a los límites máximos de su capacidad y alejándolos del límite mínimo de su discapacidad.

Como consecuencia del envejecimiento progresivo de la población de países desarrollados cada vez será mayor la incidencia del ictus ya sea hemorrágico o isquémico, pues a partir de los 55 años se duplica por cada década que pasa (13).

Sin embargo, los conocimientos y tecnologías novedosas en el campo médico, han permitido que se incremente la supervivencia de individuos que sufren estas

enfermedades; dando lugar a una disminución de la mortalidad por ictus y un incremento de las expectativas de vida.

Si se tiene en cuenta que más del 50 % de los sobrevivientes presentan secuelas físicas y psíquicas, se manifiesta entonces el crecimiento de una población con déficit funcional importante. Una de las principales secuelas que provocan las enfermedades cerebrovasculares es la disminución de la función motora voluntaria y de la fuerza en el hemicuerpo contralateral al hemisferio lesionado, conocida como hemiparesia o hemiplejía. Toda esta situación provoca un impacto sanitario y social requiriendo una atención interdisciplinaria y especializada, en la búsqueda de estrategias terapéuticas que basadas en las propiedades neuroplásticas del sistema nervioso, se apoyan en la teoría que debe haber una mayor recuperación de los sujetos afectados y su posible reinserción social (21, 22,4).

En los últimos 20 años se ha producido una explosión de conocimientos sobre las potencialidades ¨neuroplásticas¨ y la capacidad de recuperación motora de las secuelas del sistema nervioso central. El ejercicio físico, con un enfoque terapéutico, contribuye al desarrollo de estas potencialidades, con un nivel de efectividad apreciable en pacientes con secuelas neurológicas, sobre todo, durante los primeros seis meses posterior al ictus.

Los abordajes terapéuticos tradicionales se han centrado en el tratamiento de la espasticidad, la alteración de los reflejos, la marcha, calidad de vida, el fortalecimiento muscular; prestando escasa atención a la variabilidad que existe de pacientes con accidente cerebrovascular con tiempo de evolución de hasta seis meses después de haber ocurrido el ictus, y en aquellos que han sufrido el accidente con un tiempo de evolución mayor de un año; aun reconociendo que en la mayoría de los pacientes que son atendidos precozmente después de haber ocurrido el evento, la recuperación funcional, su calidad de vida va a ser mucho mayor, que en aquellos pacientes que llevan más de un año de evolución.

La rehabilitación de las enfermedades cerebrovasculares es un proceso global y continuo de duración limitada y con objetivos definidos, encaminados a promover y lograr niveles óptimos de independencia física y las habilidades funcionales de las personas con discapacidades, como así también su ajuste psicológico, social, vocacional y económico que le permitan llevar de forma libre e independiente su propia vida (19).

Durante años la terapia de los pacientes con hemiplejía se reducía exclusivamente a reeducar la movilidad, con especial énfasis en la recuperación de la potencia muscular de los segmentos deficitarios. Hoy, el concepto ha variado y se concibe la rehabilitación como un proceso complejo que resulta de la aplicación integrada de muchos procedimientos para lograr que el individuo recupere su estado funcional óptimo, tanto en el hogar como en la comunidad en la medida que lo permita la utilización apropiada de todas sus capacidades residuales (19).

Una rehabilitación bien dirigida supone para un 85 % de pacientes con parálisis residual la posibilidad de llegar a caminar independientemente, aunque sea por el interior de la casa y necesite un bastón o una ortesis de pie, cuando más prematuro se inicie el tratamiento rehabilitador prescribirán máximas posibilidades recuperadoras, en el transcurso del tiempo y la aparición de complicaciones exigen disminuir gravemente estas posibilidades (19).

El Milton Cato Memorial Hospitalen San Vicente, es el único centro médico integral que presta servicio a la población total de San Vicente y las Granadinas (110000 habitantes). Los accidentes cerebrovasculares han aumentado en el mundo y en San Vicente también es una problemática aunque desde el año 2009 se aprecia una disminución de 228 casos a 145 en el año 2013. Esta disminución se debe a la atención tanto primaria como secundaria que ha tenido lugar en la esfera de salud en San Vicente y los programas que ha emprendido el Gobierno para mejora de la población en general, pero no se tienen datos precisos de cómo es la incidencia de esta enfermedad en la actualidad ni los tratamientos que estos

reciben revelándose nuestra **situación problemática** en la contradicción que existe entre la necesidad de conocer la realidad actual de las personas que padecen hemiplejia y la ausencia de un diagnóstico en esa población.

PROBLEMA CIENTÍFICO. ¿Cuál será la situación actual de las personas que padecen hemiplejia en San Vicente?

OBJETIVO GENERAL. Estudiar la incidencia de personas con hemipejia en San Vicente y las Granadinas

Desarrollo

"La hemiplejia es una parálisis a un solo lado del cuerpo de un brazo, una pierna, el tronco y a veces la cara. Puede afectar simultáneamente a más de una parte del cuerpo. Cuando los músculos afectados quedan rígidos, recibe el nombre de hemiplejia espástica; si quedan fláccidos y debilitados, el de hemiplejia fláccida.

La hemiplejia suele definirse también como la parálisis de una mitad del cuerpo, pero en realidad el trastorno corresponde a una perturbación funcional de la actividad de los músculos del lado opuesto al hemisferio cerebral afectado, ya que no toda la musculatura se afecta por igual, sino que predomina el fallo de unos músculos sobre otros.

Existen distintos tipos de hemiplejia:

- Hemiplejia capsular completa: Afecta medio lado del cuerpo.
- Hemiplejia cortical: Afecta un lado de la cara y un brazo.
- Hemiplejia peduncular alterna: Afecta un brazo y una pierna.

Hemiplejia protuberancial alterna: Afecta a un lado de la cara, un brazo y una pierna.

Una causa frecuente de hemiplejia son los accidentes vasculares cerebrales (asociados a la hipertensión o la diabetes mellitus). Otras causas son los traumatismos craneales, los tumores cerebrales, la encefalitis, la esclerosis múltiple, las complicaciones de la meningitis o un trastorno de conversión (forma de trastorno psicológico).

Dentro de las causas de origen vascular tenemos:

- Trombótico.
  - Ocurre a lo largo de un vaso sanguíneo.
  - Progresa lentamente, el 50% de los pacientes presentan hipertensión arterial.
  - Normalmente ocurre cuando la presión sanguínea disminuye en la noche.
  - Produce una extensa zona de isquemia.
  - La arteria más afectada es la cerebral media.

- Embólico:
  - Plaquetas, colesterol, fibrina, etc., obstruyen las arterias.
  - Tienen un inicio súbito.
  - Afecta distal mente a los vasos corticales.

- Hipoxia: Es debido a una falla cardiaca donde deja de fluir sangre alcerebro. Afecta a regiones cerebrales en un área más extensa.

- Lacunar:
  - Infartos cerebrales muy pequeños.
  - Ocurre sólo cuanto afecta a las ramas arteriales (arteriolas) más pequeñas.
  - Afecta a los ganglios básales, cápsula interna, y tallo cerebral.
  - Puede ser producida por hipertensión arterial.
  - Su recuperación puede ser hasta de un 70%.

- Hemorrágico:
  - Es el más severo de los casos de EVC.
  - Puede ser producido por hipertensión arterial severa que rompen las arterias.
  - Puede producir muerte al inicio del padecimiento hasta un 50 a 70%.
  - Puede producir también hipertensión intra craneana.

Debido a una hemiplejia pueden ocurrir secuelas en los pacientes, entre estas tenemos:

- Pérdida del control voluntario de los músculos de un hemicuerpo (derecho o izquierdo) que afectan los miembros toráxicos y pélvicos, con parálisis espástica.
- Dolor en la articulación del hombro y en la mano del lado afectado, como consecuencia de la inmovilidad.
- Contracturas musculares en el lado afectado.
- Limitación de la movilidad articular de las extremidades del lado afectado.
- Deformidades en pie, rodillas, hombro, codo y mano ocasionados por la espasticidad.
- Alteraciones en la conducta, depresión, pérdida del autoestima, estrés.
- Alteraciones neuro psicológicas con afección a la memoria, atención, cálculo etc.
- Alteraciones del lenguaje expresivo o receptivo o ambos.
- Limitación en el funcionamiento y restricción para actividades del cuidado personal, locomoción y participación social.

Existen diferentes factores de riesgo que pueden presentarse solos o combinados, entre estos tenemos:

- Hipertensión Arterial. Es el factor de riesgo más grande para sufrir un EVC.
- Enfermedad Cardiaca. Las enfermedades de las arterias coronarias produce la mayoría de las muertes, las Enfermedades Cardiacas pueden producir émbolos (fibrilación auricular).
- Antecedentes de previos EVC. El 50% de todos los pacientes con EVC presentaron un cuadro previo o una isquemia cerebral transitoria.
- Tabaquismo. Incrementa el riesgo para padecer dos o seis veces más que los pacientes que no fuman, este riesgo puede disminuir a partir de haber dejado de fumar durante 5 años.
- Obesidad, Colesterol, Café, Alcohol. Estos producen en forma aislada un bajo riesgo, pero que se ve incrementado cuando se combina con diabetes e hipertensión.

Bibliografía.

Bergado-Rosado J.A., Almaguer-Melian W. Revista Neurológica. Artículo: Mecanismos Celulares de la Neuroplasticidad, Disponible en: http://www.revneurol.com/3111/j111074.pdf. Consultado el 10 de enero 2004.

Bobath, B, (1993). Hemiplejía del Adulto, Valoración y Tratamiento. Editorial MédicaPanamericana, Buenos Aires Argentina.

Bobath, B. (1978). Adult Hemiplejía: Evaluation and Treatment. London: Spotswood.

Bobath, B. (1992). Hemiplejía del Adulto, Evaluación y Tratamiento. Editorial MédicaPanamericana, Buenos Aires Argentina.

Brunnstrom S (1970). Movement Therapy in Hemiplegic: a neurophysiologic approach. Philadelphia: Harper and row.

Castillo Sánchez J, Álvarez Sabín J, Martí Vilalta JL, Martínez Vila F, Matías Guiu J, eds. Manual de enfermedades vasculares cerebrales. Barcelona: JR Prous, 1995; 33-40.

Davies P.M. (2003) Pasos a seguir: tratamiento integrado de pacientes con Hemiplejía. Madrid, 2 ED, Editorial Médica Panamericana. Editorial Masson S.A.

Díaz Capote, R (2004) .Análisis de la efectividad de un programa neurorestauratorio en desarrollo de la marcha de pacientes hemipléjicos que han sufrido accidente Cerebro vasculares. Tesis de Maestría (Maestría en Cultura Física Terapéutica) La Habana, ISCF Manuel Fajardo. La Habana.

Díaz Capote, R (2004) Análisis de la efectividad de un Programa Neurorrestaurativo en el desarrollo de la marcha de pacientes hemipléjicos que han sufrido accidentes cerebro vascular. Tesis de Maestría (Maestría en Cultura Física Terapéutica) La Habana, ISCF “Manuel Fajardo.”

Docampo, E. y colaboradores. (2004). Marcha del hemipléjico. Revista Científica Colegio de kinesiólogos. (Buenos Aires) No 9. P11-19.

Fernández –Gubieda M y colaboradores. (1996). El ejercicio terapéutico. Concepto Básico, anátomo – fisiología. Rehabilitación (Madrid); 30:385 – 393.

Flórez M. T. (2000). Intervenciones para mejorar la función motora de pacientes con ictus. Rehabilitación (Madrid); 34: 423-437.

González Torres, José Antonio, (2007). Atención a personas con movilidad limitada y/o necesitadas de tratamiento a domicilio en el mejoramiento del estado físico general de un paciente con secuelas de ACV.

National Institute of Neurological Disorders and Stroke.La Rehabilitación después de una Apoplejía. Disponible en: www.ninds.nih.gov /health_and_medical/pubs/apoplejía _rehabilitacion.htm. Consultado el 15 de octubre 2003

Ramón Leiva, Enoel (2010). Recuperación funcional de los pacientes hemipléjicos después del tratamiento rehabilitador con la integración de la familia en el consejo popular Villa, municipio Cumanayagua, Provincia Cienfuegos.

Reinosa Risco, Dayron (2011). Influencia del Programa de ejercicios físicos terapéuticos en pacientes hemipléjicos (P.Coll) del policlínico Antonio Maceo, del municipio Cerro.

Sentmanat A. (2003). De vuelta a la vida. Sistema de Neurorrehabilitación Multifactorial Intensiva. La Habana. Sangovas. a. p 15 – 32.

Sentmanat, A. (1998) Orientaciones Metodológicas de Educación Física. Editorial. Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.

Sentmanat, A. (2003). Sistema de Neurorrehabilitación Multifactorial Intensiva. De Vuelta a la Vida. CIREN. Cuba.

Título: Evaluación de una intervención rehabilitadora niños asmáticos

Autor: Dr. C. Jorge Luis Menéndez Díaz. Email: jmenendez@ucf.edu.cu

Coautores: MS. c. Yusymy Alfonso Sánchez
Dr. C. Ovel Mena Pérez
MS. c. Jorge Luis Abreus Mora
MS. c. Carlos Dauval Borges

Institución: Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Universidad de Cienfuegos.

País: Cuba

Resumen

Teniendo en cuenta la prevalencia de Asma Bronquial en Cuba que afecta a gran parte de la población, donde son miles las personas que a diario sufren la enfermedad y específicamente en el Área III de salud del municipio Cienfuegos, que alcanza una taza de 137 niños asmáticos, se hizo necesario la aplicación de un plan de intervención a niños asmáticos que encontrándose en sus centros de estudio, no pueden acudir al área de rehabilitación por hallarse esta distante, o por no tener algún personal que le ayude en el traslado hacia la misma. El presente trabajo tiene como finalidad determinar el efecto de un tratamiento rehabilitador aplicado a un grupo de niños asmáticos que estudian en el segundo grado. Con el fin de llegar al diagnóstico de la enfermedad en estos pacientes, nos auxiliamos del médico y la enfermera, así como los datos clínicos que aparecen registrados en el consultorio médico. El estudio se desarrollo en el periodo comprendido entre Marzo a Septiembre de 2015. Las sesiones de tratamiento fueron realizadas durante la clase de educación física con una frecuencia de tres veces a la semana y una duración de 45 minutos. Todo lo anterior trajo consigo un incremento de las variables de estudio tales como la talla, el peso corporal, el volumen de espiración forzada en un segundo, así como una reducción del número de crisis y un incremento en la participación de las actividades físicas, elevando así la calidad de vida en la población infantil.

Introducción

Al igual que el resto de la naturaleza, la materia viva y por ende los seres humanos, están sometidos a las inexorables leyes que rigen la vida.

Si realizáramos un análisis del comportamiento de las especies durante su evolución, no cuesta mucho trabajo percatarse que todos somos diferentes, somos diversos; pudiendo con el pasar del tiempo, hacerse mucho más marcada la heterogeneidad.

La escuela es el lugar donde adquiere un relieve especial esta evidencia, siendo el centro escolar en el que los niños y niñas pasan gran parte de sus vidas. Esto hace evidente que durante el transcurso de este tiempo, los niños y niñas se vean en la necesidad de convivir, crecer y hacerse personas. Es de imaginar, que varias son las tareas que la escuela programa, para realizar durante este periodo que tanta importancia reviste en la vida de cada escolar y que quedarán prescritas en el currículum, el cual deberán vencer durante estas etapas. (Ábalo y Bastida, 1994)

Es un hecho incuestionable, que para el normal desarrollo del individuo se requiere la práctica del ejercicio físico, que constituye junto a otros factores como pueden ser la alimentación y la higiene, los pilares esenciales para su crecimiento armónico.

Entre las funciones que se le encomiendan a la escuela, está precisamente la de ayudar a los niños y niñas, a que consigan percibir aproximadamente lo mismo del currículum. Pero según Fierro (citado por Ábalo), el hecho diferencial humano comporta no solo diferencias sino también deficiencias. La peculiaridad, por ejemplo de un niño con dificultades motrices, es la de acarrear un déficit en su vida que le dificultará en muchos casos un desarrollo normal y le impondrá una serie de limitaciones.

A juzgar por Santonja y González, la etapa escolar se caracteriza, entre otras cuestiones, por una actividad física *"In Crescendo"*, es decir, el volumen de la actividad física que realiza un niño durante su vida escolar va incrementándose cada vez más, conforme crece el niño y maduran todos sus sistemas y aparatos, aumentando su grado de autonomía, el número de horas y la intensidad de sus

juegos y deportes.

Se hace evidente que independientemente del sistema social, la raza, o la clase social a la que pertenecen, no todos los niños y niñas consiguen durante sus periodos escolares los mismos niveles, lo cual puede estar dado por causas muy diversas, siendo a lo largo de las diferentes etapas educativas, donde el profesor encontrará como un integrante de su clase un niño o niña diverso en capacidades, intereses, estímulos, ambiente familiar, etc. Es en estos momentos cuando el profesor, independientemente de la diversidad que afronta, intentará que todos los niños y niñas, logren adquirir niveles similares con respecto al currículum.

Para poder suplir de alguna forma las dificultades que se puedan presentar en algunos alumnos y alumnas en conseguir los objetivos del currículum, se hace necesario que la escuela emplee todos los recursos que encuentre a su alcance.

Cuando hacemos mención a las necesidades educativas especiales en la etapa escolar, no debemos pasar por alto que en la actualidad, prácticamente en todo el mundo moderno, existe un incremento de la preocupación por las diferencias que individualmente aparecen entre nuestros niños y niñas, lo que hace imprescindible la adecuación del proceso de enseñanza.

Este criterio, alcanza su pleno significado cuando, al abordar el problema de la existencia de una amalgama importante de alumnos con dificultades para aprender, se estudia la posibilidad de que siempre que sea factible, estos niños y niñas se acerquen a los contenidos de las distintas materias del sistema escolar, en compañía de aquellos otros con los que en un mañana, totalmente próximo deberán convivir.

Día a día el área de Educación Física emplea el movimiento en su estructuración para integrarse, cada vez más con todo su valor, en todos los ámbitos sociales. Muchos son de la opinión que la Educación Física, constituye uno de los pilares fundamentales a la hora de hacer explícita la consideración sobre la salud dentro del contexto educativo. (Thomason y Almond, 1988; Mckenzie, 1991; Tinning, 1991; Smith,1993; Devís y Peiró, 1993b; Buckley y Almond, 1993).

La escuela, a través de la Educación Física, puede y debe ser uno de los lugares idóneos para detectar las condiciones físicas de las personas, además de ser una plataforma excepcional para programas con fines profilácticos, de corrección y/o disminución de determinadas anomalías; de igual manera, debe ser la escuela, la encargada de ayudar a los niños y niñas a lograr el equilibrio psicológico que requiere su impedimento, tema que comparto en total plenitud con (Del Sol, 2000), así como que será el centro escolar el encargado de capacitarle para la comprensión del mismo.

Es la escuela, por tanto, la que debe adaptar los contenidos a las posibilidades de movimientos de todos y cada uno de los sujetos, a la vez de que debe posibilitar que todos los alumnos y alumnas se conozcan, facilitando de esta forma la independencia y autonomía que como cualquier persona merecen. (Contreras, 1996)

Somos de la opinión que teniendo en cuenta las limitaciones físicas y funcionales de algunos alumnos, y siempre y cuando sea posible, se debe intervenir en las clases de Educación Física de su centro escolar, en unión de sus demás compañeros; desarrollando esta actividad con la mayor normalidad posible.

De forma general se tratará en cada caso de adaptar, limitar y en algunos casos eliminar, las actividades que comporten ciertos riesgos y de aconsejar y potenciar aquellas más beneficiosas.

En la actualidad en nuestro país, encontramos algún niño o niña con limitaciones funcionales o con alguna secuela originada por alguna afección, apreciamos que estos acuden a las áreas de rehabilitación especializadas, que bien pueden ser las áreas terapéuticas del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación o a los centros de fisioterapia de los hospitales del sistema de salud.

Todos estos tratamientos rehabilitadores son realizados fuera del ámbito escolar, lo que consideramos que incrementa la limitación de las actividades motrices con sus compañeros, lo que influye desfavorablemente en el desarrollo psico-social de los mismos. Apreciamos, además, una reducción de la participación de los niños y niñas de forma activa dentro de las clases de Educación Física, incluyendo la participación de actividades de tipo lúdicas y recreativas que se

organizan por el centro escolar durante el período de clases, repercutiendo en el adecuado desarrollo de las capacidades motrices básicas del escolar, condicionando la posterior adquisición y desarrollo de habilidades motrices imprescindibles y destrezas de carácter deportivo, y lo que es peor, impiden su transferencia y aplicabilidad a las actividades normales de la vida diaria, a la que cada vez con mayor frecuencia e intensidad deben de estar abocados a integrarse.

Cuando analizamos al niño o niña con necesidades educativas especiales, directamente en el medio que abordamos, que es la clase de Educación Física, cuesta poco percatarse que el deficiente desarrollo, trae como consecuencia la incompleta adaptación e integración dentro de la clase en la que ellos se encuentran presentes, al no haber una participación activa de los mismos y mucho menos una interrelación con los demás niños y niñas dentro del marco en que se encuentran. Es de suma importancia tener presente que la escuela es la otra casa del niño, es uno de los ambientes más importantes para protegerle y para ayudarle a eliminar barreras que le impidan al escolar realizar una actividad determinada.

Una incompleta adaptación e integración del niño o niña al grupo, puede traer como consecuencia, la afectación negativa de la percepción que el escolar elabora de sí mismo durante las etapas de desarrollo de su vida, especialmente en un período en el que toma conciencia de los cambios que suceden.

Creemos, que el niño o la niña van a proceder, a contrastar su aspecto y competencia física con la de sus compañeros, y por tantos estos pueden sentirse incapaces de participar y competir con los demás, pues prácticamente todas las experiencias motrices que tuvieron se realizaron en circunstancias excepcionales de aislamiento.

Teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto y con el pleno convencimiento de que los niños asmáticos se encuentran a menudo en una forma física inferior a la de sus compañeros, representando entre el 5 y el 15 % del alumnado por grupo de edades, nos permite reflexionar sobre lo oportuno que sería llevar a vías de hecho un plan de intervención adecuado, de ejercicios para controlar y de

ser posible reducir las crisis de asma bronquial en el ámbito educativo, permitiendo además de un fortalecimiento, desde el punto de vista funcional, una participación de los estudiantes en las clases de Educación Física con un gran nivel de satisfacción y sin sentimientos de fracaso. Alcanzando de esta forma, la aceptación de sus propias limitaciones en las diferentes actividades a realizar en el colectivo, y contribuyendo así a una futura integración a la sociedad.

Debemos recordar que el asma, es uno de los motivos frecuente por el que los niños son excluidos de las clases de Educación Física y de las prácticas deportivas, representando la barrera más habitual para la práctica de actividades físicas vigorosas.

Asma de raíz Griega, ASTHMA, que significa respiración difícil, nos da una idea clara de la patología que estamos tratando. Ha sido desde muchos años atrás motivo de preocupación para todos los investigadores a escala mundial.

El Asma que significa respiración fatigosa, acelerada, superficial, termina por reproducir ansiedad en el individuo entre otras consecuencias. Existen en la actualidad diferentes tipos de asma, entre las que encontramos:

Asma por esfuerzo físico. Asma nerviosa. Asma cardiaco por insuficiencia de circulación, especialmente en el edema pulmonar. Asma febril. Asma urémico. Asma por compresión en la cavidad torácica abdominal. Asma bronquial.

Son muchas las definiciones de asma bronquial que se han dado durante varios años. Este hecho nos indica la dificultad de expresar con una sola todas las características clínicas, funcionales, fisiopatológicas y etiogénicas del proceso.

“Inflamación crónica y persistente de las vías aéreas, hiperreactividad de estas y variaciones en el flujo de aire intrapulmonar. Su impacto social y económico es notable, así como la carga emocional que supone para el paciente y la familia” (Salas, 1994).

Según Su etiología se ha clasificado desde 1928 en: Asma Extrínseca (alérgico). Causada por mecanismo inmunológico mediado por el IgE. Frecuentemente asociado con historia personal y/o familiar de enfermedad

alérgica. En general suele iniciarse en edades tempranas (infancia y adolescencia). Constituye una mayoría (80%) de la casuística de asma.

Asma Intrínseca. (Mecanismo desconocido en la actualidad). Se caracteriza por la aparición tardía y por la persistencia y la gravedad de los síntomas. Con el término extrínseco se designa a los pacientes con historia de ataques desencadenados por alérgenos; en los intrínsecos no es posible demostrar este hecho.

La clasificación del asma según la severidad de la misma estaba establecida de acuerdo con los anteriores consensos, en leve moderada y severa o grave, dependiendo de la frecuencia e intensidad de los síntomas, su presencia o ausencia durante la noche, limitación de la actividad física, etc, y la medicación recibida para su control.

A su vez, algunos autores plantean que, la falta de conocimientos de la relación asma-ejercicio puede hacer de obstáculo para que los asmáticos practiquen deporte lo que los llevaría no sólo al sedentarismo, sino además a una deficiente calidad de vida (Fitch y Morton, 1988; Ghosh, 1991; Finnerty, 1992).

Desarrollo

Se realizo un estudio cuasi-experimentar con mediciones de pre test y post test en las escuelas primarias del área III d salud dl municipio de Cienfuegos.

La investigación se realizo con los niños asmáticos moderados que no realizaban educación física y tampoco acudían al área de rehabilitación que les correspondía.

Este trabajo se ejecutó en el periodo comprendido entre Marzo a Septiembre del 2015, completando seis meses de tratamiento rehabilitador.

Para la selección de la muestra analizada, inicialmente nos dirigimos a los distintos centros escolares de la provincia que reunían las siguientes características:

- Centros espaciosos con presencia de estudiantes de edad correspondiente al segundo grado (6 y 7 años).
- Existencia entre este alumnado de un número mínimo de 5 sujetos diagnosticado como asmáticos moderados persistentes, con

independencia de que acudiesen o no regularmente a las áreas terapéuticas.

- Aceptación por parte del centro de participar en el desarrollo de la experiencia y colaboración del profesorado en el proyecto.

En estos centros se contabilizaron un total de 137 niños asmáticos moderados, de ellos 82 de sexo masculino y 55 de sexo femenino.

Objetivos

Objetivo general

- Determinar el efecto del plan de intervención mediante la aplicación de ejercicios físicos dentro de las clases de Educación Física en los niños asmáticos moderados del área III d salud.

Objetivos específicos.

- Valorar el comportamiento del Volumen de Espiración Forzado en 1 segundo (VEF1) en la muestra.
- Evaluar el peso corporal, la talla de los niños seleccionados.
- Valorar el comportamiento del diámetro frontal y lateral del tórax en la muestra.

La población en la que se desarrolla este estudio, es la población escolar de segundo grado del municipio de Cienfuegos y la elección de la muestra se realizó empleando la técnica del azar, sistema adecuado para este tipo de investigación.

El modelo de intervención propuesto contempla los factores sociales y del entorno en el contexto que se aplica. Está estructurado por dos fases de coordinación y cuatro etapas: estudio, adaptación, aplicación y evaluación. Lo que posibilita el diagnóstico de partida y la transformación en el estado de salud deseado a través de las acciones planificadas.

Se aplicó un pretest al inicio de la intervención, midiendo las variables que pueden verse afectadas como consecuencia directa de las crisis de asma bronquial y un postest final, después de aplicada la intervención, el cual permite determinar las modificaciones y con ello comparar los resultados.

Con el propósito de comprobar la influencia del Plan de Intervención (variable independiente) sobre la mejora del proceso asmático, en nuestra investigación necesariamente debemos evaluar las modificaciones producidas en algunos de los parámetros más significativos y definitorios de la patología asmática. Así pues se han controlado las siguientes variables dependientes:

Volumen de Espiración Forzada (VEF_1), definido como el volumen de aire espirado en el primer segundo durante una maniobra de espiración forzada. Esta variable resulta ser un buen indicador tanto del volumen pulmonar como del flujo espiratorio, parámetro ambos de gran importancia para la valoración de los procesos asmáticos.

Diámetro torácico frontal, definido como la distancia en el plano frontal que existente desde la porción baja de una de las axilas hasta la otra. Esta medida se toma inicialmente con el individuo en reposo y lo denominaremos Diámetro Torácico Frontal Normal (DTFN), y en un segundo momento durante la fase de inspiración o Diámetro Torácico Frontal en Inspiración (DTFI).

Diámetro torácico antero-posterior, definido como la distancia que existe entre el extremo más bajo del esternón y la primera vértebra lumbar. Al igual que la anterior, esta medida se obtienen dos variables, una con el individuo en reposo: Diámetro Antero-Posterior Normal (DTANN), y otra durante la fase de inspiración: Diámetro Antero-Posterior en Inspiración (DTANI).

Peso corporal: Se tomó en una balanza modelo “Seca” con controlador digital y una precisión de ±100 gramos. La medida se tomó con el individuo en ropa de

baño y descalzo.

Índice de Masa Corporal (IMC): Se define como una relación entre el peso y la talla del individuo y es ampliamente aceptado como un buen indicador del estado nutricional del sujeto.

Número de Crisis: (NC): La información se obtuvo mediante preguntas realizadas a los padres o tutores antes, durante y al finalizar la investigación., aunque en todo momento se contó con el apoyo de especialistas en neumología pediátrica que pusiesen corroboraban la aparición o no de la crisis.

Consumo de Medicamentos: (CM): Se controló igualmente mediante preguntas realizadas a cada padre o tutor antes, durante y al finalizar la investigación. Con este dato no se precisó ni el tipo, ni la dosis, ni la frecuencia en que se suministraba el medicamento; únicamente si tomaba o no algún medicamento específico relacionado con la patología asmática..

Actividad Física: (AF): Evalúa si el sujeto participaba regularmente en las clases de Educación Física o, por el contrario, si se ausentaba o estaba exento de su participación como consecuencia de su padecimiento asmático. La información se recogió tanto interrogando directamente del niño como del profesor.

Métodos y procedimientos.

Del nivel teórico:

Histórico – lógico, Analítico –Sintético, Inductivo-Deductivo

Del Nivel Empírico:

Análisis de documentos, Entrevista.

Del Nivel matemático – estadístico

Materiales Utilizados:

Pesa con tallímetro, Cronómetro, Silbato, Compás Torácico, Mini-Wright Peak Flow Meter, Historia Clínica.

Principales resultados

Ejercicio # 1

Objetivo: Aprendizaje de la respiración diafragmática..

Posición Inicial: Parado, con las manos sobre el abdomen y piernas a la anchura de los hombros.

Acción: Inspirar profundamente por la nariz. Espirar suave, lenta y prolongadamente por la boca, presionándose el abdomen con las manos suavemente.

Ejercicio # 2

Objetivo: Aprendizaje de la respiración torácica.

Posición Inicial: Parado, con las manos sobre el tórax.

Acción: Inspirar profundamente por la nariz. Espirar suave, lento y prolongadamente por la boca, presionándose el tórax con las manos suavemente.

Ejercicio # 3

Objetivo: Dominio de una correcta respiración diafragmática.

Posición Inicial: Parado, con las manos en la cintura y piernas a la anchura de los hombros.

Acción: Inspirar profundamente proyectando el abdomen hacia delante. Espirar suavemente, introduciendo el abdomen al máximo.

Conclusiones

- Antes del tratamiento existen valores significativamente inferiores de los parámetros espiratorios y dimensiones de la caja torácica entre los individuos asmáticos respecto a los sanos.
- En cualquier caso un tratamiento rehabilitador a través de ejercicios físicos mejora sustancialmente las consecuencias del padecimiento asmático.
- Se observó una disminución muy significativa en el número de crisis asmáticas sufridas.
- El tratamiento recibido en el ámbito escolar puede ser aplicado con las mismas garantías de éxito tanto en las áreas de rehabilitación como en las clases de Educación Física.
- El tratamiento aplicado en el ámbito escolar, además de presentar resultados satisfactorios, muestra valores añadidos en el campo afectivo y cultural de los niños y niñas, pues estos no son extraídos de su contexto habitual escolar, ni se ven incluidos en otro que aparentemente detectan, como es el hospitalario.

Bibliografía

1. A.A.V.V. (1999). Plan Andaluz de Salud. Junta de Andalucía. Consejería de Salud
2. ÁBALO, V. Y BASTIDA, F. (1994). “Adaptaciones curriculares” Teoría y práctica. Madrid: Editorial Escuela Española.
3. ABELLÓ FLORES, J. (1991). “La influencia de los sistemas de comunicación social sobre las nociones colectivas de salud y enfermedad”, Quadern Caps, No. 15, Primavera, 1991, CAPS, Barcelona. España.
4. BAILEY, K. S. (1994). Physical activity and skeletal health in adolescents. Pediatric Exercise science, 6, 330-347.
5. BANKS JANOSKI, M. (1994). “La psiconeuroinmunología y la mujer”, Boletín de la OPS, Vol. 116, No. 3, Marzo, 1994.

6. CARRACEDO, A. (1994). Kinesioterapia Respiratoria en Fibrosis Quística. Editorial Print House. Buenos Aires, Argentina.
7. DEL SOL, F. (2000). Evaluación de un programa adaptado de Educación Física en niños y niñas de siete años en el ámbito de la salud. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
8. ETTINGER, W. H., MITCHELL, B. S. Y BLAIR, S. N. (1996). Fitness after 50: t`s never too late to start. EE.UU: Beverly Cracom Publications.
9. FALK, M. Y. (1984). Improving the ketchup bottle method with positive expiratory pressure, PEP, in cystic fibrosis. Eur J Respir Dis (1984) 65, 423-432.
10. GÓMEZ OROZCO, L. (1989). Asma bronquial, Ac. Nacional de Medicina, México. GÓMEZ DOMÍNGUEZ, F. (1995). Método de fisioterapia respiratoria para el tratamiento de la fibrosis quística y las bronquiectasias. FQ Ciencia.

Título: Factores de riesgo en el desarrollo de la Enfermedad de Alzheimer.

Autores: MSc. Milena González Gortes, milena.gonzalez@upr.edu.cu

Dra. C. María de Lourdes Rodríguez Pérez.

Dra. C. Mélix Ilisátigui Avilés

Institución: Universidad "Hermanos Saíz Montes de Oca", Facultad de Cultura Física"Nancy Uranga Romagoza", Pinar del Río.

País: Cuba

Resumen

La demencia es de las primeras causas de discapacidad en los adultos mayores, contribuyendo a la dependencia del individuo, existen numerosos factores biológicos, psicológicos y sociales con un gran impacto en la salud mental de las personas adultas mayores, la misma tiene elementos derivados de los procesos normales del envejecimiento o de la ocurrencia de varias enfermedades, la variedad de emociones como la muerte de personas allegadas, la desvinculación de la vida laboral, contribuyen significativamente al aumento de los problemas mentales o emocionales en distintas fases del ciclo de la vida.El olvido benigno o normal, es parte del proceso de envejecimiento. La mayoría de las personas ha experimentado alguna vez olvido de nombres, citas o lugares, sin embargo este olvido difiere del tema de estudio del presente trabajo, pues la Enfermedad de Alzheimer (EA) provoca que el enfermo se pierda en lugares conocidos, olvide nombres de familiares cercanos, se olvide de cómo vestirse, cómo leer o cómo abrir una puerta. La EA es una enfermedad progresiva y degenerativa del cerebro para la cual no existe recuperación. Lentamente, ataca las células nerviosas en todas las partes de la corteza del cerebro, así como algunas estructuras circundantes, deteriorando las capacidades de la persona de controlar las emociones, reconocer errores y patrones, coordinar el movimiento y recordar, al final, pierde toda la memoria y funcionamiento mental. Es ahora la cuarta causa principal de muerte en los adultos y, a menos que se desarrollen métodos eficaces para la prevención y el tratamiento, alcanzará proporciones epidémicas para mediados del siglo.

Palabras clave: demencia, enfermedad de Alzheimer, factores deriesgo.

Summary

Dementia is one of the first causes of disability in the elderly, contributing to the dependence of the individual, there are numerous biological, psychological and social factors with a great impact on the mental health of the elderly, it has elements derived from the normal processes of aging or the occurrence of various diseases, the variety of emotions such as the death of close associates, the separation of working life, contribute significantly to the increase of mental or emotional problems in different phases of the cycle of life. benign or normal forgetfulness, is part of the aging process. Most people have experienced forgetting of names, appointments or places, however this forgetting differs from the subject of study of the present work, because Alzheimer's disease (AD) causes the patient to be lost in known places, forget names of close relatives, forget how to dress, how to read or how to open a door. AD is a progressive and degenerative brain disease for which there is no recovery. Slowly, it attacks nerve cells in all parts of the cortex of the brain, as well as some surrounding structures, impairing the person's ability to control emotions, recognize mistakes and patterns, coordinate movement and remember, in the end, loses all memory and mental functioning. It is now the fourth leading cause of death in adults and, unless effective methods for prevention and treatment are developed, will reach epidemic proportions by the middle of the century.

Key words: dementia, Alzheimer's disease, risk factors.

Introducción

Los problemas de salud mental son frecuentes en la población adulta mayor (AM): más de un 20% de éste grupo etario puede padecerlos con variados grados de severidad, de acuerdo con numerosos estudios epidemiológicos a nivel mundial. Debe pues prestárseles tanta o más importancia que a problemas de salud física ya que pueden exacerbar sus manifestaciones (enparticular si existen enfermedades crónicas) e incrementar la dependencia funcional y el mayor uso de

los recursos sanitarios. Por otro lado, los problemas de salud mental muchas veces pasan desapercibidos, no son diagnosticados o son subtratados, por lo que la capacitación de los profesionales en esta área es indispensable para un manejo oportuno y eficiente. Es necesario, además, contar con políticas, estrategias y servicios especializados en salud mental para este grupo etario, de modo tal que su calidad de vida y la desus familiares pueda ser preservada.La demencia, el ictus y la depresión , enfermedades que afectan el cerebro y la salud mental, son, conjuntamente, con la artritis, el principal contribuyente de discapacidad y dependencia entre los adultos mayores, sin embargo, estas condiciones reciben una menor prioridad que las enfermedades cardiovasculares y el cáncer, que tienen un mayor impacto en la mortalidad. En las personas de 60 años o más, la demencia es el mayor contribuyente al indicador de años vividos, en una proporción mayor que las enfermedades cerebrovascular, las enfermedades músculo esqueléticas, la enfermedad cardiovascular y el cáncer y es responsable de un costo económico de 612 billones de USD en todo el mundo, equivalente al 1 % de la carga global de enfermedad, si bien dos tercios de estos costos ocurren en los países desarrollados donde viven un tercio de las personas con demencia. En la región de Las Américas los costos totales estimados para las demencias son de 235,84 billones de dólares, sin embargo, solo el 11 % de estos costos (23 billones de dólares) corresponden a América Latina y el Caribe, donde vive cerca del 44 % de las personas con demencias.

Estos enormes costos que producen las demencias y el reto que representa el incremento del número de adultos mayores producirán un cambio dramático en los sistemas de cuidado en todo el mundo. Como el número de personas con demencia en América Latina y el Caribe, se duplicará cada 20 años y alcanzará los 18,7 millones de personas enfermas en el 2050, es de esperar un aumento proporcional de los costos, sin embargo, el mayor costo de las demencias es su costo humano cuyas dimensiones son inestimables. Las familias y los cuidadores sufren las mayores consecuencias psicológicas, físicas, sociales y financieras adversas de las demencias, que incluyen elevados niveles de ansiedad y depresión, afectación de su salud física, y de sus finanzas, directa (por ejemplo,

costos de los medicamentos) e indirecta (por ejemplo, pago de servicios, entre estos a otras personas por elcuidado).

En una de las definiciones más actualizadas de demencia se plantea que es un: síndrome de deterioro global cognitivo-conductual, adquirido, degenerativo (en la mayoría de los casos), multi-etiológico, que va a repercutir en la vida laboral, familiar y social de la persona. El impacto de la demencia es de gran alcance. No solo afecta la salud y el bienestar del paciente, sino que también está asociado a una pesada carga para el cuidador, un aumento del uso de los servicios sanitarios ynecesidades de cuidado a largo plazo.

La más devastadora de las demencias conocida como enfermedad de Alzheimer, presenta como síntoma típico, la pérdida progresiva de la memoria de corto alcance, vale decir las personas olvidan cosas que han vivido recientemente; la personalidad y el carácter tienden a modificarse, los pacientes suelen ponerse muy irritables, presentando una gran agitación, con ganas de discutir y cuestionar todo, descuidando su apariencia externa. A medida que la enfermedad avanza, los pacientes presentan problemas a nivel de la memoria de larga duración y el pensamiento abstracto. En las etapas más avanzadas de la enfermedad los pacientes se vuelven confusos y pierden la orientación en el tiempo, en la fecha en que se encuentran, en ubicar el lugar donde viven, en el reconocimiento de familiares, etc. La persona deja de conversar, presenta cambios frecuentes en su estado anímico, sufre de incontinencia y en casos extremos es incapaz de cuidarse por sí mismo, terminando finalmente en la postración extrema.

La enfermedad de Alzheimer es el tipo de demencia irreversible más frecuente en la vejez, es una enfermedad neurodegenerativa que se manifiesta como deterioro cognitivo y trastornos conductuales. Snell (2008)

En Cuba, la prevalencia de síndrome demencial, según los diferentes estudios publicados se sitúa entre 6,4 y 10,2 % en la población de 65 años y más, con un predominio en el sexo femenino y la enfermedad de Alzheimer constituye su causa más frecuente seguida por las demencias vasculares. Si tenemos en cuenta el acelerado envejecimiento de la población cubana, se estima una cifra de 130 000

personas con enfermedad de Alzheimer u otro tipo de demencia, cifra que debe duplicarse para el año 2020.

El estudio longitudinal prospectivo sobre envejecimiento y Alzheimer realizado en las provincias de La Habana y Matanzas, con un periodo de seguimiento de 4,1 años en personas de 65 años y más, mostró una incidencia de demencia de 21,2 por 1 000 personas/año, muy similar a la publicada en el Estudio Canadiense de Envejecimiento y Salud y el Estudio de Envejecimiento y Función Cognitiva (CFAS) en el Reino Unido.

Principales factores de riesgo asociados a la Enfermedad de Alzheimer.

Es ampliamente aceptado que la demencia y la enfermedad de Alzheimer se asocian con factores genéticos y ambientales. Existe un interés creciente en la investigación científica en profundizar en aquellos factores que son modificables. Un ambiente de elevado riesgo contribuye a la expresión clínica o comienzo más temprano de la enfermedad, por tanto, la prevención en demencias, debe estar dirigida a disminuir factores ambientales y con ello demorar la aparición de los síntomas.

Si bien, el envejecimiento, es el factor de riesgo más aceptado en la enfermedad de Alzheimer, diversos estudios epidemiológicos sugieren otros factores de riesgo, después de los 65 años.

Evidencias epidemiológicas, biológicas y sociales apoyan la hipótesis de que los factores de riesgo operan durante toda la vida (gestación, infancia, adolescencia, la vida adulta temprana y tardía) y actúan de forma independiente, acumulativa e interactiva para causar la enfermedad. Esta teoría relacionada con el enfoque epidemiológico del curso de la vida, enfatiza en el orden temporal de la exposición y en la interacción entre gen-ambiente y ambiente-ambiente.

Factores de riesgo en la edad temprana.

El riesgo de demencia y enfermedad de Alzheimer, comienza desde la vida intrauterina. La malnutrición fetal, el bajo peso al nacer y la no lactancia materna incrementan la susceptibilidad a diversas enfermedades crónicas en la edad media de la vida, que constituyen a su vez, factores de riesgo de demencia, particularmente la enfermedad cardiovascular y sus factores de riesgo (ejemplo:hiperinsulinemia, diabetes, aterosclerosis, hipertensión, trastornos lipídicos). Las malas condiciones socioeconómicas están asociadas a otras desventajas (malnutrición, menor acceso a la educación y los servicios de salud, deficiencias en el crecimiento y neurodesarrollo) y por tanto, en el desempeño cognitivo.

En la mayoría de los estudios publicados, el bajo nivel educacional se asocia de forma consistente con incremento del riesgo de deterioro cognitivo y demencia. Existen múltiples explicaciones acerca de la asociación entre el bajo nivel intelectual y la demencia: la educación produce un sesgo de selección, pues las personas con mayor educación pueden mostrar mejores rendimientos en las pruebas cognitivas; la educación se relaciona con otros factores en la infancia y adolescencia como el nivel socioeconómico, nutrición, coeficiente de inteligencia y también de la vida adulta como ocupación, salud y mejores estilos de vida, la educación incrementa la reserva cognitiva y ofrece una potenciación a largo plazo e induce neuroprotección.

Factores de riesgo en la edad media y tardía.

Diversas investigaciones sugieren que los factores de riesgo de enfermedades vasculares, entre estos hábito de fumar, diabetes mellitus, hipertensión arterial en la edad media de la vida, hipercolesterolemia, enfermedad cardiaca isquémica, síndrome metabólico, predisponen tanto a la enfermedad de Alzheimer como a las demencias vasculares.

Las investigaciones epidemiológicas sugieren además que hasta el 50 % de lasdemencias pudieran prevenirse. Como la edad es el factor de riesgo no modificable más relacionado con las demencias, una intervención efectiva seria aquella capaz de retardar en el tiempo el comienzo de la demencia.

La obesidad, la hipertensión arterial, la diabetes y el síndrome metabólico en la edad media de la vida, contribuyen a una proporción significativa de los casos de demencia y EA por diversos mecanismos, que incluyen: el daño vascular,producción por el tejido adiposo de sustancias que son importantes en elmetabolismo (adipocinas), la inflamación (citocinas), la resistencia periférica a lainsulina y la hiperinsulinemia.

El 7,4 % de los pacientes que sufren un primer ictus desarrollan una demenciavascular.Como el ictus se asocia con factores de riesgo cardiovasculares y losestilos de vida, múltiples mecanismos pueden explicar su asociación con demencia.Primero, el ictus lesiona directamente las regiones cerebrales relacionadas con lafunción cognitiva, entre estas, el tálamo y las proyecciones tálamo-corticales. Porotra parte, el ictus, incrementa el depósito de la proteína beta amiloide, queconduce al deterioro cognitivo. Finalmente, el ictus en su fase aguda, induce unarespuesta inflamatori, todo ello favorece la aparición de la EA.

La depresión es un síntoma inicial o coexistente en el 40-50 % de los pacientes conEA, sin embargo, su efecto como factor de riesgo de demencia es más discutido. Unmeta-análisis, que incluye estudio caso controles y de cohorte, con laparticipación de 102 172 personas de 8 países, publica que la depresión duplica elriesgo de demencia.

Factores genéticos.

La EA se clasifica habitualmente según la edad de comienzo. La mayoría de lospacientes (>95 %) que desarrollan la enfermedad son mayores de 65 años (forma de comienzo tardío),mientras que el 5 % de los pacientes presentan la forma decomienzo temprano, por lo general entre los 40 y 60 años. Ambas formas

decomienzo son indistinguibles desde el punto de vista clínico, si bien, los casos decomienzo temprano tienen un curso más rápido.

En las formas de comienzo temprano, se ha descrito mutaciones puntuales en laproteína precursora del amiloide (APP, cromosoma 21), en la presenilina 1 (PS1,cromosoma 14) y en la presenilina 2 (PS2, cromosoma 1), genes que causan unatransmisión autosómica dominante de la enfermedad. En el Alzheimer, no familiaro esporádico, que constituye el 95 % de los casos, el gen de la apolipoproteina Eε4(Apo E) localizado en el cromosoma19, es el factor genético de riesgo másreplicado desde 1993 en los diversos estudios.

El comportamiento sedentario de los adultos mayores aumenta con el avance de la edad siendo esto un importante factor de riesgo para trastornos que incluyen enfermedades del corazón, obesidad y diabetes. El resultado de una mayor prevalencia de los trastornos asociados con la inactividad hace de la iniciación y el mantenimiento de la actividad física en los adultos mayores una prioridad.

La participación periódica en actividades físicas moderadas puede retrasar el declive funcional, reducir el riesgo de padecer enfermedades crónicas, demencias y EA, tanto en los ancianos sanos como en aquellos que las sufren. Un estilo de vida activo mejora la salud mental y suele favorecer los contactos sociales. El hecho de mantenerse activo puede ayudar a las personas mayores a conservar la mayor independencia posible durante un mayor período, además de reducir el riesgo de caídas.

Dieta saludable. Evitar comidas con grasas saturadas y/o que eleven el colesterol protege contra la EA. Se describe que la elevación de homocisteína no solamente está asociada con un mayor riesgo de infarto al corazón o de accidente cerebrovascular, sino que también aumenta la posibilidad de desarrollar la EA. La elevación de esta sustancia puede ser combatida con el uso de ácido fólico y vitamina B en la dieta o mediante suplementos adicionales administrados por vía oral o parenteral.

Existen una serie de plantas que contienen pigmentos naturales usados como preservantes, o bien para dar color a las comidas. Estos pigmentos contienen

grupos fenoles que poseen potentes propiedades antioxidantes y antiinflamatorias. Ejemplo de ello son el resveratrol (vino rojo), la catequina (té verde), los antioxidantes polifenólicos (fresas, moras), el curcumin (curry). Por sus efectos saludables, se recomienda el consumo de estos, describiéndose, por ejemplo, que el consumo de vino tinto (250 ml al día) puede tener un efecto protector contra la EA. Respecto al curcumin, estudios recientes le adjudican no solamente propiedades antiinflamatorias sino también la capacidad de disminuir el depósito de beta-amiloide, uno de los problemas en la EA.

Antioxidantes. Se considera que el estrés oxidativo es uno de los mecanismos que intervienen en la degeneración neuronal, haciendo posible el desarrollo de la EA. Algunas teorías postulan que la vitamina E (alfatocoferol), un potente antioxidante, puede tener un rol neuroprotector disminuyendo el daño que producen los radicales libres en el cerebro. Hay estudios que han usado dosis muy altas de vitamina E (2000 unidades/días) y cuyos resultados no han logrado ser concluyentes respecto a la prevención o enlentecimiento de la EA; los hallazgos más bien han estado relacionados a una mejor funcionalidad en los pacientes.

Antiinflamatorios. Hay evidencias de que el proceso inflamatorio desencadenado por el depósito de beta-amiloide en el cerebro se beneficia del uso de antiinflamatorios no esteroideos (AINE). Actualmente está en vigencia una hipótesis que plantea que el subgrupo de AINE conocido como agentes reductores selectivos de beta-amiloide (ARSA) es el que disminuye el riesgo de Alzheimer. Entre los ARSA se encuentran antiinflamatorios no esteroideos de uso frecuente y común como el ibuprofeno, el piroxicam, la indometacina, el diclofenaco y, últimamente, la aspirina. Diversas investigaciones demuestran que la prevalencia de EA es menor en pacientes que usan antiinflamatorios del tipo AINE por reumatismo, artritis, u otras condiciones de ese tipo. Estos ARSA han logrado demostrar, tanto in vivo como in vitro, la disminución selectiva del betaamiloide que, como sabemos, es una de las sustancias que se depositan en el cerebro del portador de Alzheimer, con lo que propician la muerte neuronal. Aún no se ha

logrado demostrar si el uso de otro tipo de antiinflamatorios, como los inhibidores de ciclooxigenasa–2 tipo celecoxib y rofecoxib, tienen las mismas propiedades.

CONCLUSIONES

Desafortunadamente aun hay mucho desconocimiento sobre la EA y no se conoce la(s) causa(s) que la produce(n); por ello, es difícil prevenirla. El objetivo principal de este trabajo ha sido resumir los factores de riesgo más importantes para evitar que aparezca la enfermedad, es de hecho, la mejor forma de enfrentarla en nuestros días.

BIBLIOGRAFÍA

1. McMurdo MET. A healthy old age: realistic or futile goal? Br Med J. 2000;321:114951.

2. Carville SF, Perry MC, Rutherford OM, Smith IC, Newham DJ. Steadiness of quadriceps contractions in young and older adults with and without a history of falling. Eur J App Physiol. 2007;100(5):527-33.

3. Macaluso A, De Vito G. Muscle strength, power and adaptations to resistance training in older people. Eur J App Physiol. 2004;91(4):450-72.

4. Hunter GR, McCarthy JP, Bamman MM. Effects of resistance training on older adults. Sports Med. 2004;34(5):329-348.

5. Shaffer SW, Harrison AL. Aging of the somatosensory system: a translational perspective. Physical Ther. 2007;87(2):193-207.

6. Doherty TJ. Invited review: aging and sarcopenia. J App Physiol. 2003;95(4):1717-27.

7. Orr R, Raymond J, Fiatarone M, Singh M. Efficacy of progressive resistance training on balance performance in older adults: a systematic review of randomized controlled trials. Sports Med. 2008;38(4):317-43.http://scielo.sld.cu 578

8. Yusuf HR, Croft JB, Giles WH. Leisure-time physical activity among older adults:United States, 1990. Arch Intern Med. 1996;156:1321-6.

9. Heath GW, Smith JD. Physical activity patterns among adults in Georgia: resultsfrom the 1990 Behavioral Risk Factor Surveillance System. South Med J.1994;87:435-9.
10. Davis MA, Neuhaus JM, Moritz DJ, Lein D, Barclay JD, Murphy SP. Health behaviors and survival among middle-aged and older men and women in the NHANES I Epidemiologic Follow up Study. Prev Med. 1994;23:369-76.
11. Department of Health and Human Services. Physical activity and health: a report of the Surgeon General. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services;1996.
12. Owen N, Bauman A. The descriptive epidemiology of a sedentary lifestyle in adultAustralians. Internat J Epidemiol. 1992;21:305-10.
13. Greef de MHG, Stevens M, Bult P, Lemmink KAPM. Groningen Active Living Model:Manual. Haarlem: De Vrieseborch; 1997.
14. Sports Council and Health Education Authority. Allied Dubar National Fitness Survey: a report on activity patterns and fitness levels. London: Sports Council and Health Education Authority; 1992.
15. Christmas C, Andersen RA. Exercise and older patients: guidelines for the clinician. J AmerGeriatrics Soc. 2000;48:318-24.
16. Ivy JL. Role of exercise training in the prevention and treatment of insulinresistance and noninsulin-dependent diabetes mellitus. Sports Med. 1997;24:321-36.
17. Ernst E. Exercise for female osteoporosis. A systematic review of randomizedclinical trials. Sports Med. 1998;25:359-68.
18. Carlson JE, Ostir GV, Black SA, Markides KS, Rudkin L, Goodwin JS. Disability in older adults. Physical activity as prevention. Behav Med. 1999;24:157-68.
19. Goméz Montes JF. Valoración Integral de la Salud del Anciano, ED Manizales:Artes Gráficas Tizan; 2002.
20. Hombres, envejecimiento y salud. Unidad del envejecimiento y el curso de la vida. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2001.
21. Velásquez M, Prieto B, Contreras R. El Envejecimiento y los Radicales Libres.Ciencias. 2004;75:36-43.

22. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mentaldisorders (DSM-IV-TR). 4 ed. Text revision. Washington, D. C.: APA; 2000.
23. Rockwood K, Middleton L. Physical activity and the maintenance of cognitive Function. Alzheimer'sDementia. 2007;3:S38S44.
24. Noriega Borge MJ, García Hernández M, Torres Egea MP. Proceso de envejecer: cambios físicos, cambios psíquicos, cambios sociales [tesis]. Comunidad Autónoma deCantabria: Universidad de Cantabria; 2005.

Título: Formación de promotores Ambientales para las Áreas de Cultura Física Terapéuticas y Profilácticas de La Habana.

Autor: Nicolás Evelio Justiniani Mendoza, justiniani51@inder.cu

Institución: Dirección de Ciencia y Tecnología del INDER Nivel Central.

País: Cuba

Resumen

Tomando en consideración, la realización de un diagnóstico participativo, se identificaron insuficiencias en el conocimiento y la percepción ambiental de los profesores que laboran en las 4 Áreas de Cultura Física Terapéutica del Municipio 10 de octubre de La Habana, así como en los pacientes que en ellas participan. Se pudo definir que los profesores no poseen una adecuada educación ambiental para lograr relacionar cómo interactúa el hombre y el medio a partir de los serios problemas ambientales que en estos tiempos están incidiendo en la actividad física. Teniendo en cuenta este análisis, nuestra investigación propone, elevar el conocimiento de los profesores de estas áreas de Cultura Física Terapéutica y Profiláctica a través de una formación interdisciplinaria con un enfoque biomédico y ambiental, que conllevaría a minimizar los efectos de la interacción hombre – medio, a partir del logro de una mayor concientización de la población atendida sobre el tema.Para la presente se emplearon métodos teóricos, empíricos y estadísticos que posibilitaron conocer los problemas antes abordados. Como alternativa, se hace necesaria la propuesta de un programa que favorezca la formación de estos profesores como promotores ambientales el cual constituirá una vía de preparación para enfrentar los nuevos retos que el medio ambiente nos depara en el futuro en el ámbito de la actividad físico-deportiva.

Summary

Taking into consideration, the realization of a participatory diagnosis, identified insufficiencies in the knowledge and environmental perception of the teachers who work in the 4 Areas of Physical Therapeutic Culture of the Municipality October 10, Havana, as well as in the patients that in They participate. It was possible to define

that teachers do not have an adequate environmental education to achieve a relationship between how man and the environment interact based on the serious environmental problems that are affecting physical activity in these times. Taking into account this analysis, our research proposes to raise the knowledge of teachers in these areas of Therapeutic and Prophylactic Physical Culture through an interdisciplinary training with a biomedical and environmental approach that would lead to minimize the effects of human - middle interaction, Based on the achievement of greater awareness of the population served on the issue. For the present, theoretical, empirical and statistical methods were used that allowed to know the problems previously discussed. As an alternative, it is necessary to propose a program that favors the training of these teachers as environmental promoters, which will be a means of preparation to face the new challenges that the environment has in the future in the field of physical- sporty.

Introducción

Tomando en consideración, la realización de un diagnóstico participativo, se identificaron insuficiencias en el conocimiento y la percepción ambiental de profesores que laboran en las 4 Áreas de Cultura Física Terapéutica del Municipio 10 de octubre en la Provincia La Habana, así como en los pacientes y beneficiarios que en ellas participan. Se pudo definir que los profesores no poseen una adecuada educación ambiental para lograr relacionar como interactúan el hombre y el medio a partir de los serios problemas ambientales que en estos tiempos están incidiendo en la actividad física y en la que se incluye también el deporte, además que en las clases y terapias que se desarrollan no se abordan temas medio ambientales que pueden ser perjudiciales para la salud. Teniendo en cuenta este análisis, nuestra investigación propone, elevar el conocimiento de los profesores de estas áreas de Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, acogiendo como una prioridad su formación como promotores ambientales, trasmitiéndoles las herramientas necesarias para que puedan trasmitir conocimientos y educar a sus pacientes sobre el tema y la influencia que puede tener un entorno sobre la salud. Esta formación se realizaría desde el punto de vista interdisciplinario con un

enfoque biomédico y ambiental a los 6 profesores que son el 100% de la muestra, lo cual conllevaría a minimizar los efectos de la interacción hombre – medio, a partir del logro de una mayor concientización de la población atendida sobre el tema.Para la presente investigación se emplearon métodos teóricos, empíricos y estadísticos que posibilitaron conocer los problemas antes abordados en los profesores de las áreas de Cultura Física Terapéuticas y profilácticas del municipio 10 de octubre en La Habana, lo cual hace necesario, como alternativa, la elaboración de la propuesta de un programa que favorezca la formación de estos profesores como promotores ambientales. El programa propuesto, deviene herramienta de contribución al desarrollo local y una vía de preparación para enfrentar los nuevos retos que en el futuro nos depara medio ambiente en el ámbito de la actividad físico-deportiva. Los resultados que se obtendrán en su evaluación, confirmarán que este trabajo es pertinente, factible, aplicable.

Hace más de 40 años en Estocolmo, Suecia, se tomaron acuerdos sobre la apremiante necesidad de abordar el problema del deterioro ambiental. Posteriormente, en la Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo, celebrada en Río de Janeiro (1992) se convino en que la protección del medio ambiente, el desarrollo social y el desarrollo económico eran fundamentales para lograr el desarrollo sostenible basado en los principios de Río.

Para alcanzar este objetivo se aprobó un programa de alcance mundial titulado Programa 21 y la Declaración de Río sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo, a partir de lo cual la Educación Ambiental adquiere una nueva dimensión y adecuación temática y conceptual. En el documento preparatorio del Programa 21 sobre Educación, Capacitación y Toma de Conciencia se plantea*: "Una prioridad mayor es la reorientación de la Educación hacia el desarrollo sostenible, mediante el mejoramiento de la capacidad de cada país para plantear cuestiones del medio ambiente y el desarrollo en sus programas educativos..."* (Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo. ONU, 1992)

Pascual, R. (2006), en su tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física, plantea problemáticas que se discutieron en cumbres y reuniones en el intervalo entre la Conferencia de Río (1992) y la de

Johannesburgo (2002), donde las naciones del mundo bajo los auspicios de las Naciones Unidas expresaron sus opiniones en una búsqueda constructiva del camino común hacia un mundo en que se respete una amplia visión del futuro de la humanidad. Entre los grandes problemas que se deben resolver expresados en la Declaración de Johannesburgo sobre el Desarrollo Sostenible y que actualmente se expresan más graves aparecen:

- La profunda fisura que divide a la sociedad humana entre ricos y pobres, así como el abismo cada vez mayor que separa al mundo desarrollado del mundo en desarrollo representan una grave amenaza a la prosperidad, seguridad y estabilidad mundiales.
- El medio ambiente mundial sigue deteriorándose. Continúa la pérdida de biodiversidad; siguen agotándose las poblaciones de peces; la desertificación avanza cobrándose cada vez más tierras fértiles; ya se hacen evidentes los efectos adversos del cambio del clima; los desastres naturales son más frecuentes y más devastadores, y los países en desarrollo se han vuelto más vulnerables, en tanto que la contaminación del aire, el agua y los mares sigue privando a millones de seres humanos de una vida digna.

El conocimiento científico y tecnológico ha producido aplicaciones que han sido de gran beneficio para la humanidad, sin embargo, estos no están distribuidos equitativamente y ello ha ampliado la brecha entre los países industrializados y en vía de desarrollo. Además, la aplicación de los avances científicos y tecnológicos en ocasiones ha sido la causa del deterioro del medio ambiente y la fuente de desequilibrio y exclusión social. Un uso eficiente de la ciencia y la tecnología puede revertir estas tendencias. Ello requiere de un esfuerzo conjunto entre aquellos que poseen la mayor capacidad en ciencia y tecnología y aquellos que enfrentan los problemas de la pobreza y la exclusión social. El desarrollo de la sociedad actual sería impensable sin los aportes de la ciencia y la tecnología, hoy ellas influyen en los poderes políticos-militares, en los recursos humanos, en la gestión empresarial, en los medios de comunicación, en la formación de profesionales, en el cuidado y protección del medioambiente,... Seara, Y. Rodríguez, A. & Barriga, H. (2014).

La globalización ha agregado una nueva dimensión a estos problemas. La rápida integración de los mercados, la movilidad del capital y los apreciables aumentos en las corrientes de inversión en todo el mundo han creado nuevos problemas, pero también, nuevas oportunidades para la consecución del desarrollo sostenible. Pero los beneficios y costos de la globalización no se distribuyen de forma pareja y a los países en desarrollo les resulta especialmente difícil responder a este reto.

El mundo vive hoy ante una de sus más dramáticas encrucijadas, la cual convoca al esfuerzo de todos para su solución. El Medio Ambiente, entendido como "... sistema complejo y dinámico de interrelaciones ecológicas, socio económicas y culturales, que evoluciona a través del proceso histórico de la sociedad, abarca la naturaleza, la sociedad, el patrimonio histórico cultural, lo creado por la humanidad, la propia humanidad... las relaciones sociales y la cultura...", ha sufrido una degradación tan grave debido a los modelos de desarrollo humano imperantes en las sociedades de consumo. CIGEA (2001), en León (2006).

La poca conciencia de los países desarrollados para crear fondos monetarios que ayuden a los países subdesarrollados o en desarrollo para que logren un desarrollo científico consiente a partir de la introducción de tecnologías que no sean tan agresivas al ambiente, tienen como consecuencia los efectos que apreciamos en la actualidad, donde muchos de ellos pueden atentar contra la salud humana.

Pérez, Negrín (2013), de León (2006), plantea que la relación hombre-medio-ambiente posee un carácter dialéctico, el medio físico social ejerce influencia sobre el comportamiento humano y éste a su vez provoca transformaciones medio ambientales no siempre constructivas, por lo que la conciencia del carácter de esta relación resulta necesaria para,…, un,…, mantenimiento ecológico responsable.

Respecto a la implementación de la dimensión ambiental, León (2012) expone que, Cuba, participante en varios Seminarios Regionales de deporte y medio ambiente, fue digna sede, de uno de estos eventos en Noviembre de 2004, donde se analizó, entre sus puntos fundamentales, el papel de los atletas y directivos del deporte en la protección ambiental como baluartes para el desarrollo sostenible,

además expresa que, en la trama de vínculos entre deporte y medio ambiente los decisores constituyen un nodo esencial,…, en la aprobación y ejecución de políticas que contribuyan a mejorar el bienestar y calidad de vida,…,. Este estudio asume como decisoresa todos aquellos directivos de procesos deportivos, recreativos, de educación física o terapéutica,…, en todos los niveles de dirección,…,. Se incluyen por tanto, a metodólogos de educación física, recreación y cultura física terapéutica (kinesiología). León (2012), por lo que se considera una prioridad la formación de promotores ambientales en este ámbito de la terapéutica y al profilaxis desde el ejercicio que se realiza sobre todo en espacios abiertos.

Destaca Pascual (2006), que la Educación Ambiental tiene carácter de dimensión, y no como otra educación, ni un proceso paralelo a la educación integral, no debe ser una materia más a añadir a los programas escolares; es una dimensión y no una parte del proceso educativo, es inherente al proceso mismo como un todo, y no a algunas de sus partes, luego está presente en todos sus componentes, en sus fines, en el problema que debe resolver, en los objetivos, en el contenido, en los métodos, en los medios, en las formas organizativas y en la valuación. Es por tanto, una dimensión y al mismo tiempo proceso.

Según la revisión documental realizada por el autor, se pudo constatar que se han realizado investigaciones referidas a la Formación Ambiental, que incluye la inclusión del tema dentro del programa de estudio de la carrera de Cultura Física, la Formación de Promotores Ambientales Comunitarios y de Acciones de Educación Ambiental a los pacientes que asisten a las áreas de Cultura Física Terapéuticas. En la práctica, estos temas aún no han sido plenamente abordados y se hace importante profundizar en ellos con el fin de alcanzar soluciones factibles para que ayuden al desarrollo del Deporte, la Educación Física Escolar, de Adultos y la Recreación en el organismo.

A pesar de los resultados en investigaciones que se han realizado referidas a la temática de la educación ambiental, todavía existen lagunas que entorpecen la labor de educar y concientizar en materia del cuidado medioambiental, esta aseveración se demuestra según se expresa en las deficiencias que deben ser abordadas en el nuevo ciclo, que aparecen en el Programa Nacional de Educación

Ambiental para el Desarrollo Sostenible del CITMA 2016 – 2020, donde se plantea:

- Insuficiente uso del potencial científico con que cuentan los municipios y comunidades para el desarrollo de acciones de formación ambiental a nivel local.
- Dispersión de la información y el conocimiento sobre educación y comunicación ambiental, lo cual no posibilita la definición de un modelo teórico metodológico adecuado a las características y contexto propio del país.
- Insuficiente enfoque interdisciplinario de la educación ambiental en los programas y planes de estudio del sistema nacional de educación y la formación inicial y continua de profesionales.
- Insuficiente incorporación de la dimensión ambiental en el sistema de capacitación de los diferentes niveles de Gobierno y en los OACE y OSDE.
- Inadecuada concertación entre las estructuras de base en los territorios para el desarrollo de procesos de educación ambiental participativos en las comunidades.
- Insuficiente capacitación y concientización directa a decisores.

Basada en la anterior, la Estrategia Ambiental del INDER, ciclo 2016 – 2020, plantea dentro de sus objetivos, proyectar la educación, capacitación y la comunicación ambiental de los recursos humanos (directivos, profesionales y atletas) para el desarrollo sostenible del sector en sus diversas esferas de acción, a través del fortalecimiento institucional, asegurando en el plan de la economía anualmente el marco financiero necesario para la realización de proyectos que permitan el desarrollo de una cultura ambiental en el sector deportivo. Dentro de los escenarios de gestión y Educación Ambiental que aparecen en la estrategia del INDER, se encuentran las Áreas de Cultura Física Terapéuticas y Profilácticas, como una de sus debilidades a resolver.

Dentro de los problemas que se recogen en la Estrategia Medioambiental del INDER, aparecen:

- Insuficiente incorporación de la dimensión ambiental en el sistema de capacitación del Organismo, lo que influye negativamente en la preparación y

conocimientos de los recursos humanos, y de forma especial en sus directivos en todo el sistema.

- Inexistencia de una política de inversiones definida para frenar el deterioro progresivo de las instalaciones deportivas y locales de trabajo y reducir el impacto ambiental negativo en su entorno.
- Insuficiente desarrollo de valores en las actividades de la cultura física, y la educación física, dirigidos a la preservación de la naturaleza y la contribución al desarrollo sostenible.

Dado que el deporte, la educación física,…,la cultura física y la recreación, implican un multifacético y dinámico intercambio del hombre con su entorno físico-natural, social y cultural, entrañan una gama de interrelaciones que no se agotan desde los presupuestos de la ciencia clásica moderna, cuya metodología esencialmente analítica descompone el todo en partes inconexas y lo que se impone es abordar la cultura física en sentido holístico, como una totalidad de componentes que interactúan entre sí generando una complejidad que merece indagarse desde un saber transdisciplinario propio del enfoque de la complejidad. León (2006).

En este complicado escenario, donde peligra la supervivencia humana, ¿podrán hombres y mujeres desarrollar su actividad física en medio de no pocos riesgos y retos? ¿Qué papel corresponde a educadores y científicos para encauzar un desarrollo sostenible en la actividad del deporte, la educación física y la recreación física? (León, 2006).

En la esfera del deporte en el ámbito internacional en 1944 el Comité Olímpico Internacional firma un acuerdo de cooperación con el programa de medio ambiente de las Naciones Unidas (UNEP) para desarrollar iniciativas conjuntas, en 1999 se adopta la resolución de la agenda 21 del Movimiento Olímpico Internacional en la IIX Conferencia Mundial del Deporte y Medio Ambiente y en el centenario del congreso Olímpico del COI (1994) se propone al medio ambiente como el (tercer pilar) del olimpismo después del deporte y la cultura, quedando registrado en la carta olímpica el uso racional de los recursos y la sustentabilidad.

El deporte como parte fundamental de nuestra sociedad contribuye al desarrollo y

protección del hombre, pero esto solo es posible si se crean o mantienen las condiciones óptimas que faciliten su práctica en un medio socio ambiental adecuado y con una buena Educación Ambiental. Nuestra sociedad tiene como premisa fundamental brindar toda la protección a la naturaleza sin renunciar al desarrollo del país. Esto se logra si se alcanza un equilibrio entre la transformación planificada de los recursos y la conservación del entorno natural, por lo que se hace necesario tomar medidas para su protección.

Por todos es conocida la problemática actual y el trabajo que se realiza en todo el mundo con el fin de preservar el medio ambiente, la importancia que el asunto representa para la existencia del hombre, pues de continuar la degradación de este, la vida desaparecería en el globo terráqueo.

En un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicado el 16 de junio de 2006 en Ginebra, se plantea que el 24% de la carga de morbilidad mundial se debe a la exposición a riesgos ambientales evitables, se demuestra que gran parte de estos riesgos ambientales pueden evitarse mediante intervenciones bien orientadas. En el informe también se estima que más del 33% de las enfermedades de los niños menores de cinco años se debe a la exposición a riesgos ambientales. La prevención de estos riesgos podría salvar cada año la vida de muchísimas personas, incluidos cuatro millones de niños, sobre todo en los países en desarrollo. Se argumenta además que el informe, titulado *Preventing disease through healthy environments - towards an estimate of the environmental burden of disease*, es el estudio más amplio y sistemático realizado hasta el momento sobre una amplia variedad de enfermedades y traumatismos provocados por riesgos ambientales prevenibles. El análisis, que se centra en las causas ambientales de las enfermedades y en la influencia de los factores ambientales en diversas enfermedades, proporciona nuevos conocimientos acerca de la relación recíproca entre el medio ambiente y la salud. Se incluyen estimaciones realistas acerca del número de defunciones y casos de enfermedad y discapacidad que podrían evitarse cada año mejorando la gestión ambiental.

En dicho informe se plantea también que las enfermedades que representan la mayor carga sanitaria anual debida a factores ambientales, expresada en términos

de defunciones, enfermedades y discapacidades o años de vida ajustados en función de la discapacidad (AVAD) son las siguientes:

- La diarrea (58 millones de AVAD por año; el 94% de la carga de morbilidad por enfermedades diarreicas), provocada en gran medida por la insalubridad del agua y de los servicios de saneamiento, y por la falta de higiene.
- Las infecciones de las vías respiratorias (37 millones de AVAD por año; el 41% de los casos registrados a nivel mundial), producidas en gran medida por la contaminación del aire en espacios tanto exteriores como interiores.
- Los traumatismos involuntarios distintos de los causados por el tránsito (21 millones de AVAD por año; el 44% de los casos registrados a nivel mundial), incluida una amplia variedad de accidentes industriales y en el lugar de trabajo.
- La malaria (19 millones de AVAD por año; el 42% de los casos registrados a nivel mundial), provocada en gran medida por deficiencias en el abastecimiento de agua, en la vivienda y en la ordenación del uso de la tierra, que impiden reducir efectivamente las poblaciones de vectores.
- Los traumatismos causados por el tránsito (15 millones de AVAD por año; el 40% de los casos registrados a nivel mundial), en gran medida como resultado de deficiencias en la planificación urbana o en la ordenación ambiental de los sistemas de transporte.
- La neumopatía obstructiva crónica - enfermedad en ligero aumento que se caracteriza por la pérdida gradual de la función pulmonar (12 millones de AVAD por año; el 42% de los casos registrados a nivel mundial) -, provocada en gran medida por la exposición a polvos y humos en el lugar de trabajo y otras formas de contaminación del aire en espacios exteriores e interiores.
- Afecciones perinatales (11 millones de AVAD por año; el 11% de los casos registrados a nivel mundial).

También amplia que, la mayoría de estas enfermedades, debidas a la exposición a riesgos ambientales, también son las principales causantes de defunciones, aunque presentan algunas diferencias en cuanto al grado de letalidad. Todas las enfermedades que provocan el mayor número absoluto de defunciones por año debido a riesgos ambientales prevenibles están relacionadas con factores que es

posible modificar mediante tecnologías, políticas y medidas preventivas y de salud pública ya disponibles. A continuación, se indica el número de defunciones anuales provocadas por estas enfermedades:

- 2,6 millones de defunciones anuales por enfermedades cardiovasculares.
- 1,7 millones de defunciones anuales por enfermedades diarreicas.
- 1,5 millones de defunciones anuales por infecciones de las vías respiratorias.
- 1,4 millones de defunciones anuales por cáncer de diferente tipo.
- 1,3 millones de defunciones anuales por neumopatía obstructiva crónica.
- 400 000 defunciones anuales por traumatismos involuntarios.

La contaminación acústica, ocasionada por el ruido de avenidas producidos por vehículos automotores, el ruido de los aviones, el ruido industrial o ruidos de alta intensidad, también pueden incidir en la salud, produciendo capacidad auditiva en el hombre y producir estrés. Existen otros tipos de contaminación que pueden atentar contra la salud humana: la lumínica, química, la térmica, electromagnética, la radiactiva, acumulación de desechos sólidos, etc.

En el informe se demuestra que, de una u otra manera, el medio ambiente influye considerablemente en más del 80% de los casos de estas graves enfermedades y se puede apreciar que la situación es alarmante. En Cuba hay un reconocimiento de la necesidad de continuar buscando vías y métodos que garanticen un desarrollo sostenible, formando a ciudadanos capaces y motivados con conocimientos que le permitan encontrar soluciones a los problemas actuales y prevenir de los que puedan aparecer, ciudadanos que puedan establecer el imprescindible equilibrio entre el desarrollo económico, social y la protección del medio ambiente a partir de una adecuada Educación Ambiental.

En entrevista concedida por la Dra. C. Elba Rosa Pérez Montoya, titular del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), dando respuesta a algunas interrogantes sobre la Tarea Vida al diario Juventud Rebelde, planteaba que “el clima en el archipiélago cubano es cada vez más cálido y extremo. La temperatura media anual aumentó 0,9 grados centígrados desde mediados del siglo pasado y se espera que sea en el futuro aún más extrema,…, las consecuencias del cambio climático sobre el desarrollo socio-económico de la

nación ya están a la vista. Todos tenemos una cuota de responsabilidad en la reducción de los daños presentes y futuros".

Las relaciones más evidentes entre deporte y medio ambiente, se encuentran en aquellas modalidades deportivas que se practican en contacto con la naturaleza, así como las actividades de la Cultura Física Escolar, de Adultos y algunas modalidades de la recreación.

Cuba se prepara para enfrentar en el presente y en el futuro las consecuencias que se sufren con el cambio climático, la tarea vida es ejemplo de ello. En el ámbito del deporte nos corresponde ahora tomar acciones que contribuyan a prevenir o atenuar posibles enfermedades derivadas por nuestra labor en espacios donde inciden agentes físicos, químicos u otros que puedan incidir sobre la salud de nuestros alumnos. Como se ha venido ya investigando, la inserción en el currículo de la carrera de Licenciatura en Cultura Física, la preparación de los profesores que imparten asignaturas, sobre el tema ambiental y la formación de activistas, han sido algunas de las acciones que se han venido tomandoen función de formación ambiental. La formación de los profesores de las áreas de Cultura Física y Terapéutica del municipio 10 de octubre como promotores ambientales, es una extensión de la investigación que realizara el Dr. C. Santiago León Martínez, en su tesis presentada para optar por el Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física en el año 2013, esta formación se realizaría con un enfoque biomédico y ambientalista con el fin de que su preparación sea una herramienta que contribuya al desarrollo local y una vía de preparación de sus educandos para enfrentar los nuevos retos que en el futuro nos depara medio ambiente en el ámbito de la actividad físico-deportiva.

Los **beneficios esperados** con los resultados de esta investigación son los siguientes:

- Propiciar la Formación Ambiental, como promotores ambientales, a los profesores de las Áreas de Cultura Física Terapéuticas y Profilácticas, desde un punto de vista biomédico y ambiental, que les posibilite la trasmisión de los conocimientos adquiridos en forma de educación ambiental a los directivos,

estudiantes, los pacientes y la comunidad de su radio de acción, siempre orientada hacia la solución de los problemas, la formación de valores y la creación de una cultura ambientalista que se ajuste a los tiempos actuales.

- Incorporar el concepto de Desarrollo Humano Sostenible a la Cultura Física, mediante la interpretación y aplicación de los rasgos esenciales de una Cultura Física Sostenible en los tiempos modernos a partir dela Tarea Vida.
- Disminuir, a partir de la acción consciente de la comunidad, las posibles afecciones derivadas del entorno.
- Integrar la presente investigación dentro del Proyecto Ambiental de la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD) “Manuel Fajardo” e incorporar sus acciones dentro de la Estrategia Ambiental Nacional del INDER.
- Enriquecer la información científica actualizada referente a Educación Ambiental y los problemas ambientales globales en la Red de Centros de la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD) “Manuel Fajardo”.

Referencias

1. CIGEA. Introducción al conocimiento del Medioambiente. Suplemento especial de Universidad para todos. Editorial Academia .2001.p 3.
2. CITMA. Programa Nacional de Educación Ambiental para el Desarrollo Sostenible. 2016 – 2020. p. 3-4.
3. Deporte y Salud (2015). *http://www.deportesalud.com.*
4. Estrategia Ambiental del INDER, *Ciclo 2016 – 2020*, anexo 1. p. 1-7.
5. Guía práctica de control ambiental. *http://nofun-eva.blogspot.com.* 2011/07.
6. GEO (2000). *Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo* (2000).
7. *http://www.efdeportes.com/* Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 58 - Marzo de 2003.
8. *http://www.monografias.com*/trabajos89/educacion-medio-ambiental-cultura-fisica-y-deporte/educacion-medio-ambiental-cultura-fisica-y-deporte.shtml.

9. León, S. (2006). *“CUBA: UN ESTADIO LIMPIO”.* Revista Acción, año 2006. p 4, 9. Artículo. Potencialidades y retos para alcanzar la sostenibilidad ambiental en la esfera de la Cultura Física.
10. León, S y Pérez, A. (2009). *Tiempo libre, actividad deportivo-recreativa y estilos de vida en Cuba.* Capitulo Cuba. Aldo Pérez, Santiago León. Livro 1-lazer-Brasil.indb, p 31, 2009.
11. León, S. (2012). ***“Deporte y medio ambiente: La encrucijada de los decisores”***. Exploración sobre el conocimiento y percepción ambiental en decisores del sector. Editorial Revista Acción no 1 de 2005.
12. León, S. (2013). *La formación de Promotores Ambientales Comunitarios para la actividad físico-deportiva*. Tesis presentada en Opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. 2013. p. 14.
13. Pascual, R. (2006). *Sistema de formación ambiental para los profesores de Educación Superior de la Cultura Física.* Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física, Facultad de Cultura Física, Provincia de Villa Clara, Cuba. 2006. p. 5.
14. Seara, Y. Rodríguez, A. & Barriga, H. (2014). *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de Granma.* Vol. XI No. 35, enero-junio 2014. ISSN: 1817-9088. RNPS: 2067. p. 126-127.
15. Wikipedia.(2016).*http://www.josemarialealgutierrez.com/content/?q=es/uacarrera seguridadysaludambiental.*
16. OMS (2017) *www.who.int/about/es*. La exposición a riesgos ambientales provoca casi una cuarta parte de las enfermedades. 16 de junio de 2016. Ginebra.

Título: Impacto cualitativo del programa de inclusión social con la ejercitación del movimiento en los aparatos biosaludables en pacientes con enfermedades neurológicas.

Autor: M.Sc. Domingo Román Vega Alfonso

Institución: UCCFD. Manuel Fajardo

País: Cuba

SINTESIS

Nuestra investigación se desarrollo en el Municipio de la Lisa UCCFD., es un estudio pre-experimental prospectivo, de naturaleza cualitativa. La muestra estuvo constituida por 20 pacientes de ambos sexos, en un rango edad de 32 a 45 años, con secuelas de accidente cerebro vascular.

Aplicamos encuestas, entrevistas, mediciones, observación. Los métodos utilizados fueron empíricos y teóricos. Analizamos y comparamos en dos momentos de la investigación, donde se obtuvo un alto impacto, diferencia significativa al favor del segundo momento, dando cumplimientos a los objetivos propuestos y la hipótesis. Llegamos a la conclusión que la ejercitación del movimiento en los aparatos biosaludables en pacientes con enfermedades neurológicas logro la inclusión de los mismos al programa propuesto, alcanzando un alto impacto cualitativo.

Introducción (quedará explícitamente declarado el objetivo).

Introducción.

Introducción.

La **discapacidad** es una realidad humana percibida de manera diferente en diferentes períodos históricos y civilizaciones. Se ha propuesto un nuevo término para referirse a las personas con discapacidad, el de mujeres y hombres con diversidad funcional, a fin de eliminar la negatividad en la definición del colectivo de personas con discapacidad y reforzar su esencia de diversidad.

La visión que se le ha dado a lo largo del siglo XX estaba relacionada con una condición considerada deteriorada respecto del estándar general de un individuo o

de su grupo. El término, de uso frecuente, se refiere al funcionamiento individual e incluye discapacidad física, discapacidad sensorial, discapacidad cognitiva, discapacidad intelectual, enfermedad mental o psicosocial y varios tipos de enfermedad crónica.

La participación de millones de personas en el movimiento de la Cultura Física y el Deporte, la construcción de gran cantidad de instalaciones deportivas, y el encarecimiento de la preparación de los atletas de alta calificación, requiere gastos materiales laborales y financieros, y por consiguiente, la comparación de los gastos con el efecto económico y social alcanzado.
Para el aseguramiento logístico de las actividades que realiza este sector (Deportivas, Recreativas, Culturales Físicas) se hace necesario el análisis científico de los aspectos económicos de su funcionamiento, por tanto, es imprescindible elaborar una teoría científica acerca del aseguramiento económico de esta rama, así como la formación y capacitación de 'los recursos humanos de la Cultura Física y el Deporte en los asuntos económicos sociales específicos

Los equipos Biosaludables son de creación China, los cuales cumplen un rol social muy importante, ya que permiten realizar ejercicios libres y con el propio peso .Puede realizarse al aire libre e interactuar en grupos. No se observan efectos negativos cuando el empleo del equipo es correcto.
Los equipos biosaludables están indicados para todo tipo de personas y Comunidades. En el mismo, podrá entrenarse toda la familia, amigos y vecinos, no es necesario el transporte para trasladarse.

Ventajas de los equipos biosaludables.

- Realizar en compañía de un fisioterapeuta o un profesor de CFT.
- Practicar con la frecuencia determinada.
- Se puede realizar sentado, parado.
- Se puede realizar con fuerza o sin fuerza adicional.
- Se ajusta a las capacidades del rendimiento.

- Sin efectos secundarios.
- Se realiza al aire libre.

Impactos.

El impacto es el conjunto de posibles efectos negativos sobre el medio ambiente de una modificación del entorno natural, como consecuencia de obras u otras actividades.

El indicador social es un indicador socio económico. Es un concepto asociado a la investigación social, al diseño y gestión de proyectos sociales. Es una medida de resumen de preferencia estadística, referente a la cantidad o magnitud de un conjunto de parámetros o atributos de una sociedad. Permite, ubicar, clasificar las unidades de análisis (persona nación sociedad, etc.

Situación problémica

En el municipio de la Lisa, el personal con discapacidad en la etapa de mantenimiento no son atendidos correctamente y están excluidos de las actividades comunitarias, por tal motivo, el nivel de alcohol y el tabaquismo es muy alto, y afecta la salud de estos pacientes.

Las áreas de rehabilitación están muy abarrotadas, con los pacientes y no pueden dar solución a esta problemática.

Los especialistas en CFT, no poseen los recursos, ni las áreas adecuadas para tratar a pacientes con esta discapacidad. Además desconocen cómo se puede rehabilitar por medio de los aparatos biosaludables e incluir a estos pacientes a la comunidad.

Los especialistas de cultura física terapéutica no están lo suficientemente capacitados para trabajar con estos pacientes.

Objetivo General.

Determinar el impacto del programa de inclusión social en la ejercitación del movimiento, en los equipos biosaludables en los pacientes con enfermedades neurológicas de Municipio La Lisa.

Hipótesis.

Con la aplicación sistemática del programa de ejercitación del movimiento en los aparatos biosaludables, se logra la inclusión social de los pacientes con enfermedades neurológicas.

Métodos

Métodos teóricos.

Histórico lógico. Análisis y síntesis, inductivo-deductivo.

Métodos Empíricos.

La encuesta, el experimento, la medición, la observación.

Procedimientos. Comenzamos nuestra investigación con un Pesquizaje en el municipio para conocer le situación de los pacientes con secuelas de un Accidente Cerebro Vascular.

Posteriormente nos reunimos con los directivos del CVD Roberto Balado, los licenciados de Cultura Física y deporte, además con los médicos y los trabajadores sociales

Coordinamos con el Hospital Militar del Municipio, para que nos capacitara en la atención de estos pacientes en los biosaludables, que se encuentran en la etapa de mantenimiento. Posteriormente entrevistamos a los pacientes, los licenciados en cultura física, a los médicos y trabajadores sociales profesores. Explicamos y le enseñamos la metodología de los impactos de inclusión social.

Análisis de los resultados.

Análisis de los resultados cualitativos. Inicial.

Al inicio de la investigación EL 100% de los pacientes eran indecisos, dependientes, se encontraban deprimidos, no tenían habilidades para realizar las tareas cotidianas.

En el desarrollo personal, no tenían disposición para mejorar la salud, para planes futuros,

En la Dimensión Material. Limitada alimentación, vestuarios, ingresos insuficientes y un hogar disfuncional y básico. Estaban. Insatisfechos con sus vidas

Dimensión Salud. Presentaban enfermedades y secuelas, Insuficiente la gestión de la salud, consumían sustancias toxicas, Insatisfechos.

Dimensión Relacional. No tienen buenas relaciones humanas .Son personas insatisfechas

Dimensión ocupacional. La disposición ante el trabajo es inadecuada. No realizan actividades periódicas.

Dimensión ocio y tiempo libre. No aprovechan el tiempo libre, están insatisfechos.

Dimensión Comunitaria. Aunque existe reconocimiento jurídico, no poseen habilidades para beneficiarse de los recursos comunitarios.

Análisis de los resultados Final.

- Dimensión personal .El100% se encuentran estimulados, son creativos y son totalmente independiente. Recuperaron las habilidades para las tareas de la vida diaria. Tienen planes futuros.
- Dimensión material. Se alimentan bien, los ingresos siguen insuficientes y las viviendas básicas. se encuentran satisfechos.
- Dimensión Salud. El 100% tiene mejor salud, realizan las gestiones para sus tratamientos, disminuyo el consumo de sustancias toxicas están satisfechos.
- Dimensión ocupacional.
- Dimensión convivencial y familiar. Mejoro la higiene del hogar, las situaciones de conflictos.
- Dimensión Relacional. Mejoro las relaciones sociales y están muy satisfechos.
- Dimensión ocupacional. Están muy dispuesto realizando sus labores periódicas.
- Dimensión ocio y tiempo libre. Aprovechan al máximo su tiempo libre. Están muy satisfechos.
- Dimensión comunitaria. Reconocimiento Legal y jurídico .Aprovechan los beneficios que brinda la comunidad.

Resultados.

Se alcanzo un alto impacto cualitativo del programa de inclusión social , con la integración del movimiento en los aparatos biosaludables, en pacientes con secuelas de enfermedades neurológicas.

Conclusión.

1-El programa de ejercitación del movimiento en los equipos biosaludables tuvo un alto impacto en la inclusión social de los pacientes con enfermedades neurológicas del municipio la Lisa.

2-El estudio de los fundamentos teóricos metodológicos sobre la ejercitación en los aparatos biosaludables, en pacientes con enfermedades neurológicas contribuyó al desarrollo de nuestra investigación.

3-Las variables demográficas reflejaron que los factores de exclusión social se modificaron antes y después de aplicar el programa de ejercitación del movimiento en los equipos biosaludables.

4-Los resultados de la aplicación de los estadígrafos, reflejaron el alto impacto del programa de inclusión social.

Recomendaciones.

1-Continuar esta investigación con una muestra más numerosa.

2-Socializar los resultados de esta investigación en el territorio.

Referencias

1-El programa de ejercitación del movimiento en los equipos biosaludables tuvo un alto impacto en la inclusión social de los pacientes con enfermedades neurológicas del municipio la Lisa.

2-El estudio de los fundamentos teóricos metodológicos sobre la ejercitación en los aparatos biosaludables, en pacientes con enfermedades neurológicas contribuyó al desarrollo de nuestra investigación

3-Silver, Hillary (2007). The process of social exclusion: The dynamics of an evolving concept. United Kingdon: CPRC Working Paper 95, Brown University

4-Silver, Hillary (2007). The process of social exclusion: The dynamics of an evolving concept. United Kingdon: CPRC Working Paper 95, Brown University, p.12

5-Mauricio Rojas Mulor (2006) . UtanforsKapets Karta (Mapa de la exclusión). Estocolmo .Folkartie.

6-Oscar Lewis (1959).Five Family, Mexican Case studies in the culture of poverty New York Basic Books.

7-Robert Park (1952) the City. Chicago. Chicago University Press.

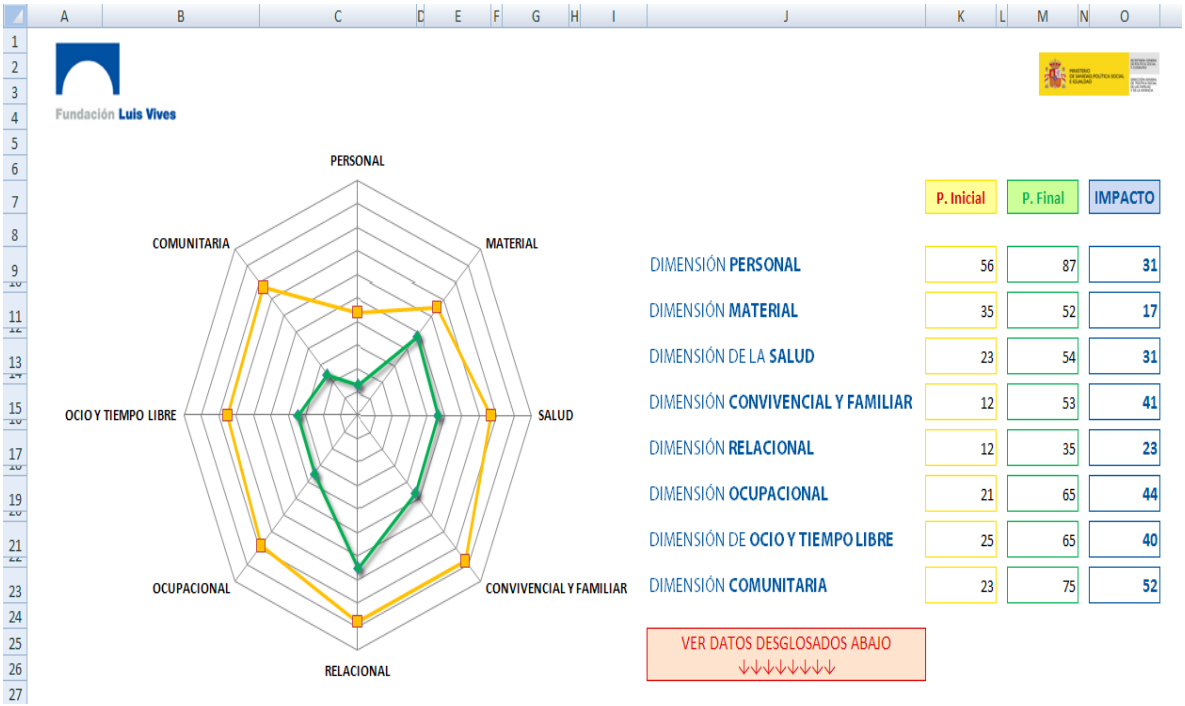
8-Roger Anderson (200). Rorligheten i de Utsatta Omradena. (La movilidad en los barrios vulnerables). Hermort Sverige. Norrkoping integratios verkert.

9-Ley 43/2009, de 29 de Diciembre para la mejora del crecimiento del empleo.

10 Patricia A. Downic (2011).CASH. Neurología para fisioterapeutas. 4Ta Edición .Buenos Aires. Editorial Medica Panamericana.

11-Rafael González Mas (1997) Rehabilitación Médica. Edición 1ra.

12-Tania Bravo (2006) Diagnóstico y rehabilitación de enfermedades ortopédicas Editorial Ciencias Médicas.



Título: La actividad física grupal en la recuperación parcial de pacientes con enfermedad de Parkinson del CIREN

Autor: Ariel Lombillo Herrera

Tutor: Dr. Armando Semanat Belison

País: Cuba

RESUMEN

La enfermedad de Parkinson fue descrita por primera vez 1817 por James Parkinson en su “ENSAYO SOBRE LA PARALISIS AGITANTE”. La definió como una enfermedad evolutiva caracterizada por tres síntomas fundamentales: temblor, acinesia y rigidez muscular.

. En nuestro centro existe un Programa diseñado para la enfermedad de Parkinson con objetivos bien definidos y actividades encaminadas a la recuperación parcial de dicha enfermedad con efectividad comprobada.

Además de la aplicación de este programa en el CIREN se viene desarrollando una actividad grupal y el objetivo que perseguimos con la realización de este trabajo es:

•Contribuir al desarrollo de la condición física de los pacientes con enfermedad de párkinson, a través de la actividad física grupal fundamentada con un carácter físico metodológico para el bienestar físico-psicológico que garantice el cumplimiento del programa intensivo establecido en el ciren.

EN la investigación se propone utilizar dos grupos de 40 pacientes cada uno. A un grupo de 40 se le realizará las actividades prevista en el Programa y además, la actividad grupal y el otro no recibirá dicha actividad. Los pacientes serán sometidos a una evaluación por el órgano que existe en el hospital que no participa el proceso de rehabilitación y se le aplicaran las diferentes escalas existentes en el mismo aprobadas para evaluar está enfermedad.

En la investigación se utilizara el método cuasiexperimental

INTRODUCCION

La Enfermedad de Parkinson Idiopático (EPI.) esta descrita como altamente incapacitante y para la cual no se ha logrado hasta el momento encontrar un método que elimine, ni siquiera detenga el proceso degenerativo de la misma. En estudios realizados se ha demostrado un método que empleando fármacos, cirugía y rehabilitación, combinados logran un buen efecto, pero no existe tratamiento curativo para esta enfermedad.

La literatura internacional hace referencia a la rehabilitación física, entre las medidas terapéuticas que influyen en la disminución de los síntomas motores de la EPI, sobre esta base se propone llevar a cabo un tratamiento de rehabilitación integral, acorde con los principios cardinales de la Neurorehabilitación y con los elementos fundamentales de la neuroplasticidad, que brindan posibilidades mucho más amplias.

La rehabilitación física juega un importante papel evitando complicaciones como:

• Deformidades y contracturas mioarticulares.
• Mejora la capacidad funcional
• Permite estrategias alternativas de movimiento.
• Corrige patrones de conducta motora,
• Induce mayor capacidad y tolerancia al ejercicio.
• Recupera movimientos voluntarios y semiautomáticos
• Contrarresta alteraciones motoras: mejora tiempo de reacción, velocidad de movimiento, tono muscular, alteraciones postulares, etc.

En los años recientes, ha habido informes prometedores de algunos programas físicos terapéuticos convencionales para la EPI. En esta revisión breve de la literatura, resumimos la evidencia con respecto a la eficacia clínica de la terapia física de diferentes estudios. A pesar de su historia relativamente larga, pretendemos darla a conocer de forma sintética.

Nuestro país, el CIREN es la institución científica que trabaja con un enfoque integral, multifactorial e intensivo para estimular la neuroplasticidad en aras de lograr mediante este método novedoso la elevación de la calidad de vida de

pacientes con lesiones o enfermedades del Sistema Nervioso. Este centro está estructurado en dos grandes programas terapéuticos, un área de investigación y seis clínicas altamente especializadas. Una de ellas es la Clínica de Trastornos del Movimiento y Enfermedades Neurodegenerativas.

El programa existente diseñado para la terapia física con objetivos bien definidos y actividades encaminadas a su recuperación con efectividad comprobada, viene desarrollando además una terapia física grupal, como antesala del programa ,con ejercicios específicos adaptados a pacientes con dicha patología, a cual surgió de manera empírica y no se ha comprobado su efectividad científica, por lo que se requiere de un instrumento planificado y organizado para los especialistas que trabajan con estos pacientes.

Interrogante Científica

¿Cómo organizar la terapia grupal de manera científica que nos permita desarrollar la condición física de pacientes con enfermedad de párkinson en el CIREN?

Objetivos Generales

1. Contribuir al desarrollo de la condición física de los pacientes con enfermedad de párkinson, a través de la actividad física grupal fundamentada con un carácter físico metodológico para el bienestar físico- psicológico que garantice el cumplimiento del programa intensivo establecido en el CIREN.
2. Proponer las pautas metodológicas de la actividad física grupal dentro del programa de párkinson del CIREN

Objetivos específicos

1. Comparar los resultados iniciales y finales de las pruebas y escalas que realiza el L.E.I.S. en el centro
2. Analizar los resultados obtenidos para la posible formulación de estrategias pedagógicas y terapéuticas para pacientes de párkinson del CIREN

Lo expresado anteriormente permite plantear como Objeto de Estudio los pacientes de párkinson. Dicho objeto precisa en el siguiente campo de acción la terapia física grupal.

Título: La comunicación signada en el proyecto “Aprender a nadar” para niños dentro del espectro autista.

Autores: M.Sc. Braisa Cruz Jiménez.
Lic. Yanaisis Martínez Díaz
Lic. Katia López Baeza
Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte
País: Cuba

Resumen

El objetivo principal del presente trabajo es implementar una propuesta de habla signada para mejorar la comunicación en los niños con trastorno del espectro autista (TEA) que asisten a las clases de natación del proyecto “Aprender a nadar” en el Combinado Deportivo #5 Camilo Cienfuegos. Para la realización de esta investigación se realizó una observación a las clases del proyecto Aprender a Nadar y se practicó una encuesta a los padres para definir las características más recurrentes en las malas conductas de los niños. Se hizo una revisión y análisis de documentos sobre el Autismo, la conducta y su comunicación para sustentar teóricamente la temática. Además de hacer un estudio del método del habla signada para su incorporación en el proyecto. Por último se le practicó una encuesta a especialistas del proyecto de Caritas Habana “Creciendo desde adentro” para determinar los métodos a utilizar para la implementación y valoración teórica de esta propuesta.

Palabras Claves: Habla signada, natación, autismo

SUMMARY

The main objective of the present work is to implement a proposal of signalspeech to improve the communication in the children with dysfunction of the autistic spectrum (TEA) that attend the classes of swimming of the project "to Learn how to swim" in the Sport Combinade #5 “Camilo Cienfuegos”. For the realization of this investigation it was carried out an observation to the classes of the project to Learn how to Swim and it was practiced a survey to the parents to define the most recurrent characteristics in the bad behaviors of the children. It was made a

revision and analysis of documents on the Autism, the behavior and their communication to sustain the thematic one theoretically. Besides making a study of the method of the signal speech for their incorporation in the project. Lastly it was practiced a survey to specialists of the project of Faces Havana "Growing from inside" to determine the methods to use for the implementation and theoretical valuation of this proposal.
KEY WORDS: signalspeech, swimming, autism.

INTRODUCCIÓN

La natación es un deporte que la mayoría de las personas practican, ya sea de forma recreativa o deportiva. Nadar es el arte de sostenerse y avanzar, usando los brazos y las piernas, sobre o bajo el agua. Debido a que los seres humanos no nadan instintivamente, la natación es una habilidad que debe ser aprendida. En Cuba la práctica de este deporte se realiza en los combinados deportivos y sus fines varían dependiendo de las personas que la practican. Se puede utilizar de manera recreativa, como deporte y de forma profiláctica en enfermedades como terapias en el asma bronquial, discapacidades físicas, mentales y motoras, en tratamientos para adelgazar y en los trastornos del desarrollo. En la actualidad se practica desde los seis años, aunque se les enseña a nadar a los niños desde los seis meses de edad. El profesor Bebito Smith fue el pionero en el trabajo a edades tempranas de la Natación en el Combinado Deportivo # 5 “Camilo Cienfuegos”. En este proyecto se trabaja con la entrada de los padres al agua para que el niño se sienta más seguro en el nuevo medio. La enseñanza se logra a través de la formación básica de la Natación (salto al agua, sumersión, flotación, respiración y locomoción).El mismo se efectúa de lunes a sábados en los horarios de la mañana y la tarde donde participan todos los interesados a aprender a nadar para lograr un menor índice de accidentalidad entre los infantes. Para la realización de las clases se apoyan en el juego como fuente de motivación y se utilizan diferentes medios como aros, tablas, pinturas de animales, números y figuras geométricas en el fondo de la piscina. El mismo incluye dentro de sus bases a los niños y niñas comprendidos entre los 6 meses y hasta los 7 años que comenzaría la edad de competencia en la Natación. A él asisten todos los infantes interesados desde el

programa “Educa a tu hijo”, escuelas con previo acuerdo con el combinado hasta los padres de otros municipios. En los últimos tres años se han sumado niños con Necesidades Educativas Especiales (NEE) entre los que se encuentran los Trastorno Generalizado del Desarrollo (TGD) y más específicamente dentro de los TGD, los niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA). En el trabajo con estos infantes las actividades en el medio acuático no solo sirven para aprender a nadar sino que estas también mejoran su aprendizaje, conducta, comunicación y socialización que son las áreas afectadas en su desarrollo. En el caso de estos alumnos no es un impedimento la edad porque debido a su trastorno se les enseña según características individuales en el tiempo que cada uno necesite. Autismo-proveniente del vocablo autos = limitación a sí mismo. Este trastorno se encuentra dentro de los Trastornos generalizados del desarrollo que según la red extra hospitalaria de Barcelona España extraído del clasificador mundial DSM-IV: El clasificador mundial DSM-IV plantea que el trastorno del espectro autista es un trastorno del desarrollo del sistema nervioso caracterizado por una alteración de la interacción social y de la comunicación, así como conductas repetitivas y estereotipadas y un funcionamiento intelectual generalmente subnormal; que afecta su capacidad para procesar la información y aparece antes de los 30 meses de edad. El estudio del autismo data del año 1911, cuando el psiquiatra suizo EngellesBleuder utilizó este término en su obra “Dementa PraecoxortheGroup of Schizofrenias” (Demencia Precoz o Grupo de esquizofrenias) para designar el alejamiento activo de sus pacientes esquizofrénicos. Simón Barón y Patrick Bolton plantearon que para diagnosticar a una persona con TEA, debe presentarse un retraso en el desarrollo del niño en las siguientes tres áreas:

1. Las relaciones sociales y el desarrollo social del niño son anormales (socialización)
2. El niño no logra establecer una comunicación normal (Lenguaje)
3. Los intereses y actividades del niño son limitados y repetitivos en lugar de ser flexibles e imaginativos (conducta).

Debido a los conocimientos adquiridos de esta patología se ha considerado también el aprendizaje como otra área afectada. Según investigaciones recientes

se ha descubierto que las personas con TEA en su mayoría no son retrasadas mentales, que el problema radicaba en el método de enseñanza. (Red extra hospitalaria de Barcelona España 2013). A las personas con TEA se les dificulta la aprensión del conocimiento por el método auditivo, ellos aprenden a través de la vista o sea a través de medios visuales, lo que hace más engorrosa la misión, ya que por naturaleza los profesores enseñan por el método auditivo y no por el visual, trayendo consigo la aparición de conductas disruptivas por parte de estos infantes. Una de las conductas inapropiadas más frecuentes son las perretas, generalmente se presentan durante el aprendizaje, cuando se les exige, (tiran objetos al suelo, se arañan, gritan etc.), como respuesta a la frustración, (ej: cambio de rutina, de refuerzo etc.). Graciela Castellarnau (Argentina) plantea que existen diversas manifestaciones en cuanto a las conductas disruptivas pueden ser desde agresiones a las personas que los rodean, autoagresiones, poca o nula atención entre muchas modalidades en dependencia de las características y costumbres de cada niño. La mayoría de los niños que se presentan en el proyecto Aprender a nadar con TEA tienen poco o nulo lenguaje, por lo que se les dificulta el hacerse entender y por consiguiente aparecen las malas conductas en correspondencia a su frustración por no obtener lo que desean. En el mundo de las personas autistas se necesita claridad y sencillez para entender los sucesos que les rodean. Los sistemas alternativos de comunicación: signos, expresiones faciales, distancia y orientación espacial, son herramientas útiles para comunicarse.Linda A. Hodgdon, M: ED. en su libro de estrategias visuales para mejorar la comunicación plantea que en las personas para quienes el lenguaje no funciona como una herramienta debido a las diferencias en los estilos de aprendizaje, deben emplearse otras herramientas de mediación, las cuales conducirán eventualmente a la autorregulación del pensamiento y la conducta. Su enfoque es consiente con la teoría de Vigotsky de la autorregulación de la conducta (es decir autodirección, autodeterminación). En la teoría de Vigotsky, el lenguaje es la herramienta primordial, en primer lugar utilizadas por otros para guiar e intervenir el pensamiento y la conducta del niño y eventualmente utilizada por el niño en su discurso interno para orientar su conducta y la solución de

problemas (Vigotsky 1978). El habla signada es un sistema diseñado para sustituir o aumentar el habla de personas con discapacidad severa en la comunicación. Se utiliza como una estrategia visual de comunicación en el desarrollo de la comunicación de las personas autistas. El programa de Habla signada de Schaeffer (Schaeffer, Kollinzas y Medowell, 1977; Scheaffer, Musil y Kollinzas, 1980; Schaeffer, 1978; 1980; 1982; 1986; 1993 está encaminado hacia la intervención del desarrollo de la conducta social. Este programa es el utilizado por las escuelas Dora Alonso y Cheché Alfonso de autismo para el desarrollo del lenguaje en la actualidad en Cuba. Ellos plantean que el uso del Habla signada aumenta las conductas sociales adaptativas, facilita la comprensión, los conceptos se representan en términos visuales y espaciales y es más fácil entenderlos. También se observa que losniños signan de manera espontánea para expresar deseos y signan instrumentalmente para evitar dificultades o situaciones desagradables. La aplicación sistemática de esta alternativa, facilita el proceso de comunicación, mejora la socialización y el comportamiento de los niños con autismo. Según lo analizado se hizo necesario el estudio del Habla signada para su inclusión en las clases del Proyecto Aprender a Nadar. Como un método para mejorar la comunicación de estos niños y lograr el cumplimiento de los objetivos de este programa, dado que la primera causa de la aparición de las malas conductas en ellos es la falta de comunicación.

SITUACIÓN PROBLÉMICA: En las clases de Natación del proyecto Aprender a nadar del CD Camilo Cienfuegos los niños con trastornos del espectro autista cumplen con mucha dificultad los objetivos planteados en cada sesión debido a sus problemas para comunicarse, apareciendo las conductas disruptivas. Lo que hace necesario mejorar su comunicación para erradicar las malas conductas.

PROBLEMA CIENTÍFICO: ¿Cómo mejorar la comunicación de los niños con trastornos del espectro autista que asisten al proyecto Aprender a nadar del CD Camilo Cienfuegos?

OBJETIVO: Implementar una propuesta de habla signada para mejorar la comunicación en los niños con trastornos del espectro autista del proyecto «Aprender a nadar» a través de actividades lúdicas variadas.

MUESTRA: La muestra utilizada para la realización de esta investigación se desglosó de la siguiente manera: 15 niños que asistían al proyecto sistemáticamente todas las semanas. 20 padres de un total de 15alumnos del proyecto aprender a Nadar. 1 profesora del proyecto Aprender a nadar. 12 profesores del programa “Crecer desde adentro” del proyecto “Caritas Habana”. Los mismos tienen un promedio de experiencia en su trabajo como pedagogos de 15 años y 7 años en el trabajo con Autismo. La muestra de niños que se utilizó para la realización de esta investigación fue una muestra intencionada.

MÉTODOS Y TÉCNICAS DE LA INVESTIGACIÓN:

Los métodos utilizados para dar respuestas a las interrogantes arrojadas en la investigación fueron:

Teóricos: Análisis y síntesis, permitió descomponer las características esenciales de los niños con autismo, para determinar sus características generales y los nexos que existían entre sus problemas conductuales y su poca o nula comunicación. Se realizó un estudio del tema para determinar cuáles son los aspectos principales para trabajar y mejorar la comunicación de los niños con TEA.

Análisis de documentos: Se realizó una recopilación de la literatura especializada y se analizaron los textos para conocer los fundamentos teóricos que sustentan las características de los TEA, de su comunicación y de la relación directa que existe entre las malas conductas y la falta de comunicación. Otro elemento a discernir en el análisis de documentos fue la manera más factible de hacerlo en la piscina y de cómo la literatura apoya el uso del Habla signada como método regulador de conducta en niños con TEA.

Empíricos: Encuesta: se les realizó a los padres de los niños con TEA del proyecto para tener datos más concretos sobre los problemas de conducta de los niños y de como la falta de comunicación afectaba su conducta. Además ellos son los que mayor tiempo pasan con los niños por lo que conocen mejor sus necesidades, sus gustos y motivaciones personales permitiendo a través de sus criterios individuales, planificar las clases con el habla signada en el proyecto de acuerdo a las características específicas de estos niños. Se les realizó a los profesores del

proyecto “Creciendo desde Adentro”, profesionales del trabajo con personas con TEA, para recopilar los datos necesarios además de elegir los métodos más certeros para la erradicación de las conductas disruptivas y el desarrollo de la comunicación, y desde un punto de vista científico profesional seleccionar un método adecuado para mejorar la comunicación que se ajustara al proyecto “Aprender a nadar”.

Observación: Se realizó en las clases del proyecto “Aprender a nadar” de una forma abierta y encubierta para determinar cómo y cuándo aparecían las malas conductas en los niños con TEA, también para conocer si los métodos utilizados eran suficientes para controlar la aparición de las conductas disruptivas y el cumplimiento del objetivo de la clase.

Método estadístico matemático: Se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 1.12 y el cálculo porcentual simple.Este método permitió el procesamiento de la información obtenida por otros métodos.

Resultados de la observación realizada a las clases de Natación del proyecto Aprender a Nadar.

Mediante este método se observó un total de cuarenta y ocho clases para determinar las causas de la aparición de las conductas disruptivas en los niños con TEA. En el 98% de las ocasiones resultaba difícil el cumplimiento de los objetivos de la clase debido a las malas conductas, por lo que se hizo evidente que los métodos utilizados eran ineficientes y que era necesaria la búsqueda de otros métodos para lograr mejorar su conducta. Aunque el trato de estos infantes por los profesores es el adecuado, estas conductas disruptivas podían llegar a ser autoagresiones o agresiones a otras personas que los rodeaban, perretas, se negaban a participar de los juegos planteados o hasta inclusive se negaban a entrar en la piscina, algo que no debía suceder porque este tipo de comportamiento debe ser anticipado a través de los métodos de enseñanza. Otro aspecto expuesto por la observación fue la relación directa que existe entre la falta de comunicación y la aparición de las conductas disruptivas que presentan estos niños debido a las características específicas del trastorno. El 90% de las apariciones de las malas conductas fueron debido a la frustración por la

incapacidad de expresar un deseo, la frustración por no poder realizar algún ejercicio, algún dolor, alguna enfermedad o que sencillamente estaba aburrido en la clase, estas observaciones resaltaron la implicación directa de la comunicación con las conductas indeseadas y la necesidad de un método funcional según las características de los TEA para lograr los objetivos planteados por clase.

Resultados de la encuesta realizada a los padres. Se le realizó la encuesta a 20 de los padres y de estos solo 17 estuvieron de acuerdo en introducirles este método a sus hijos ya que los otros 3 niños ya presentan comunicación funcional y expresiva, para el 100% de la muestra. En la primera pregunta referente a su experiencia como padres en los principales problemas de conductas presentados por sus hijos coincidieron en un 98% que los principales problemas de conducta que se presentan en los niños con TEA son producto a su falta de comunicación, es la desesperación por hacerse entender lo que hace que en estos niños aparezcan malas conductas. Una de las mayores preocupaciones que tienen los padres de niños con TEA es controlar las malas conductas porque con la aparición de estas se produce un deterioro del niño. El 80 % refieren que hay que darles lo que quieren aunque eso solamente les resuelve momentáneamente el problema, otros decidieron no prestar demasiada atención, ni preocupación, no rendirse, ya que esto podría sólo aumentarlas. Intentar trabajar a pesar de la rabieta como si nada sucediera. Darle la espalda, dejarlo solo, ubicarlo en un rincón, (observar en esta fase la reacción del niño pues puede resultarle un refuerzo, si lo que quiere el niño es precisamente no estar en el aprendizaje, en este caso no tendrá efecto). En estos casos si vieron resultados. En la segunda pregunta sobre la importancia que ellos como padres le conferían a las clases de Natación como terapia en un 100% afirmaron estar de acuerdo que utilizar como terapia las clases de Natación había mejorado la condición de sus hijos, se encontraban más relajados y centrados en su educación, además estaban más felices y dados a la interacción con otras personas. En la tercera pregunta que contenía el uso del Habla signada y su relación efectiva con las mejoras en la comunicación de los niños con TEA el 50 % respondieron que para ellos el uso del Habla signada es controversial, ya que muchos profesionales están en contra de ese método por el mito de que

después de que el niño adquiera el signo descartara el lenguaje expresivo, aunque después de las investigaciones recientes se ha revertido ese criterio pero no se ha erradicado. Para última pregunta se les preguntó a los padres que habían utilizado el método del Habla signada si los había ayudado a mejorar la conducta de su hijo. El 30 % de los padres encuestados se han atrevido a utilizar el método y afirman que es efectivo en el desarrollo del lenguaje en los niños con TEA, lo que les permitió la comunicación con sus hijos, la aparición del lenguaje expresivo y por consiguiente la desaparición de las conductas disruptivas. Resultados de la encuesta realizada a los especialistas del proyecto Crecer desde Adentro. Se realizó la encuesta en este proyecto porque los especialistas tienen una media de 15 años trabajando específicamente con TEA y provienen de diferentes centros de atención al autismo como la escuela especial Dora Alonso y el Ministerio de Educación y todos ellos tienen estudios de posgrados y maestrías en TEA. Los profesores integrantes de este proyecto en un 100% respondieron a la primera pregunta sobre en su experiencia como profesor que características conductuales eran más recurrentes en los niños con TEA exponiendo que son la intransigencia, la intolerancia a los cambios, perretas, autoagresiones, agresiones a las personas que los rodean, poca motivación o interés por cualquier actividad, ninguna o poca intención de comunicarse y en muchos casos ni si quiera mantienen contacto visual para no tener intimidad o prestarle atención a las personas que los rodean. En la segunda pregunta que respondía a si se habían encontrado necesitados de métodos alternativos para conseguir mejorar conductas indeseadas en niños con autismo el 100% explicaron que si, ya que la enseñanza a los niños con TEA no se debe realizar desde un punto de vista auditivo como normalmente estamos acostumbrados hacerla, si no desde lo visual. En la tercera pregunta en lo referente a la importancia que ellos le atribuyen al uso del Habla signada para la corrección de la conducta en los niños autistas afirmaron unánimemente que el habla signada es un método alternativo de comunicación que se basa en la visualización de la comunicación por lo que es efectivo para lograr la estimulación de la comunicación y posteriormente el lenguaje funcional y expresivo, lo que traería aparejado la mejora de la conducta en estos niños. Para dar respuesta a la

cuarta interrogante sobre la relevancia de utilizar como terapia la natación en niños con autismo afirmaron en un 100% que se han observado mejoras en los niños que asisten al proyecto “Aprender a nadar”. Se perciben cambios en su conducta, en su comunicación, en la socialización, en su aprendizaje, los padres refieren que se independizan un poco y que se mantienen más alertas al mundo que los rodean. Esto es gracias a la motivación que desata en estos niños la natación, que a través de ella no solo se logra que aprendan a nadar, si no que mejoren sus áreas afectadas por el autismo. Por último se les preguntó su criterio sobre las características que debía tener el uso del Habla signada en las clases de natación. El 100% de los profesores coincidió en que no se podían violar los pasos metodológicos de habla signada pues esto sería el fracaso de su uso. El primer paso que se debe realizar para la inclusión de este método como una comunicación alternativa en niños con TEA es comenzar con la expresión de los deseos, por lo que el primer signo que se les debe de introducir será el de la entrada al agua ya que es esto lo que más desean estos niños. Los especialistas del proyecto “Crecer desde adentro” refieren que el uso del habla signada se debe de utilizar con todos los demás métodos de enseñanza asociados al autismo como son la explicación visual, la paciencia, no reforzar conductas negativas y resaltar lo positivo, realizar la intervención según particularidades del sujeto y recordar que aunque son niños muy metódicos se aburren con facilidad, por lo que hay que variar sus ejercicios con intencionalidad en búsqueda de su atención dentro de sus gustos. Los profesores del proyecto de Autismo sugirieron hacer una lista de las motivaciones de estos niños por la natación para a través de las particularidades de estos, utilizarlas en la piscina según la necesidad de las clases. Además en la piscina no se trabaja como en los demás lugares profesor directamente al alumno y por separado, si no que se hace al unísono y a través del familiar que se encuentra en la piscina con el niño por lo que se debe de hacer a través del estudio de sus individualidades una integración con las palabras claves necesarias para realización de la clase de Natación.

Propuesta de trabajo para el habla signada en las clases de Natación para niños autistas. La base de la propuesta de implementación del habla signada en las

clases de natación en el proyecto Aprender a nadar es el programa del Habla signada de las escuelas de lenguaje aprobado por el Ministerio de Educación y el programa de intervención utilizados en las escuelas de Autismo y el proyecto “Crecer desde Adentro” de “Caritas Habana”. Los profesores que la impartirán no deben dejar al lado los otros métodos educativos para los niños autistas recordando que todos los métodos de enseñanza para niños autistas son eficaces para todos los niños, pero los métodos utilizados en los niños de otras enseñanzas no sirven para los TEA. En esta propuesta se va a dar uso de una investigación proveniente del proyecto de Autismo que después de una observación minuciosa lograron obtener una guía que sirve para dar paso a una mirada diferente pero certera a la hora de educar a las personas con TEA. Pasos metodológicos a seguir para el uso del habla signada en el proyecto Aprender a Nadar:

Tiempo de duración: este será determinado según las características de cada individuo, ósea tomara el tiempo que sea necesario en cada caso.

La modalidad de emisión: Este será visto desde dos vertientes la primera la imitación verbal y la segunda el lenguaje de signos. Lo primero será eliminar la falta de comunicación con el habla signada y después progresivamente se hará un desvanecimiento del habla signada por la instauración del habla.

Función lingüística empezará con la expresión de los deseos, después la referencia, posteriormente la petición de información y por último la abstracción.

La implementación de esta propuesta debe regirse también por los ocho principios del programa de habla signada que serían:

1. Comenzar con la expresión de los deseos.
2. Desenfatizar la imitación y el lenguaje receptivo.
3. Uso de la espera estructurada.
4. Promover y favorecer la autocorrección.
5. Evitar asociar la comunicación con el castigo.
6. Proporcionar información indirecta.
7. Recompensarles la espontaneidad e incluirla en los criterios de adquisición.
8. Enseñar el español signado o el lenguaje de señas usando la comunicación total.

Los principios deben asegurar que el niño primero aprenda el habla signada y empiece a comunicarse, pero después por él mismo desee despojarse del lenguaje de señas para dar paso al habla. Se realizará una lista de las palabras claves necesarias para dar el cumplimiento de las clases de Natación, de conjunto con estas palabras se hará un estudio de las particularidades de los niños para incluir las motivaciones individuales de cada uno. Para aumentar la probabilidad del uso total del habla y la eliminación del habla signada es necesario que cuando empiece a desvanecerse el habla signada se sigan tres principios:

1. Fortalecer las habilidades del habla necesarias para el lenguaje verbal enseñando al alumno a hablar alto y rápido.
2. Esperar al alumno para iniciar el lenguaje verbal.
3. Aumentar gradualmente la presión sobre el lenguaje hablado.

Se debe de respetar el orden en que se enseñan las funciones lingüísticas en el programa del habla signada. Los ejercicios propuestos se integrarán con una base lúdica, ya que se ejecutarán los objetivos propuestos a través de juegos. El habla signada debe ser un método utilizado para el desarrollo de la comunicación y en búsqueda de la erradicación de las malas conductas el en proyecto “Aprender a nadar” que se integre en las clases de Natación. No puede ser utilizado como algo paralelo por lo que los profesores tienen que prepararse para el reto que representa el uso del lenguaje expresivo y de señas al unísono para lograr la comprensión de estos niños y el cumplimiento de los objetivos de clase.

CONCLUSIONES

1. Las características fundamentales se encuentra en la incapacidad del uso del lenguaje verbal y comprensivo, no siguen instrucciones, entre otras, lo que conlleva a conductas hiper activas, perseverantes y alterándose en situaciones inesperadas.
2. Los fundamentos teóricos abordados constatan la importancia del Habla signada para el desarrollo de la comunicación en personas con TEA.
3. Las clases de Natación del proyecto “Aprender a nadar” benefician las cuatro áreas afectadas por el trastorno la socialización, la comunicación, la conducta y el aprendizaje.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aimard, P. y Morgon, A. (1986) Aproximación metodológica a los trastornos del lenguaje en el niño. ED. Masson. Barcelona- México.

2. Artigas, J. (1999)El lenguaje en los trastornos autistas. Revista Neurológica

3. Becali, Y. (2014) Alteraciones del lenguaje y comunicación en los trastornos del desarrollo.

4. Becker, M. (2013). ConsiderExerciseTherapyforYourAutisticChild recuperado de http://www.nutriculamagazine.com/consider-exercisetherapy- for-your-autistic-child/

5. Biasatti, F. (sa) Integración de niños autistas a las clases de Educación Física. Recuperado de: http://www.inatacion.com/articulos/ensenanza/autismo.html.

6. Campos, I. C. y Demósthene,Y (2013) Un futuro sin barreras. Manual de orientación a los especialistas que trabajan con niños con autismo de 0 a 6 años.La Habana.

7. C. Valenciana / salud Los beneficios de la natación en los niños con autismo Recuperado de http://www.abc.es/local-comunidad valenciana/20130529/abci-beneficios-natación- niños autismo 201305291231.html.

8. Colectivo de autores. (2011) Ayudando a niños en circunstancias difíciles. Manual para educadores. Ediciones Zas. Tegucigalpa, Honduras.

9. Demósthene, Y. (2015) La conducta social en los niños con Autismo. Tesis de doctorado. La Habana. ISPEJV

10. Deporte para niños con TEA (2012). Recuperado de: http://autismodiario.org/2012/05/10/deporte-para-ninos-con-tea/

Título: La natación terapéutica en la condición física relacionada con la salud de pacientes cardiópatas.

Title: Therapeutic swimming in physical condition related to the health of cardiopathic patients.

Autora: M.Sc. Braisa Cruz Jiménez, braisacj@uccfd.cu

Institución: UCCFD Manuel Fajardo

País: Cuba

Resumen

La natación terapéutica es una de las vías para llevar a cabo los procesos de rehabilitación hoy día dado por las propiedades que tiene y las posibilidades que le brinda al paciente, facilitando la mejoría de sus funciones, capacidades, movilidad, amplitud articular y la socialización. En la presente investigación se tiene como objetivo elaborar un programa de natación terapéutica que permita mejorar la condición física relacionada con la salud de los pacientes cardiópatas, que constituye un paso necesario en el proceso de prescripción del ejercicio físico. Las actividades propuestas tienen como fin, mejorar la condición física, aumento de la flexibilidad, incrementar la fuerza así como la resistencia aeróbica. La investigación se desarrolló a través de la aplicación de métodos teóricos y empíricos constatando los argumentos para diseñar el programa de natación terapéutica, siendo ellos el análisis documental e inducción-deducción que responden al enfoque metodológico, análisis-síntesis e hipotético-deductivo, y el método enfoque sistémico estructural. Los resultados alcanzados de la valoración empírica de la propuesta, su comprobación práctica, los test aplicados a partir de su viabilidad, factibilidad y potencialidad corroboraron según criterios de expertos, la mejoría de los sujetos estudiados; por lo que estos consideran que el programa es pertinente y se evidencia el cumplimiento de la relación entre los procesos regulativos y operativos corroborándose la hipótesis planteada.

Palabras clave: natación terapéutica, cardiópatas, condición física.

Summary

The sanative swimming is one of the ways to carry the procedures of the rehabilitation given today by the domains that it has and the possibilities that it offers him to the patient facilitating the improvement of its functions 'the abilities, the mobility, the articular ampleness, and the socialisation. the present investigation has as objective progressing, an alterative swimming broadcast allovis ,improment of phisical condition related with cardiópatas's patient health that constitutes a necessary step in the process of prescription of physical training. The proposed activities have as objetive the improme of flexibility strength physical coordination, aerobics resistance. was developed on the traverse for the application of theoric methods and empiricists confirming the arguments to model therapict swimming program being, they, the documentary analysis and induction–deduction to methodological the deductive analysis -synthesis, and thestructural -sistenc The reached effects of the empirical titration of the proposal, his aplication test amplied withits variability the practicality, and the potency confirmed according to experts' critis, the improvement in the subjects studid sothey consider the program is pertinen-and emicemces the appply af relation bet meen regulative and operativeprocess,aplyng the plated hypatesis cardipats
key word: the sanative swimming, cardiopts ,the physical condition**.**

Introducción

Cada año las causas fundamentales de defunciones por enfermedades cardiacas, están dadas por los malos hábitos alimentarios, la falta de actividad física con regularidad, entre otras, lo que ha incrementado el índice de factores de riesgo en enfermedades como obesidad, sedentarismo, hipertensión arterial, tabaquismo, diabetes mellitus tipo 2, enfermedades cerebrovasculares y cardiovasculares. Desde su creación en la década de 1960, la OMS planteó la necesidad de crear programas de rehabilitación, los que define como sistemas terapéuticos multifactoriales, en los que se incluyen pautas de control de factores de riesgo, actuaciones a nivel psicológico, social vocacional y sistemas de entrenamiento físico (1). Evidentemente las enfermedades cardiovasculares son las de mayor prevalencia mundial, lo que se refleja igual en las estadísticas nacionales,

requiriendo máxima atención. En Cuba el reporte de defunciones del año 2016 por enfermedades del corazón, como el Infarto Agudo de Miocardio y las hipertensivas, son las de mayor número en ambos sexos, en edades entre 59 y 79 años con un índice superior presente en el género masculino (2), continúan ocupando la posición cimera. Por consiguiente múltiples autores han abordado la rehabilitación cardíaca desde las bases reglamentadas por la OMS en atención a la condición física de los pacientes, entre ellos Maroto (1999) (3). Otros autores nacionales se destacan en las investigaciones sobre el proceso terapéutico en las enfermedades cardiovasculares que facilita la rehabilitación de la condición física de los pacientes cardiópatas, como Mazorra (1988) (4) y Hernández y cols. (2005) (5). La condición física relacionada con la salud ha sido abordada desde programas de entrenamiento físico lo que compete a la presente investigación. Según Navarro (1994), expresa que esta contribuye a un estado positivo de salud del organismo, reduciendo la posibilidad de enfermedades degenerativas, incrementando la eficiencia del trabajo y eliminando los dolores musculares. Para Clarke, (1971) (6) define la condición física como la capacidad de realizar trabajo diario con vigor y efectividad, es decir, con máxima eficiencia y mínimo gasto energético, retardando la aparición de la fatiga y previendo la aparición de las lesiones (7). La condición física orientada hacia la salud, centra su objetivo en el bienestar del propio sujeto, y en la consecución de un beneficio propio. Los componentes de la condición física relacionada con la salud se ven más influenciados por las prácticas físicas, asociándose estos, con un bajo riesgo de desarrollar prematuramente enfermedades derivadas del sedentarismo, según declara Bouchard (1994) (8). Por otro lado, la terapia acuática puede definirse como un procedimiento terapéutico que resulta del uso combinado del agua como medio y de técnicas y modelos de rehabilitación, con el fin de producir en la persona efectos curativos y recreativos que faciliten la función, a la vez que promuevan la adhesión al tratamiento y la consecución rápida de los objetivos propuestos para el mismo. (9) Estudios realizados también coinciden en que la natación, los juegos en el agua y la gimnasia dulce constituyen elementos de vital importancia para la vida e inserción en la sociedad (10, 11). De ahí que la

intervención desde los programas terapéuticos y la propia terapia por el ejercicio gocen de gran aceptación. Entre los antecedentes nacionales e internacionales relacionados con la temática se encuentran la propuesta de Cisneros (2002) Influencia de un programa de ejercicios físicos moderados en piscina terapéutica en los signos vitales y el sistema músculo-esquelético de los pacientes cardiópatas. Por su parte Da Silva, J., et al. (2006) quienes consideraron los efectos crónicos de un programa regular de natación sobre la tensión arterial de adultos hipertensos. Este programa tiene entre sus características la aplicación con frecuencia de tres veces semanales, con duración de 50 minutos cada sesión, durante un período de 10 semanas. Cada sesión fue dividida de la siguiente manera, 5 minutos de estiramiento y calentamiento, 40 minutos de natación siendo destinado el 20% de este total para las actividades de trabajo de piernas y, al final, 5 minutos de relajamiento y vuelve a la calma. Arocha (2011) aborda los beneficios de la respiración completa, definiendo que la respiración completa lenta y profunda reduce la carga de trabajo del corazón. Esto produce un corazón más eficiente y más fuerte, que funciona mejor y dura más tiempo. También se traduce en una tensión sanguínea reducida, y una probabilidad menor de sufrir una enfermedad cardíaca Todos ellos presentan como principales limitaciones la no existencia de vías para el control, objetivos específicos y métodos de entrenamiento, así como una clara dosificación de la actividad.

Por lo anteriormente expuesto se declara como objetivos elaborar un programa de natación terapéutica en piscina, que permita mejorar la condición física relacionada con la salud de los pacientes cardiópatas. Diagnosticar el estado actual de la atención terapéutica en piscina y la condición física relacionada con la salud en pacientes con enfermedades cardiovasculares y Constatar la viabilidad, factibilidad y potencialidad del programa de natación terapéutica para mejorar la condición física relacionada con la salud de los pacientes con enfermedades cardiovasculares.

Desarrollo

Epígrafe 1: Materiales y métodos

Los métodos aplicados como el análisis documental e inducción-deducción responden al enfoque metodológico de la investigación, facilitando el procedimiento y las operaciones lógicas del pensamiento expuesto en el proceso científico investigativo para arribar a la caracterización del estado actual de la atención terapéutica en piscina, el proceso de rehabilitación y mejoramiento de la condición física relacionada con la salud de los pacientes cardiópatas, infiriendo los indicadores y componentes más adecuados. En otra fase de la investigación orientada a determinar los modos de las exigencias para la rehabilitación, la relación entre los tipos de esfuerzo y las capacidades que se ponen de manifiesto predominaron los métodos análisis-síntesis e hipotético-deductivo, este último utilizado para anticipar la hipótesis que sintetiza los conocimientos conceptuales que tipifican la transformación del objeto de estudio. A partir del método enfoque sistémico estructural se construyó la estructuración de la forma de introducción de la concepción metodológica instrumental, expresando sus niveles jerárquicos de coordinación y retroalimentación. Así como la modelación permitió argumentar los componentes que regularizan la atención terapéutica en piscina y que dan cuenta de la transformación del objeto estudiado. La observación pedagógica directa se comportó como contraparte de la revisión documental, la misma fue orientada a develar las características y protocolos de entrenamiento físico en las sesiones de rehabilitación para explorar y caracterizar el comportamiento del objeto estudiado y en el medio acuático de forma estructurada para conocer el nivel de habilidades acuáticas a partir de las cualidades de la formación básica de la natación de los pacientes utilizada como indicadores. La medición se utilizó para atribuirles valores numéricos a las variables funcionales evidenciadas por los pacientes cardiópatas estudiados durante los test aplicados. El estudio se desarrolló en piscina terapéutica, con una temperatura de 30°C, también se utilizaron tablas de nado y barras flotadoras.

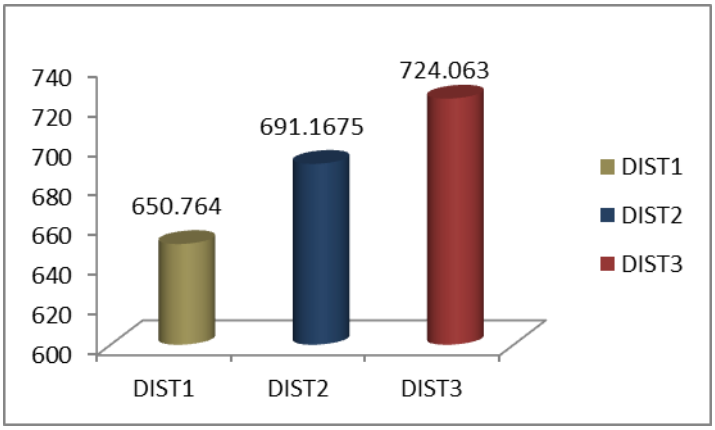
Epígrafe 2: Resultados y Discusión

Fueron seleccionados 20 cardiópatas de manera intencional, representados por 13 mujeres y 7 hombres, con un rango de edad entre 57 y 63 años. Presentando enfermedades como Infarto Agudo del Miocardio, Angina Microvascular

Hipertensiva e Hipertensión arterial. El programa de natación terapéutica tiene una duración de 12 semanas, con tres frecuencias de clases semanales; la intensidad de los ejercicios oscilan entre el 50% y 80% de la frecuencia cardíaca máxima en dependencia de las etapas por la que transita, todo ello regido por los principios y leyes en la que se sustenta. La evaluación funcional de los pacientes fue a partir de los parámetros del test de caminata de los 6 minutos modificado, valorándose la tensión arterial máxima, tensión arterial mínima, FC esfuerzo, consumo máximo de oxígeno, distancia recorrida y pulso de entrenamiento, cada cuatro semanas de este período, comparándose los resultados alcanzados a través de la dócima no paramétrica de Friedman.

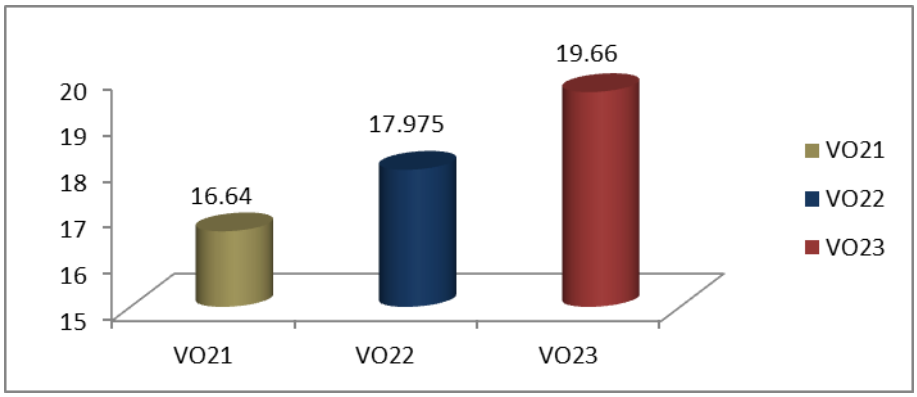
La prueba de esfuerzo (espiroergometría) aplicada en bicicleta estática, demostró que el 100 % de los evaluados (mujeres y hombres) presentan una condición física favorable debido a que los resultados obtenidos se enmarcan entre los 6 y 13 METS, lo que responde a los grados I y II con bajo riesgo cardiovascular, favorable para recibir la terapia acuática. Los valores obtenidos en el consumo máximo de oxígeno los que se encuentran entre 11.8 y 15.3.

Gráfico 1 Distancia recorrida



Se pudo observar que los valores de la distancia recorrida es uno de los parámetros con mayor relevancia en el test de caminata, debido a que evalúa la resistencia aeróbica adquirida por los pacientes durante su preparación en el programa de natación terapéutica. Los resultados muestran el incremento de la distancia total recorrida en 73,25 m entre la primera y tercera prueba, siendo el incremento entre la inicial y segunda de 40,3 m y 32,95 m entre la segunda y última. Al realizar el análisis comparativo de los metros alcanzados en la distancia recorrida se encuentran en una evaluación entre mediano y alto de los valores de la tolerancia al esfuerzo a una intensidad entre 100 y 130 metros por minutos, mejorando entre la prueba inicial y final.

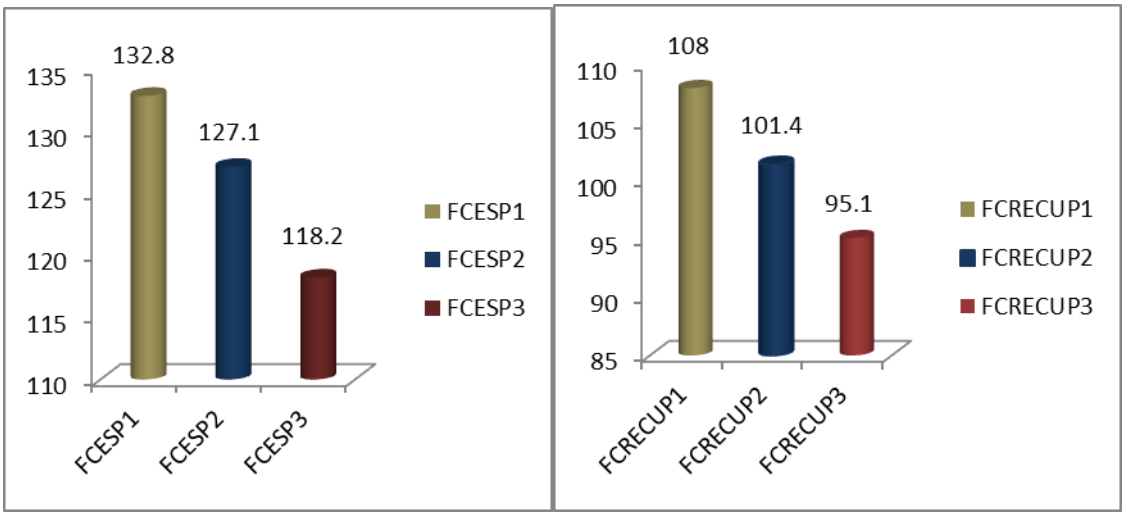
Gráfico 2 Consumo máximo de oxígeno (Vo2máx.)



El consumo máximo de oxígeno es una de las variables a controlar de mayor importancia, la misma guarda estrecha relación con la distancia recorrida. Durante la aplicación del test se observó como resultado de la aplicación del programa de natación terapéutica que los valores aumentaron favorablemente en 5,55 ml/kg./min de manera ascendente entre la primera prueba y la última. Cuando se realizó la valoración del comportamiento del Vo2máx. respecto a la distancia recorrida utilizando la tabla referencial de valores de Vo2máx. se constató en el transcurso de la primera medición a la segunda, los pacientes mostraron un nivel

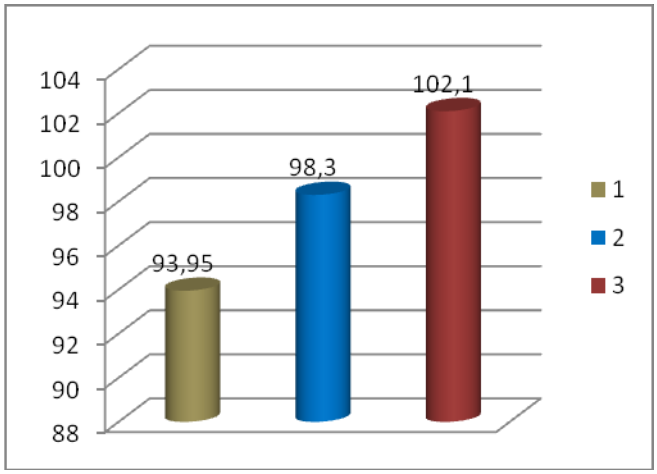
de bajo a medio, los valores alcanzados llegaron hasta 19,6 según la clasificación de la New York Heart Association (NYHA).

Gráfico 3 y 4 Frecuencia cardiaca específica y de recuperación



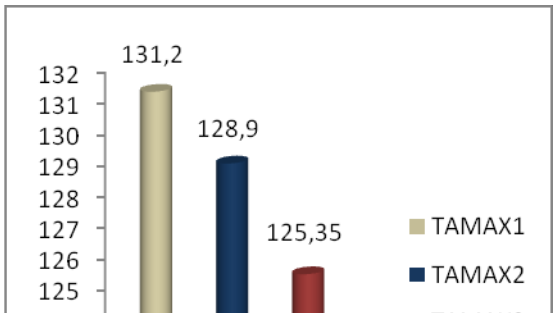
Los valores alcanzados en las frecuencias cardiacas tomadas durante el esfuerzo o específica, muestra la asimilación de las cargas recibidas por los pacientes, las cuales representan uno de los parámetros de mayor importancia. En la frecuencia cardiaca obtenida durante el esfuerzo también se manifiesta mejoría observándose una disminución de las pulsaciones por minutos entre las dos primeras pruebas para una diferencia entre 5,7, y 9,3 entre las dos últimas, resultando estos valores positivos. Se evidencia la disminución de los valores entre cada momento, para un total de 14,6 pulsaciones. Seguidamente se expresan los valores de la frecuencia cardiaca de recuperación, con una diferencia de 13 latidos entre la prueba final e inicial, comportándose los valores intermedios de la primera con relación a la segunda prueba y entre esta y la tercera oscilan entre 6,3 y 6,6. Demostrándose la adaptación de los pacientes al esfuerzo durante el entrenamiento físico, influyendo positivamente en el mismo.

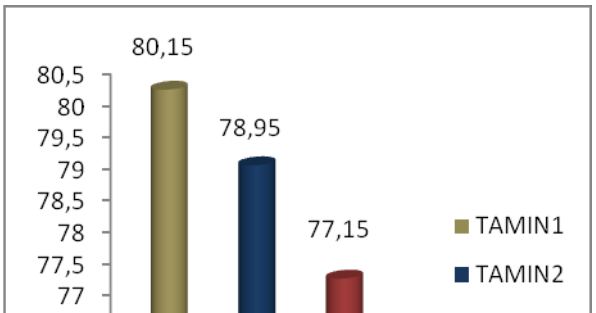
Gráfico 5 Pulso de entrenamiento.



El pulso de entrenamiento presentó un resultado positivo, debido a que existió un incremento de 4,4 ppm entre la prueba inicial y la segunda. Al comparar los resultados obtenidos entre la segunda y última prueba hubo un incremento de 3,8 ppm. De manera general en el grupo de estudio se observó un aumento total de 8,15 ppm entre la prueba inicial y la final. Ello justifica que los pacientes puedan asimilar y adaptarse a las cargas aplicadas; observándose una relación armónica y manteniéndose relativamente estables las frecuencias cardíacas, el consumo de oxígeno y la presión arterial.

Gráfico 6 y 7 tensión arterial máxima y mínima.

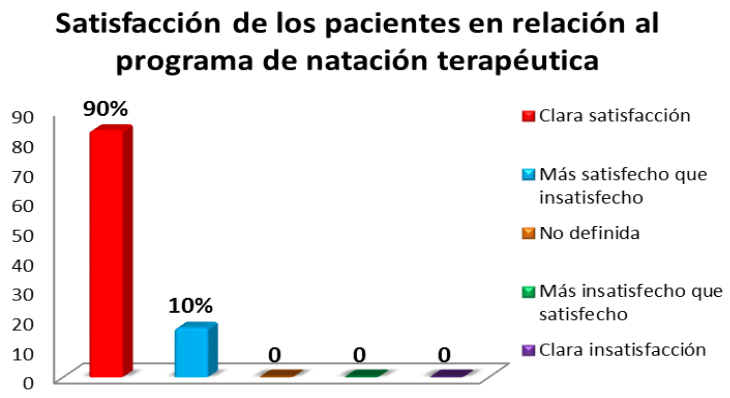




Al realizar la valoración del test de caminata de los seis minutos se puede observar que los valores de tensión arterial máxima durante la primera y la segunda medición presentan una disminución relativamente baja (1,3 mmHg) durante las primeras cuatro semanas de tratamiento. Sin embargo ocurre algo similar al comparar la segunda medición respecto a la tercera, donde los valores se encuentran en 3,6 mmHg. Como resultado final al analizar la trayectoria de la variable se observó una disminución importante entre la primera y última de 4,9 mmHg.

En cuanto a la tensión arterial mínima se describen los valores promedios registrados en los tres momentos de la prueba. Se observa la disminución en 3 mmHg entre la prueba inicial y la final, y respecto a la prueba inicial y la segunda fue de 1,2 mmHg y entre la segunda y la tercera 1,8 mmHg. Por lo cual la investigadora considera favorable los resultados alcanzados, notándose las diferencias entre las pruebas aplicadas.

Gráfico 8 Nivel de satisfacción



Para determinar el nivel de satisfacción de los pacientes respecto al programa de natación terapéutica se aplicó la técnica Iadov. Con respecto a la interrogante acerca de qué le gusta más al paciente del contenido del programa de natación terapéutica, el 100%, hace referencia a la diversidad de ejercicios aprendidos; haciendo alusión a la organización de los contenidos. Lo que evidencia una respuesta de clara satisfacción. En cuanto a la segunda interrogante sus resultados se refieren sobre lo que más le disgusta de los contenidos del programa, el 100% expresan desacuerdo con los ejercicios en el lugar (movimiento de piernas de libre). No gozan de gran aceptación, aun cuando ayudan en el proceso de aprendizaje. A pesar de esta contradicción se sienten más satisfechos que insatisfechos. Al realizar un análisis crítico de la investigación, la autora considera que los ejercicios de natación terapéutica presentan aceptación por los participantes, dado que se logra una excelente socialización y oportuna variedad en los ejercicios aplicados, implicando el cumplimiento de los objetivos del programa que influyen de manera positiva en la respuesta funcional y adaptación a la actividad física.

Al realizar un análisis crítico de la investigación, la autora considera que los ejercicios de natación terapéutica presentan aceptación por los participantes, dado que se logra una excelente socialización y oportuna variedad en los ejercicios aplicados, implicando el cumplimiento de los objetivos del programa que influyen de manera positiva en la respuesta funcional y adaptación al ejercicio físico.

Conclusiones

1. La estructura del programa de natación terapéutica propuesto, su contenido y metodología, se determinan por la concepción teórica metodológica que lo sustenta, dada en el ajuste a los objetivos de la rehabilitación del paciente cardiópata.
2. La aplicación práctica del programa de natación terapéutica a los pacientes cardiópatas constató que los resultados alcanzados en las pruebas reflejan la mejoría de la condición física relacionada con la salud.

Referencias bibliográficas

1. Bouchard C, Shepard R. Physical activity (1993) Fitness and health: the model and key concepts. Champaign: Human Kinetic. p. 11-24.
2. Ceballos, J. (1999). El adulto mayor y la actividad física. Monografía. UNAH. La Habana.
3. Clarke, (1971) Manual de metodología del entrenamiento deportivo. Barcelona: Paidotribo.
4. Da Silva, J. E., Santos Pereira, J., Natali, A. J., Gomes de Souza Vale, R., & Martin Dantas, E. H. (2006). Efectos crónicos de un programa regular de natación Sobre la tensión arterial de adultos hipertensos. Journal of Sport Science 2(2), 15-24.
5. Hernández González, R., Ponce, E., Salazar, Y., Aguilar, E., Agramonte, S. (2005). Utilización de un test de terreno para evaluar la capacidad funcional en pacientes con enfermedades cardiovasculares. efdeportes.com, 10(81)
6. Maroto, J.M., De Pablo, C., Artigao, R., Morales, M.D. (1999) Rehabilitación cardíaca. Barcelona: OLALLA.
7. Martínez Muñoz, L. F., Santos Pastor, M. L., & Casimiro Andújar, A. J. (2009). Condición física y salud: un modelo didáctico de sesión para personas mayores. Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte 9(34), 4-10.
8. Mazorra Zamora, R. (1988) Actividad Física y Salud. La Habana: Científico-Técnica.

9. Ministerio de Salud Pública (2016). Dirección de Registros médicos y Estadísticos. Anuario Estadístico de Salud. La Habana.
10. Mogollón Méndez, A. (2005) Principios del agua. Revista ASCOFI, Vol. 50
11. Organización Mundial de la Salud (1969), Oficina Regional para Europa. The rehabilitation of patients with cardiovascular disease. Report of a seminal. EURO 0381, Copenhague.
12. Pérez Coronel, P.L. (2009). Rehabilitación Cardíaca Integral. La Habana: Ecimed
13. Saavedra, C. (2004) Efectos del ejercicio físico de alta y baja intensidad sobre variables fisiológicas y la composición corporal. Congreso de Osteología y Metabolismo Mineral Óseo. Santiago de Chile.

Titulo: La preparación de los padres en torno al juego como herramienta terapéutica en niños de 2 a 3 años de vida con retardo en el desarrollo psicomotor.

Autora: Lic. Yessica Parra Hourdequint

Tutores: Dr. C. Jerry Bosque Jiménez

Dr. C. Jorge de Lázaro Coll Costa

País: Venezuela

RESUMEN

El juego es una actividad inherente al ser humano, con ella el hombre, aprende a relacionarse en el ámbito familiar, cultural y social. Desde la antigüedad se utiliza como método socializador y de enseñanza por el hombre de manera empírica en el desarrollo de habilidades en los niños y jóvenes que aprendían de los mayores y se trasmitían de generación en generación. De esta forma los niños desde edades tempranas, lograban asimilar de una manera más fácil los procedimientos de las actividades cotidianas. Considerado una forma de incrementar las relaciones humanas, el juego, permite la estimulación del desarrollo psicomotor en las áreas motora, cognitiva, social y del leguaje además de facilitar a padres o cuidadores conocer mejor a sus niños en cuanto a capacidades, destrezas, limitaciones, etc.

Este estudio apoya la idea de la intervención familiar, enfocada en la preparación educativa acerca de la situación por la cual está pasando el paciente (niño/niña), brindándoles el juego como herramienta terapéutica destacando su uso adecuado lo que les permite a los padres potenciar las capacidades psicomotoras de sus hijos. Se hace énfasis en reconocer el proceso rehabilitador como un todo, donde intervienen un equipo multidisciplinario de conjunto con la familia, que utilizando el juego podrá favorecer el desarrollo psicomotor de los infantes por lo que es premisa la necesidad de capacitarla para cumplir con una adecuada evolución fisioterapéutica.

SINTESIS.

Título: Preparación de padres en el uso del juego para contrarrestar el retardo psicomotorde sus hijos.

Resumen

El juego es una actividad inherente al ser humano, con ella el hombre, aprende a relacionarse en el ámbito familiar, cultural y social. Desde la antigüedad se utiliza como método socializador y de enseñanza por el hombre de manera empírica en el desarrollo de habilidades en los niños y jóvenes que aprendían de los mayores y se trasmitían de generación en generación. De esta forma los niños desde edades tempranas, lograban asimilar de una manera más fácil los procedimientos de las actividades cotidianas. Considerado una forma de incrementar las relaciones humanas, el juego, permite la estimulación del desarrollo psicomotor en las áreas motora, cognitiva, social y del leguaje además de facilitar a padres o cuidadores conocer mejor a sus niños en cuanto a capacidades, destrezas, limitaciones, etc.

Este estudio apoya la idea de la intervención familiar, enfocada en la preparación educativa acerca de la situación por la cual está pasando el paciente (niño/niña), brindándoles el juego como herramienta terapéutica destacando su uso adecuado lo que les permite a los padres potenciar las capacidades psicomotoras de sus hijos. Se hace énfasis en reconocer el proceso rehabilitador como un todo, donde intervienen un equipo multidisciplinario de conjunto con la familia, que utilizando el juego podrá favorecer el desarrollo psicomotor de los infantes por lo que es premisa la necesidad de capacitarla para cumplir con una adecuada evolución fisioterapéutica.

INTRODUCCIÓN

Los juegos son considerados como parte de una experiencia humana y están presentes en todas las culturas. La primera referencia sobre juegos que existe data del año 3000 a. C. Probablemente, las cosquillas, combinadas con la risa, sean una de las primeras actividades lúdicas del ser humano y al mismo tiempo una de las primeras actividades comunicativas previas a la aparición del lenguaje. El juego es una actividad inherente al ser humano, con ella el hombre, ha aprendido a relacionarse en el ámbito familiar, material, cultural y social. Etimológicamente, los investigadores refieren que la palabra juego procede de dos vocablos en latín: "iocum y ludus-ludere" ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica. Esta es una de

las mejores maneras de entablar relaciones afectivas (tan importante desde la tierna edad del recién nacido). Constituyen actividades fundamentales para el crecimiento del niño, además permiten a los padres conocer las preferencias, capacidades, limitaciones, carácter, etc. de sus hijos. En este sentido Gutton, P, citado por Watson, H (2008), lo define como una forma privilegiada de expresión infantil.

El papel del juego como herramienta terapéutica puede contribuir a que los niños y niñas con discapacidad se sientan estimulados, protegidos y disfruten el pleno goce en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales; promoviendo el respeto de su dignidad inherente. Por ello el presente artículo tiene como **objetivo** realizar una teorización acerca del juego como herramienta terapéutica, esta teorización constituye además la primera fase de una investigación en curso perteneciente a una tesis de maestría.

Según la UNESCO en el 2009:

"(...) La familia entendida como espacio de cuidado de los niños y niñas, de preocupación por su bienestar, y el infante como un ser distinto del adulto, con características propias. El derecho al desarrollo incluye todas las cosas necesarias para que los niños y niñas alcancen su mayor potencialidad teniendo en consideración que la libertad, la familia y la educación son parte integral del progreso del niño".

Tomando esto en consideración se reconoce a la familia como la unidad colectiva natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a recibir protección desde el punto de vista social y del Estado. En este sentido, Venezuela desde 1992 forma parte de la Asamblea de las Naciones Unidas: durante el 2006 y 2007 los "discapacitados" estuvieron inmersos en un proceso de inclusión social en el que se ha venido avanzando desde diferentes frentes dentro del país, pero la tarea es ardua y continúa cada día.

Para la mayoría de los padres la llegada de los hijos es sinónimo de felicidad, pero el proceso evolutivo por el cual el niño pasa en muchos casos es desconocido para estos, se da por sentado que el niño hará en su momento todo lo correspondiente a su edad sin conocer por ejemplo: ¿Qué exámenes son prioritarios al momento de nacer y por qué?, tales como: corroborar aquellos hitos que debieran estar presentes para la edad y también para las edades inmediatas. Además de ello, conocer que si se tuvo un recién nacido de pretérmino de 28 semanas, tiene ahora por lo tanto que restarse las semanas de gestación que faltaron dentro del vientre materno; para

evaluar si su desarrollo psicomotor es normal y va acorde a su edad gestacional.

En las diversas áreas de la salud pública y educativa en Venezuela, se presenta una deficiencia en cuanto al diagnóstico anticipado del retardo del Desarrollo Psicomotor del niño, el buen tratamiento de las lesiones psicomotoras infantiles se basan en un diagnóstico precoz, promoción y prevención de la salud; es en edades tempranas donde debería darse la más estrecha vigilancia de la evolución del niño en cada etapa de su desarrollo psicomotor en atención a las cuatro áreas principales del desarrollo que comprende: las áreas motoras, cognitivas, social y del lenguaje divididas así para evaluar el desarrollo fisiológico sano de niño.

En este sentido, Venezuela cuenta con el centro de rehabilitación, ubicado en el Fuerte Tiuna. Tras visitas realizadas a este centro, se pudo constatar que entre sus fortalezas posee un personal profesional con experiencia; actualizados con los avances de la ciencia, buena infraestructura, implementos para ejecutar las terapias, programas de trabajo, equipo técnico, gimnasio infantil, equino-terapia, terapia-ocupacional, área de masaje y más; para la rehabilitación y estimulación de niños con retardo en el desarrollo psicomotor y diferentes discapacidades; pero tiene una debilidad: el recurso humano que posee es insuficiente para la demanda del lugar, ocasionando disminución en el tiempo de atención a los pacientes (30 minutos por día), menos frecuencia en las sesiones terapéuticas (solo 2 sesiones por semana), desmotivación por parte de los padres o acompañantes de los niños, esto genera un impacto psicológico negativo en el proceso rehabilitador que se ve reflejado al no cumplirse adecuadamente con la sistematicidad, constancia, continuidad que lleva el desarrollo fisioterapéutico; a su vez los padres de los niños de dos a tres años desconocen las potencialidades que tiene el juego como herramienta terapéutica, por lo que surge la necesidad de buscar una vía para solucionar esta **Situación Problemática**. Por tal razón emana la necesidad de formular el siguiente **Problema Científico**: ¿Cómo potenciar la preparación de los padres de niños de 2 a 3 años de vida con retardo en el desarrollo psicomotor, a través del juego como herramienta terapéutica?

Objeto de estudio

El juego como herramienta terapéutica.

Campo de acción

La preparación de los padres en torno al juego como herramienta terapéutica en el Desarrollo psicomotor en niños de 2 a 3 años de edad.

Para dar solución al Problema Científico anterior se traza como **Objetivo General**: Brindar a padres de niños de 2 a 3 años de edad, una propuesta de juego como herramienta terapéutica para potenciar el desarrollo psicomotor de sus hijos en el Centro de Rehabilitación Fuerte Tiuna.

Dando seguimiento a lo lógica investigativa se plantean las siguientes **Preguntas Científicas**, como hilo conductor del presente estudio:

1. ¿Qué fundamentos teóricos existen en torno al juego como herramienta terapéutica y su aplicación en niños con trastornos en el desarrollo psicomotor?
2. ¿Cuál es el estado actual de las actividades de juego que los padres de niños de 2 a 3 años de vida con retardo del desarrollo psicomotor, practican con ellos?
3. ¿Qué propuesta de juego como herramienta terapéutica contribuiría a la preparación de los padres de niños de 2 a 3 años de vida para potenciar el desarrollo psicomotor de sus hijos, en el Centro de Rehabilitación Fuerte Tiuna?
4. ¿Cómo evaluar la propuesta en su diseño, implementación práctica y sus resultados?

Buscar las respuestas a estas preguntas científicas se realiza a través de las siguientes **Tareas Científicas:**

1. Identificación de los fundamentos teóricos en torno al juego como herramienta terapéutica y su aplicación en niños con trastornos en el desarrollo psicomotor.
2. Diagnóstico del estado actual de las actividades de juego que los padres de niños de 2 a 3 años de vida con retardo del desarrollo psicomotor, practican con ellos.
3. Elaboración de una propuesta de juego como herramienta terapéutica que contribuya a la preparación de los padres de niños de 2 a 3 años de vida para potenciar el desarrollo psicomotor de sus hijos, en el Centro de Rehabilitación Fuerte Tiuna.
4. Evaluación de la propuesta en su diseño, implementación práctica y sus resultados.

Población y Muestra

La presente investigación se lleva cabo en el centro de Rehabilitación Fuerte Tiuna, ubicado en Venezuela-Caracas. Este centro atiende a personas en etapa: preescolar, escolar y adulta con algún retardo y/o discapacidad. En el caso específico que nos ocupa atiende a una población de 17 niños en edad preescolar

con retardo en el desarrollo psicomotor y en el caso de las edades entre 2 y 3 años,y sin ningún tipo de discapacidad, existen un total de 11 niños que constituyen el 64,7% de la población utilizada. Se trabajará con los 11 niños de 2 a 3 años que asisten al centropara un 100% y además con sus padres, que suman un total de 22.

Como se trató anteriormente, desde sus orígenes el juego es parte de la vida del hombre, es tan antiguo como la vida misma ya que, desde que nace, el ser humano comienza a jugar. El filósofo griego Platón expresó...”La Educación debe comenzar con la acertada duración de los juegos infantiles”... Es necesario destacar que diversas teorías han surgido en relación con los juegos, su desarrollo, significación e importancia entre ellas el uso del juego como herramienta terapéutica. Esta se perfila como una oportunidad para afrontar los problemas, expresar las preocupaciones y afrontar la realidad. En ocasiones, los juegos se perciben como actividades sin relevancia alguna. Sin embargo, el juego es mucho más que eso. Es por ello que en esta investigación se quiere brindar a los padres de niños con retardo en el desarrollo psicomotor el conocimiento y las bases para permitirles a estos potenciar las capacidades de sus hijos; en las últimas décadas se han realizado una gran cantidad de estudios enfocados al sistema familiar de las personas que están en proceso de rehabilitación. Estos estudios han abarcado desde la importancia del rol que desempeña la familia dentro de las diferentes intervenciones, hasta la exploración acerca de cómo se ven estas familias afectadas por la situación que enfrentan. Como consecuencia de esto, diferentes disciplinas se han dedicado a trabajar en los cuidados y en la educación que se les debe brindar a dichas familias, ya que, “los familiares mediante actividades de cuido informal, son la principal fuente de ayuda a las personas que tienen dificultades para cuidar de sí mismas” (Gatzet.al., 1995 citado por Cerrato, Fernández, López y Sánchez, 1998).

Para Lara (2004) un proceso de rehabilitación en el cual participe la familia ofrece una mayor probabilidad de que el paciente desarrolle plenamente sus capacidades. Este estudio apoya la idea de que la intervención a las familias debe ser enfocada en educarlas acerca de la situación por la cual está pasando el paciente; dicha intervención debe ir dirigida a la modificación de estilos de pensamientos, creencias y puntos de vista que conforman el componente cognitivo de las actitudes. Es de vital importancia reconocer la labor del cuidador en el proceso de rehabilitación que cumple sin desatender sus propios cuidados.

Para la autora es de suma importancia brindar información veraz a los padres y

familiares de niños con retardo en desarrollo psicomotor por ello se presenta en el trabajo la siguiente tabla donde quedan recogidos los factores de riesgo más comunes en cada uno de los grupos de riesgo que exponen los autoresRobles Vizcaíno, M. C y col (2008).

Factores de riesgo biológico, sensorial y ambiental		
Factores de riesgo biológico	**Factores de riesgo sensorial visual**	**Factores de riesgo sensorial auditivo**
Prematuridad. Retraso crecimiento intrauterino Pérdida de bienestar fetal (encefalopatía hipóxico-isquémica). Convulsiones neonatales Microcefalia Infección del SNC (meningitis, encefalitis, ventriculitis) Infecciones congénitas Neuroimagen patológica Anomalías metabólicas (hipoglucemia, hiperbilirrubinemia con exanguinotransfusión) Anomalías congénitas Postoperados cirugía cardíaca (CEC) Enfermedad pulmonar	Ventilación mecánica prolongada. Gran prematuridad. RN con peso<1500g. Hidrocefalia. Infecciones congénitas del SNC. Patología intracraneal detectada por ECO/TAC Síndrome malformativo con compromiso visual Infecciones postnatales del SNC Asfixia severa	Hiperbilirrubinemia Gran prematuridad RN con peso <1500g Infecciones congénitas del SNC Aminoglucósidos durante un periodo prolongado y/o con niveles plasmáticos elevados Síndromes malformativos con compromiso de la audición Antecedentes familiares de hipoacusia Infecciones postnatales del SNC Asfixia severa
Factores de riesgo ambiental		
Enfermedad mental de padres o cuidadores Drogadicción de padres o cuidadores Malos tratos Bajo nivel socioeconómico Disfunción o disrupción familiar Madre adolescente		

Metodología

Métodos Teóricos:

- ✓ **Histórico-Lógico**: Posibilitará la búsqueda de informaciones que anteceden al problema científico tratado; lo histórico permitirá conocer los antecedentes del juego como herramienta terapéutica y su aplicación en niños con trastornos en el desarrollo psicomotor; lo lógico aportará el conocimiento desde un plano teórico con relación al desarrollo de esta temática.
- ✓ **Análisis-Síntesis**: Este método se utiliza para descomponer el fenómeno o proceso que se estudia en sus principales elementos que lo conforman, para determinar sus particularidades y simultáneamente mediante la síntesis integrarlos y permitir descubrir relaciones y características generales.
- ✓ **Enfoque sistémico-estructural-funcional:** Como método de investigación proporcionará la orientación general para el presente estudio, visto como una realidad integral, formado por variables, dimensiones e indicadores que cumplen determinadas funciones y mantienen formas estables de interacción.

En las posteriores etapas se utilizarán métodos empíricos como:

- ✓ **Encuesta:** La encuesta es una técnica de recogida de información donde, por medio de preguntas escritas organizadas en un cuestionario impreso, se obtienen respuestas que reflejan los conocimientos y valoraciones por parte de los padres de los niños seleccionados (22), para conocer la importancia que le conceden a las actividades de juego para lograr el desarrollo psicomotor en sus hijos.
- ✓ **Entrevista:**Constituye una técnica de investigación donde se desarrolla una conversación planificada con el sujeto entrevistado. Se basa en la presencia directa del investigador, que interroga personalmente. Se distingue por su carácter intencional, dirigido a fines conscientes: la obtención de información y la orientación a las personas entrevistadas. En este caso, se realiza una entrevista a los 3 especialistas del Centro de Rehabilitación Fuerte Tiuna y la directora del centro con el objetivo de conocer las especificaciones metodológica que aporta el juego como herramienta terapéutica.
- ✓ **Observación:** Para apreciar el comportamiento de los 11 niños de 2 a 3 años durante su estadía en el Centro de Rehabilitación Fuerte Tiuna.
- ✓ **Análisis Documental:**Para analizar cada uno de los documentos

consultados.

MÉTODOS ESTADÍSTICOS MATEMÁTICOS

- ✓ Estadística Descriptiva.

RESULTADOS ESPERADOS

1. Elevar la preparación de los padres para atender a sus hijos con retardo en el desarrollo psicomotor.
2. Propuesta de juego como herramienta terapéutica para niños de 2 a 3 años de edad con retardo en el desarrollo psicomotor.
3. Aumentar el tiempo de estimulación temprana y la calidad del proceso de rehabilitación para los niños con retardo en el desarrollo psicomotor.

BIBLIOGRAFÍA:

1. Arronte, I (2013) Papel del juego en la infancia temprana. Conferencia dictada en Simposio celebrado en el Centro de Rehabilitación "Julio Díaz González"
2. Bernal L. Fisioterapia en el desarrollo psicomotor del niño. Tema Número 15. Disponible en www.luisbernal.com. Consultado en enero 2017
3. Blázquez, Domingo y Emilio Ortega. (1984) La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años. Editorial Cincel, España. 1984
4. Cruz Tomás, L.V. (2014) La mediación del adulto en el desarrollo psicológico del infante durante los 3 primeros años de vida. Edit. Félix Varela, La Habana.
5. De los Ángeles M. Revista de Pediatría Electrónica. Vol.2 N°1. Disponible en www.revistapediatria.cl. Consultado en enero 2017
6. Hernández Corvo, R. (2005) Movimiento Infantil, Editorial Deportes, La Habana, Cuba.
7. Sampieri R., Collado C y Lucio P. (2001) Metodología de la Investigación. Editorial Mcgraw-Hill, México, 4ta edición.
8. Moore R. Estimulación del Desarrollo psicomotor. Disponible en www.escuela.med.puc.cl/publicaciones/manualped/dessps.html. Consultado en enero 2017
9. Moreno J y Rodríguez P. (2008) El aprendizaje por el juego motriz en la etapa infantil. Facultad de Educación. Universidad de Murcia.
10. Pascual, A. (2009) Actividad Física Adaptada Educación Especial, Editorial Deportes. La Habana, Cuba.
11. Platón: Las Leyes, Editorial Gredos (Biblioteca Clásica Gredos 265), Madrid,

1999.
12. Piaget, Jean (1956) La psicología de la inteligencia. Disponible en http://www.unige.ch/piaget/org Consultado en enero de 2017
13. Robles Vizcaíno, M. C y col (2008). Atención temprana: recursos y pautas de intervención en niños de riesgo o con retrasos del desarrollo Asociación Española de Pediatría. Disponible en www.aeped.es/protocolos/ Consultado en febrero 2017
14. Terré, O. (2010) Manual Práctico de Estimulación y Desarrollo Infantil, guía práctica para estimulación temprana de 0 a 36 meses, Punto 7 Studio ediciones, primera Edición, Lima-Perú.
15. Torres, M. (2004) Folleto de teoría y práctica de los juegos. Editora EIEFD, La Habana, Cuba.
16. Watson. H. (2008) Teoría y Práctica de los juegos. Editorial Deportes, La Habana, Cuba

Tablas, Gráficos y Figuras

Palabras Claves: juego, retardo psicomotor, padres, rehabilitación, preparación.

Título: La rehabilitación física de practicantes cardiópatas de bajo riesgo en fase de mantenimiento por medio de los Gimnasios Biosaludables.

Autora: M.Sc. Ismaris Núñez Hernández

Institución: UCCFD: Manuel Fajardo

País: Cuba

Resumen

Las enfermedades cardiovasculares (ECV) y dentro de estas, el infarto agudo de miocardio (IAM) han sido el mayor problema de salud y la principal causa de muerte en muchos países del mundo durante varias décadas. Se han realizado acciones para el tratamiento de esta enfermedad, por medio de los programas de rehabilitación cardiovascular. Dentro de los métodos de prevención de estas enfermedades se encuentra la realización de actividades físicas; por medio de la Cultura Física Terapéutica. La investigación tiene como objetivo que los practicantes cardiópatas tengan como opción para su tratamiento los ejercicios por medio del Gimnasio Biosaludables. Se utilizan métodos del nivel teórico y empírico así como estadísticos-matemáticos para el procesamiento de la información. Al realizar las encuestas a los pacientes se pudo constatar que los mismos no habían realizado ejercicios en biosaludables, interesándose a realizarlo de forma orientada. Se diseñó y aplicó el plan de ejercicios con biosaludables al practicante cardiópata sin mayores daños, obteniendo resultados satisfactorios.

Introducción Las enfermedades cardiovasculares (ECV), de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS 1993) y dentro de estas, el infarto agudo de miocardio (IAM) han sido el mayor problema de salud y la principal causa de muerte en muchos países del mundo durante varias décadas. A inicio del siglo XX, estas provocaban menos del 10 % de todas las muertes en el mundo, y en el presente siglo, son las responsables de casi la mitad de los decesos en los países desarrollados, así como del 25 % en los países en vías de desarrollo. La misma prevé que en el 2020, la enfermedad isquémica del corazón (EIC) será responsable de 11,1 millones de muertes, por lo que su prevención constituye un reto para las autoridades sanitarias de todos los países del mundo. Los pacientes que sobreviven a un evento isquémico agudo

tienen mayor riesgo de padecer otro evento a corto plazo, y en ellos se deben aplicar estrictas medidas de prevención secundaria.

Según reporte de Peláez O. (2016), acerca de un estudio realizado por científicos de la Universidad Brigham Young, de Provo, en Utha, Estados Unidos, publicado en el apartado Noticien del Diario Granma del 10 de diciembre de 2016. ¨La exposición frecuente a partículas del tipo PM 2.5, un contaminante del aire emitido por el transporte automotor, centrales eléctricas, incendios y otras fuentes, inciden en la aparición de daños en los vasos sanguíneos de personas adultas y jóvenes que gozan de buena salud. Por lo que la polución atmosférica contribuye al aumento de los casos de hipertensión arterial, enfermedades del corazón y trastornos cerebro vasculares en etapas más tempranas de la vida, de las previstas hasta ahora¨.(Peláez O.(2016) Noticien. Diario Granma, 10/12/2016: p. 8)

Cuba, es un país en vías de desarrollo, sin embargo muchos de sus indicadores de salud se acercan a los de países desarrollados. Desde el triunfo de la Revolución a la fecha se han logrado avances asombrosos en aquellos que abarcan la mortalidad infantil, 6,4 x 1 000 nacidos vivos en 1999, y la esperanza de vida al nacer, que supera los 75 años en la actualidad, entre otros.

Así su población está hoy más envejecida; en 1999 el 22,8 % del total tenía 50 años y más, y el 13 %, contaba con 60 y más años, lo que incrementa la aparición de enfermedades cardíacas por un mayor tiempo de exposición a los factores de riesgo que favorecen su desarrollo. (9)

En Cuba durante el período 2000-2012 la incidencia por IAM estuvo entre 1,9 a 2,2 por cada 1 000 habitantes. La provincia que mostró la mayor tasa fue, La Habana, una de las de mayor envejecimiento poblacional; es la provincia del país de mayor población y según se reporta en la segunda encuesta nacional de factores de riesgo está entre las de mayor incidencia de cardiopatía isquémica.

En el siglo XXI con los avances del campo de la medicina, se conocen ampliamente los efectos beneficiosos de los ejercicios físicos bien planificados y sistemáticamente realizados para el bienestar físico y mental del individuo y en el mejoramiento de la salud de aquellos que presentan algunas

enfermedades como es el caso de las enfermedades cardiovasculares.

Dentro de los métodos de prevención de estas enfermedades se encuentra la realización de actividades físicas; por medio de la Cultura Física Terapéutica (CPT), que es una ciencia interdisciplinaria encargada de emplear los medios de la cultura física y el deporte, es decir, el ejercicio físico, en la curación y la profilaxis de la enfermedad, la recuperación de la capacidad de trabajo así como la prevención de sus agudizaciones.

La Rehabilitación cardíaca es un proceso multifactorial que incluye entrenamiento físico, educación en relación con la reducción de factores de riesgo, cambios del estilo de vida y uso de técnicas de modificación de la conducta.

En la actualidad, los programas de rehabilitación cardiovascular se han ido ampliando y su indicación ha sido incorporar pacientes con otras cardiopatías e individuos con múltiples factores de riesgo sin evidencia clínica de enfermedad coronaria, como herramienta de prevención primaria. El objetivo principal es rehabilitar a los pacientes cardíacos, para que puedan retornar a una vida activa, productiva y satisfactoria, disminuyendo el riesgo denuevos eventos cardiovasculares (9).

Según, Rivas Estany (2016) el programa rehabilitación cardiovascular se divide en tres fases: fase I Hospitalaria), fase II de convalecencia y la fase III De mantenimiento.

Cada una de estas fases cumplen, dentro de los programas de rehabilitación cardiovascular, objetivos que el paciente tiene que ir complementando a medida que va pasando por ellas y por supuesto, esto tiene que ver con la mejora de la enfermedad y con la ayuda del comportamiento que asuma este paciente con dicha enfermedad.

La Fase III comprende el periodo no vigilado de los Programas de Prevención y Rehabilitación Cardiaca (PPRC); se inicia una vez finalizada la fase de convalecencia, generalmente de forma extrahospitalaria, y por tanto con el paciente reincorporado a sus actividades habituales o a su trabajo, siendo necesario, a veces, la intervención de los trabajadores sociales de cara a la negociación con las empresas para la adecuación y la readaptación a los puestos de trabajo más acordes con la realidad de los pacientes, así como su

inserción en la comunidad.

Esta fase, llamada también de Mantenimiento, se desarrolla durante toda la vida del paciente, siendo también conocida como Rehabilitación Cardiaca prolongada o a largo plazo. Debe asegurar la continuidad del proceso asistencial y de las recomendaciones y actividades aprendidas sin limitación en el tiempo. Por tanto esta etapa incorpora las actividades de fases anteriores, incluidas la educación, evaluación y control de factores de riesgo, la corrección de ideas erróneas sobre la patología cardiaca, así como un programa de ejercicios estructurado para cubrir las necesidades evaluadas en cada paciente, elementos necesarios para consolidar la modificación de los hábitos de conducta y los cambios en los estilos de vida, siendo en este periodo donde más se evidencian las acciones de prevención secundaria de la Rehabilitación Cardiaca.(Rivas Estany)

Muchas veces estas acciones fallan. Numerosos estudios han comprobado la alta frecuencia de abandono sobre todo, de los programas de ejercicios físicos comprometiendo así los beneficios derivados de esta tarea.

Según Oldridge, citado por Maroto et al (1999), la adherencia a los programas de RC sigue una curva negativa que manifiesta un mayor abandono inicial seguido por una disminución a medida que pasa el tiempo. Explica que en los últimos años el concepto de adherencia ha ganado importancia y por ello los investigadores han llegado a identificar las características de los pacientes cumplidores o no cumplidores y han sugerido y analizado métodos para mejorarla. Dentro de las causas de abandono a los PPRCse destacan:

- Poca comunicación entre pacientes y personal sanitario.
- Los horarios.
- Lejanía del lugar.
- Ausencia de programas individuales o de grupos.
- Falta de realización de evaluaciones clínicas o ergométricas periódicas.
- Poca motivación.
- Escasos hábitos de actividad física.

La experiencia acumulada por la autora de esta investigación en esta especialidad se une a estos criterios antes planteados, en cuanto a las causas del abandono de los cardiópatas a la rehabilitación, pero incluye que es un

factor influyente. La cantidad de personas necesitadas de estos servicios, en contraposición al déficit de centros o instituciones que existen en el nivel comunitario para atenderlos, provoca, que sólo pueden asistir los pacientes que necesariamente tienen esta indicación por encontrarse en la fase aguda de la enfermedad y que a sus vez se encuentran en la fase de convalecencia. Los que pasan a la fase de mantenimiento tienen que ir hacia la comunidad, en los policlínicos u otras áreas ofertadas por el INDER.

Dentro de las acciones trazadas por el INDER para la atención de la población en cuanto a la promoción de salud se encuentran como una opción factible, los gimnasios biosaludables, expandidos por todo el país en el año 2008.

En este sentido, las actividades con fines profilácticos y terapéuticos para mantener o mejorar la condición física de las personas que se inician, devienen en una respuesta a la demanda social actual de elevar la calidad de vida de la población, con especial énfasis en aquellos grupos más vulnerables.

Al respecto, Fáez (2016), aborda la temática desde la perspectiva del papel de los gimnasios, dirigidos a mejorar la calidad, la efectividad en los servicios y la incorporación de beneficiarios, mediante la diversificación de ofertas que promueven la labor de educación en prevención y atención de las enfermedades no trasmisibles en las comunidades. Estos gimnasios cuentan por lo regular con un mural informativo sobre la función de cada uno de los aparatos que los componen e instrucciones para su uso.

Sin embargo, los pacientes con cardiopatía isquémica rehabilitados en fase de mantenimiento que fueron encuestados, refieren temores e incertidumbre ante la posibilidad de utilizarlos sin riesgo para su padecimiento, y por lo regular, solo prefieren caminar con cierta regularidad pero sin una intencionalidad de trabajo físico planificado, ya que no cuentan con especialistas que los orienten y controlen la cantidad y la calidad de su entrenamiento.

No obstante, la existencia de orientaciones metodológicas de la Dirección de Promoción de Salud de INDER, estas son generales y no se ofrecen orientaciones específicas para practicantes que asisten a estos gimnasios producto del padecimiento de enfermedades crónicas no transmisibles, concretamente con cardiopatía isquémica, que expliquen los requerimientos técnicos y metodológicos de proceder en estos practicantes.

Las indagaciones realizadas muestran que existen limitaciones e insuficiencias que se exponen a continuación:

- No existen orientaciones específicas para la utilización de los gimnasios bio-saludables como medio de rehabilitación física comunitaria de practicantes cardiópatas de bajo riesgo en la fase de mantenimiento.
- No todos los gimnasios biosaludables disponen de un profesional de Cultura Física preparado para orientar a los practicantes que padecen cardiopatías isquémicas u otras enfermedades cardiorrespiratorias.

En correspondencia lo anteriormente expresado, la autora considera que se desaprovechan los servicios diseñados por el sistema INDER- MINSAP para la atención en el entorno comunitario a estos practicantes. Es del interés de la Dirección de Cultura Física del INDER en el Organismo Central, que se desarrollen programas y orientaciones metodológicas específicas para atender practicantes con enfermedades crónicas no trasmisibles en los gimnasios biosaludables instalados en todo el país

A partir de los argumentos expresados anteriormente, se llegó a identificar la siguiente situación problemática: No existe constancia de la aplicación de un programa de ejercicios físicos para la atención dirigida metodológicamente, de los practicantes con cardiopatías isquémicas de bajo riesgo en fase de mantenimiento, en los gimnasios biosaludables, que facilite la continuación de su proceso de rehabilitación en el entorno comunitario.

Teniendo en cuenta lo antes planteado es que se trazó el siguiente problema científico: ¿Cómo contribuir al proceso de rehabilitación física de los practicantes con cardiopatías isquémicas de bajo riesgo que están en fase de mantenimiento en los gimnasios biosaludables?

Se formuló el objetivo general dirigido a: Elaborar un programa de ejercicios físicos para la rehabilitación de pacientes cardiópatas de bajo riesgo en fase de mantenimiento en los gimnasios biosaludables comunitarios.

Métodos

Analítico-sintético: se utilizó para analizar e interpretar la información revisada, los instrumentos aplicados particularizando la metodología que forma parte de las particularidades de los ejercicios físicos para pacientes cardiópatas en fase de mantenimiento. **La modelación:** se utilizó para diseñar

el Plan de ejercicios Físicos y el **Sistémico-Estructural para** diseñar en un orden jerárquico el orden con que debe trabajar el paciente atendiendo las características del aparato y la enfermedad.

Empíricos:

La Observación: se utilizó la no estructurada, que permitió tener una percepción de los pacientes cardiópatas, si se manifestaban cambios externos como coloración de la piel, sudoración atípica, descordinación de los movimientos o detectar inadaptación a la actividad impuesta.

La entrevista: se le aplicó a los practicantes cardiópatas que asistían al "CAFS" de la UCCFD "Manuel Fajardo" con el objetivo de indagar de cómo había transcurrido su proceso de rehabilitación desde que se instauró la enfermedad hasta la fecha y si habían utilizado los gimnasios biosaludables.

Experimento (Control mínimo): a través del diseño Pre experimental de control mínimo. Durante el ejercicio físico se tomó la frecuencia cardiaca y la tensión arterial en varios momentos a los practicantes cardiópatas.

Resultados

La edad promedio para los grupos control y experimental del sexo masculino fueron 65,6±10,5 y 64,6±9,8años respectivamente, mientras que en el sexo femenino estas fueron de 64,1±8,6 y 66,0±1,6 para grupo control y experimental. La significación arrojada durante los contrastes para el sexo masculino (p=0,758) y en el femenino (p= 0,610) revelaron que los grupos estuvieron mostraron la misma edad entre sí.

La tabla 4 muestra los resultados arrojados por la prueba de caminata de 6 minutos en uno y otro sexo. Se aprecia que los metros recorridos, la velocidad, el consumo máximo de oxígeno y el índice metabólico tuvieron un mayor valor promedio en los representantes del sexo masculino. A pesar de los resultados encontrados, cuando se efectuó el contraste de comparación de medias para cada variable, el valor promedio, más elevado en el sexo masculino, no fue diferente del encontrado en el sexo femenino (p>0,05).

La tabla 5 refleja los datos de los indicadores antropométricos evaluados en el grupo experimental y el grupo control. Todos los indicadores reflejados mostraron similitud entre el grupo control y el experimental, tanto para uno como otro sexo.

Al realizar el contraste de comparación de medias para cada indicador, entre el grupo control y experimental, no se obtuvieron diferencias significativas para ninguna de las variables dentro de cada sexo ($p<0,05$).

La figura 1 refleja la distribución de frecuencias para el índice de Masa Corporal en los sujetos estudiados. Se evidenció que el grupo control tuvo mayor porcentaje de sujetos sobrepesos que el grupo experimental para el sexo masculino, mientras que para el sexo femenino, el grupo experimental mostró mayor porcentaje de sobrepesos.

El grupo control tuvo mayor porcentaje de individuos dentro de la categoría normal para el sexo masculino y femenino respectivamente.

La figura 2 representa la distribución existente para el índice Cintura Cadera. Tanto en el sexo masculino como en el femenino se encontraron mayor porcentaje de individuos con síndrome androide que dentro del rango normal. Esto ocurrió de manera similar para el grupo control y el experimental quienes solo mostraron entre el 25 y el 33.3% de los evaluados dentro de la categoría de distribución de grasa normal.

La tabla 6 refleja las estadísticas descriptivas atribuibles a los estimados de la tensión arterial máxima y mínima en todos los componentes del circuito para el sexo masculino. Al observar los estimados de TA obtenidos en cada componente del circuito se obtuvo que las mayores diferencias encontradas aparecieron para la TA Máxima en el reposo, pony/bicicleta y ascensor/pesas. Aun así, al realizar el contraste U de Mann-Whitney se obtuvieron diferencia no significativas entre el grupo experimental y el grupo control para todos los componentes del circuito ($p<0,05$). Para la TA Mínima, se obtuvieron resultados similares desde el punto de vista cualitativo, ya que no se encontraron diferencias significativas entre los grupos experimental y control ($p<0,05$). En la TA Mínima las diferencias promedio encontradas entre un grupo y el otro fueron menores de 3 mm de Hg en todos los componentes del circuito.

La figura 5 muestra el modelación del comportamiento de la frecuencia cardiaca y el pulso durante la ejecución de los circuitos realizados por el grupo control y el experimental. El gráfico evidencia un incremento escalonado de la de la frecuencia cardiaca hasta el Step en todos los casos, cayendo posteriormente durante el ascenso/ pesas, luego un incremento en la caminata

y una caída brusca en la evaluación final. El pulso en reposo y el pulso de entrenamiento (en las barras extremas) evidencian una diferencia promedio marcada en todos los casos. En el sexo femenino, el grupo control y experimental mostraron valores promedios más elevados en cada componente del circuito que los de los mismos grupos para el sexo masculino.

Conclusiones

1-Los referentes teóricos y metodológicos que sustentan la rehabilitación de las enfermedades cardiovasculares a través del Ejercicio Físico en la fase de mantenimiento indican que existen alternativas para incentivar al paciente cardiópata a la práctica del ejercicio físico.

2- Se pudo constatar que los pacientes que asistían Al CAFS “Manuel Fajardo no habían realizado ejercicios en biosaludables, interesándose a ejecutarla de forma orientada.

3-Se diseñó y aplicó el Plan de ejercicios con biosaludables a practicantes cardiópatas sin mayores daños, obteniendo resultados satisfactorios.

Referencias

1-Artigao Ramírez, R. (1995) Control de factores de riesgo en los programas de Rehabilitación cardíaca. Rev. Esp. Cardiología. 48: (supl 1): 13-21.

2-Artigao Ramírez, R. (1999). Planificación del entrenamiento físico. En Maroto JM., De Pablo C., Artigao R., Morales MD. Rehabilitación cardíaca. Barcelona, Ed. OLALLA; 272 – 286.

5-Comité experto de la OMS (1993) Rehabilitación después de las enfermedades cardiovasculares con especial atención a los países desarrollados. Ginebra, 1- 26.

6-De Pablo, C., Maroto, JM. (1996). Prescripción de ejercicio en ancianos. En Serra Grima, JR. Prescripción de ejercicios físicos para la salud. Ed. Paidotribo. 375- 393.

7-Edghill Laborit, R. (2002) Influencia de ejercicios aeróbicos y fortalecedores en pacientes con enfermedades cardiovasculares. Trabajo de Diploma. La Habana, ISCF “Manuel Fajardo”.

8-Góngora Zayas, L. (2003). Evaluación de un programa de entrenamiento físico en pacientes con infarto del miocardio y revascularizados. Tesis de Maestría en Cultura Física Terapéutica. La Habana, ISCF “Manuel

Fajardo".
10-Gutiérrez Calderón, F., Izaguirre, G., Rivas, E., Ponce de León, O., Sin Chesa, C. (1987) El ejercicio físico en la rehabilitación cardiovascular. En: Grupo Nacional de Áreas Terapéuticas de la Cultura Física. Los ejercicios físicos con fines terapéuticos (II). La Habana. Ed INDER; 1-34.
11-Hall, L. (1995) Desarrollo y administración de programas de rehabilitación cardíaca. Barcelona. Ed Paidotribo; 79-88.
12-Hernández González, Reinol. (1999). Actualización de la rehabilitación de las enfermedades cardiovasculares. En: Grupo Nacional de Áreas Terapéuticas de la Cultura Física. Temas de Actualización. La Habana. Ed. INDER.
13-Hernández González, Reinol., Rivas Estany, E., Núñez Hernández, I., Álvarez Gómez, J.A. (2000). "Papel del especialista en ejercicios físicos en los programas de rehabilitación cardíaca". Rev. Cubana de Cardiol. Vol 14(1). 48 – 54.
14-Hernández González, Reinol. (2002). Evaluación de un Programa de entrenamiento físico en pacientes obesos con infarto del miocardio. Tesis de Maestría en Cultura Física Terapéutica. La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".
15-Hernández González, Reinol, Rivas Estany, E., Núñez Hernández, I., Aguiar Rodríguez, E., Alvarez Gómez, JA. (2003). Evaluación de un programa de rehabilitación cardíaca integral para pacientes obesos con infarto del miocardio. Revista Alvorada- Brasilia – No.2: 7– 17.
16-Hernández González, Reinol, Ponce, E., Salazar, Y., Aguilar, E., Agramonte, S. (2005). Utilización de un test de terreno para evaluar la capacidad funcional en pacientes con enfermedades cardiovasculares. Revista Digital – Buenos Aires- año 10 No. 81.
17- Mazorra Zamora, R. (1988) Actividad Física y Salud. Ed Científico-Técnica; 73-82.
18-Morales Durán, M.D., Calderón Montero, F.J. (1999). Fisiología del ejercicio. En Maroto, JM., De Pablo, C., Artigao, R., Morales, MD. Rehabilitación cardíaca. Barcelona, Ed. OLALLA; 242 – 270.
19-Naranjo Milera, G. (2004) Efecto de un Programa Integral de Rehabilitación

Cardiovascular sobre el perfil lipídico de pacientes con alto riesgo de cardiopatía isquémica. Tesis de Maestría en Cultura Física Terapéutica. La Habana, ISCF “Manuel Fajardo”.

20-Ríos Rodríguez, E. (2004). Evaluación de la fuerza muscular en pacientes con cardiopatía isquémica mayores de 60 años que realizan ejercicios con pesos. Tesis de Maestría en Cultura Física Terapéutica. La Habana,

23-Rivas Estany, E., Gallardo, Montes de Oca., Sin Chesa, C., Hevia Sánchez, L. (1993) Estratificación del Riesgo mediante prueba de esfuerzo precoz después del infarto del miocardio Evaluación de un método Rev. Lat. Cardiol; 14: 193-197.

24-Rivas Estany, E., Mir, O., Hernández González, Reinol., Rodríguez L. (1996) Efectos de la rehabilitación en pacientes seniles con infarto miocárdico. Cardiología Intercontinental; 5 (supl.1): 41.

25-Rivas Estany, E., Sin Chesa, C., Ponce de León, O. (1987) Evaluación ergométrica de un programa de rehabilitación en pacientes con IM. Rev. Cub. Cardiología 1; 63-73.

28-Rivas Estany, E. (1996) Nuevos aportes de la rehabilitación cardíaca al manejo de pacientes con enfermedad coronaria. En: MAPFRE MEDICINA. Vol. 7, supl. 1, 101-106.

29-Rivas Estany, E. y col. (1989) Programa Nacional de Rehabilitación Cardíaca en Cuba. MINSAP. Ciudad de la Habana. Cuba.

30-Rivas Estany , E. (1999) Rehabilitación cardíaca prolongada. Fase III. En Maroto Montero JM. Rehabilitación cardíaca. Barcelona, Ed. OLALLA,

Tablas, Gráficos y Figuras

Tabla 4. Estadística Descriptiva y resultados del contraste de hipótesis entre sexos de la prueba de caminata de 6 minutos. Grupo experimental.

		no	X	DE	p*
Distancia recorrida(m)	Femenino	4	526,1	96,7	0,713
	Masculino	9	546,3	62,6	
Velocidad(m/min)	Femenino	4	87,7	16,1	0,713
	Masculino	9	91,0	10,4	
VO2(mil/Kg/min)	Femenino	4	12,3	1,6	0,713

	Masculino	9	12,6	1,0	
Índice metabólico(MET)	Femenino	4	3,5	0,5	0,713
	Masculino	9	3,6	0,3	

* Significación para la prueba U de Mann-Whitney entre grupos

Tabla 5. Estadística Descriptiva y resultados del contraste de hipótesis para los indicadores antropométricos entre grupos.

		Masculino				Femenino			
		no	X	DE	p*	no	X	DE	p*
Peso(Kg)	Experimental	9	74,0	8,65	0,837	4	65,3	0,96	1,000
	Control	7	75,6	11,19		6	65,7	7,00	
Estatura(cm)	Experimental	9	1,7	0,06	0,299	4	1,6	0,04	1,000
	Control	7	1,7	0,07		6	1,6	0,07	
Índice de Masa Corporal(Kg/m^2)	Experimental	9	26,4	3,40	1,000	4	25,5	1,46	0,762
	Control	7	25,9	3,59		6	24,9	1,86	
Circunferencia de la Cintura(cm)	Experimental	9	90,2	13,28	1,000	4	80,0	9,09	0,610
	Control	7	88,6	10,00		6	87,0	12,81	
Circunferencia de la Cadera(cm)	Experimental	9	88,2	9,02	0,351	4	92,8	7,54	0,476
	Control	7	83,6	10,00		6	83,8	15,26	
Índice Cintura-Cadera	Experimental	9	1,0	0,21	1,000	4	0,9	0,03	0,352
	Control	7	1,1	0,16		6	1,1	0,21	

- * Significación para la prueba U de Mann-Whitney entre grupos

Figura 1. Distribución relativa del Índice de Masa Corporal según la categoría dentro de cada grupo de pertenencia para ambos sexos.

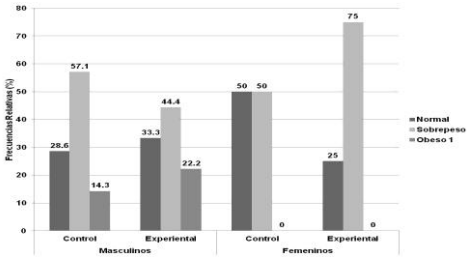


Figura 2. Distribución relativa del Índice Cintura Cadera según la categoría

dentro de cada grupo de pertenencia para ambos sexos.

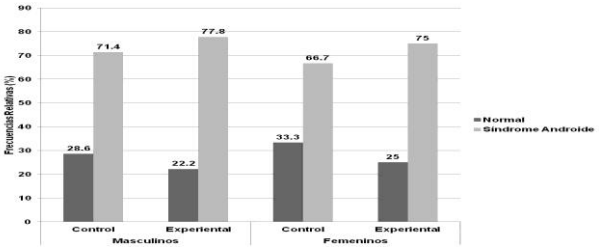
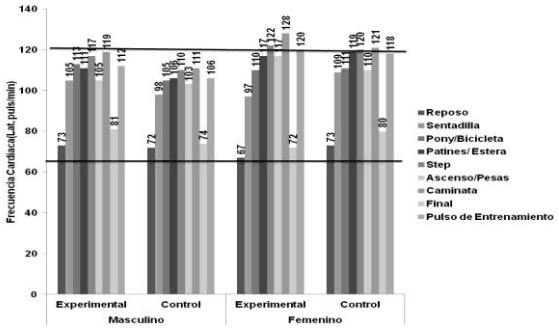


Tabla 6. Estadística Descriptiva y resultados del contraste de hipótesis para la tensión arterial en todos los componentes del circuito. Sexo masculino.

		TA Máxima				TA Mínima			
		no	X	DE	p*	no	X	DE	p*
Reposo	Experimental	9	119	9,3	0,174	9	77	7,1	0,299
	Control	7	113	7,6		7	73	7,6	
Sentadilla	Experimental	9	122	6,1	1,000	9	82	5,6	0,091
	Control	7	121	5,4		7	79	3,8	
Pony/Bicicleta	Experimental	9	116	31,1	0,606	9	83	2,7	0,837
	Control	7	125	2,7		7	83	3,8	
Patines/Estera	Experimental	9	127	5,1	0,837	9	83	4,4	0,918
	Control	7	127	3,9		7	84	4,5	
Step	Experimental	9	131	6,3	0,918	9	87	6,9	0,210
	Control	7	131	4,1		7	85	3,7	
Ascensor/Pesas	Experimental	9	129	5,9	0,091	9	84	7,4	0,470
	Control	7	124	5,6		7	82	2,7	
Caminata	Experimental	9	137	5,7	0,299	9	87	2,3	0,114
	Control	7	134	5,6		7	90	3,8	
Final	Experimental	9	115	7,9	0,470	9	77	7,1	0,408
	Control	7	113	4,9		7	75	5,0	

- * Significación para la prueba U de Mann-Whitney entre grupo

Figura 5. Comportamiento de la frecuencia cardíaca y el pulso durante el circuito en los grupos experimental y control.



Palabras Claves (hasta 6):

Rehabilitación

Cardiopatía isquémica

Fase de mantenimiento

Gimnasio biosaludables

Salud

Título: Las deformaciones posturales en mujeres de la tercera edad.

Autores: René Perera Díaz, Doctor en Ciencias Pedagógicas, Profesor Titular, rene.perera@umcc.cu, reneperera51@gmail.com

Institución: Facultad de Cultura Física, Universidad de Matanzas

País: Cuba.

Introducción.

Lo característico de la etapa de la vida, que se ha dado en llamar tercera edad, es considerarla como una fase de declive en la vida de los humanos, sin tener en cuenta que cada día esta etapa se prolonga más y se logran mejores estados de salud.

Drobnic y Pujol (1997) afirman que, "Hablar de tercera edad es hablar de una época muy amplia de la vida que engloba aquellas edades situadas mas allá de los 60 a 65 años, cuyo límite superior es el propio límite de la vida".(1)

Con el transcurso de los años el hombre desarrolla y consolida sus capacidades motrices para desempeñarse en el medio. Puede afirmarse que la vida del hombre transcurre en un proceso de ascenso en todos los ámbitos de la conducta humana, social, cognoscitivo, afectivo y motor.

Desde los primeros movimientos reflejos hasta el desarrollo de complejos automatismos, hacen del hombre un ser particular que lo diferencia desde el punto de vista motor del resto de los animales terrestres.

Toda la riqueza de movimientos desarrollada durante la vida está sujeta de una u otra forma al invariable deterioro que causa el transcurso de los años. Todo lo que el hombre haga por retener el efecto degenerativo en su vida, será favorable para su desempeño social e individual.

El movimiento, después del lenguaje, es considerado el soporte fundamental de comunicación del hombre con el medio, que le permite una relación activa. El movimiento cumple objetivamente su función, mucho antes de que el hombre descubriera sus leyes, estudiara y fundamentara teóricamente sus funciones biológicas y psicosociales. La actividad sensomotriz objetiva precedió el conocimiento científico del movimiento.

Se puede afirmar que a partir de los 40 años una menor necesidad de movimientos y del ritmo del mismo disminuye la cualidad del acto motor. Existe una menor posibilidad de combinación de movimientos y el resultado es una peor adaptación a nuevas situaciones multiplicándose la probabilidad de producción de lesiones.

La creación de condiciones confortables en la familia y en la sociedad en su conjunto, deben significar un aporte importante para el normal desempeño de las personas de edad, sobre todo en la disminución de los factores de riesgo. Es sin embargo importante considerar que la vida de las personas de edad no se puede llenar de prohibiciones ya que esto produce una autolimitación en los movimientos que conduce a la inevitable atrofia.

El autor considera que la pérdida del potencial de motricidad en el hombre debe ser en los próximos años un importante tema a investigar, para asegurar que las personas de edad mantengan un alto grado de independencia social y en particular familiar, siendo un integrante activo.

Cuba tiene una población que supera el millón 250 000 personas mayores de 60 años y es uno de los que posee una población más envejecida de América Latina y el Caribe, aproximadamente la mitad de esta población son mujeres, las que mantienen una vida menos activa que los hombres a pesar de superarlos en la expectativa de vida.

Zimkin (1975) señala que “en la actividad motriz se incluyen procesos de realización de actos motores y los procesos del sostenimiento de una postura determinada”. (2)

Hernández Corvo citado en Manual del Profesor de Educación Física, elaborada por un colectivo de autores cubanos (1986), afirma que “la postura representa las formas de manifestación especial del sistema humano, que no es más que la forma de deambulación en la que todo el sistema integral de pies a cabeza, se manifiesta en un régimen determinado de actividades o en una simple conducta espacial”. (7)

En correspondencia se ha definido el **problema científico** a través de la interrogante siguiente**:** ¿Qué caracteriza la postura en mujeres de la tercera

edad?**,** el **objeto de estudio** lo constituye **la** motricidad en mujeres de la tercera edad**,** y **el objetivo** está dirigido a determinar las deformaciones posturales más frecuentes en mujeres de la tercera edad, y el **campo de acción** lo comprende **las** deformaciones de la postura en mujeres de la tercera edad**.**

Como guía para el desarrollo de la investigación el autor se formuló las siguientes **preguntas científicas**:

¿Cuáles son las deformaciones de la postura más frecuentes en la muestra estudiada?

¿Cuál es la tendencia de las deformaciones de la postura con el incremento de la edad en la muestra estudiada?

¿Qué correlación se evidencia entre las diferentes deformaciones de la postura en la muestra estudiada?

Para dar respuesta a estas preguntas, el autor se plateó las **tareas** siguientes:

Determinación de las deformaciones de la postura más frecuentes en la muestra estudiada.

Establecimiento de la tendencia de las deformaciones de la postura con el incremento de la edad en la muestra estudiada.

Valoración de la correlación que se evidencia entre las diferentes deformaciones de la postura en la muestra estudiada

Metodología.

Los métodos de investigación empleados para dar respuesta al objetivo y las tareas propuestas fueron los siguientes:

En el nivel teórico el histórico lógico, el analítico sintético, la inducción deducción, y la generalización, aplicados a los aspectos históricos, sociales, biológicos y de actualidad en el estudio del problema, en el nivel empírico se aplican los métodos de análisis de documentos y la observación.

Los métodos estadísticos y matemáticos empleados comprenden el paquete estadístico SPSS 22.1 para Windows, aplicándose el test de comparaciones múltiples de Tamhane para determinar el nivel de significación de las diferencias de medias de los grupos estudiados. En las tablas de Excel se determinaron los

valores medios de los grupos para cada una de las variables investigadas, lo que facilito el análisis de la tendencia de los resultados.

La **novedad científica** está dada por **la** propuesta para el control de la postura y el apoyo plantar, premisa indispensable para la posterior aplicación de ejercicios físicos que puedan atenuar su deterioro.

El **aporte teórico de la investigación** radica en que se estudia y desarrolla el conocimiento de aspectos del envejecimiento no investigados lo suficiente anteriormente, para establecer un diagnóstico que permita la aplicación de programas de ejercicios, lo que contribuye al enriquecimiento de la disciplina Cultura Física Terapéutica y Profiláctica que forma parte del plan de estudios de la Licenciatura en Cultura Física.

Para la realización del estudio se clasificaron los sujetos en los grupos de edades de 51 a 55, 56 a 60, 61 a 65, 66 a 70 y de 71 a 75 años, cada grupo compuesto por 200 sujetos.

A cada uno de los sujetos investigados se le realizó una entrevista para obtener los datos generales y del estado de salud.

La elección de la guía para la observación de las deformaciones de la postura corresponde a la que se publica en el Manual Técnico en Salud y Fitnes del American College of Sport Medicine segunda edición tomo1(1991) (3)y en el Manual del Profesor de Educación Física editado por un colectivo de autores del INDER (1996)(2).

Observación No 1.

Denominación: Flexión lateral del cuello.

Objetivo: Observar las flexiones laterales del cuello

Metodología: Se observara en posición de parado firme desde la parte posterior del cuello.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 atendiendo el grado de flexión del cuello, si existe algún grado de rotación grava con un punto, comparando la persona observada con la figura del manual.

Observación No 2.

Denominación: Nivel de los hombros.

Objetivo: Observar deformación en altura de los hombros.

Metodología: Se observará en posición de parado firme los hombros para comprobar si están al mismo nivel.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 atendiendo al grado de desnivel apreciado, comparando la persona observada con la figura del manual.

Observación No 3.

Denominación: Escoliosis.

Objetivo: Observar deformaciones en el plano posterior de la columna.

Metodología: De espalda en posición de firmes observar las deformaciones.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 de acuerdo al grado de deformidad, comparando la persona observada con la figura del manual, si existe inseguridad se realiza palpación a lo largo de la columna.

Observación No 4.

Denominación: Nivel de la cadera.

Objetivo: Observar las deformaciones en la altura de la cadera.

Metodología: De espaldas en posición de firmes observar si existe desnivel en la altura de la cadera.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 de acuerdo al grado de desnivel de la cadera, comparando la persona observada con la figura del manual.

Observación No 5.

Denominación: Pronación interna del tobillo.

Objetivo: Observar la pronación de los tobillos.

Metodología: De espaldas en posición de firmes observar la pronación de los tobillos.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 atendiendo al grado de deformación, comparando la persona observada con la figura del manual.

Observación No 6.

Denominación: Cabeza adelantada.

Objetivo: Observar si la cabeza conserva la posición erecta con relación al resto del cuerpo.

Metodología: De perfil observar el adelantamiento de la cabeza.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 atendiendo al grado de adelantamiento de la cabeza con relación a la línea media del cuerpo, comparando la persona observada con la figura del manual.

Observación No7.

Denominación: Cifosis cervical.

Objetivo: Observar si la curvatura cervical es normal.

Metodología: De perfil en posición de firme observar la región cervical de la columna.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 de acuerdo al grado de la deformación, comparando la persona observada con la figura del manual.

Observación No 8.

Denominación: Cifosis dorsal.

Objetivo: Observar si la curvatura dorsal es normal.

Metodología: De perfil en posición de firme se observa la región dorsal de la columna.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 atendiendo al grado de deformación, comparando la persona observada con la figura del manual.

Observación No 9.

Denominación: Proyección del abdomen.

Objetivo: Observar la proyección del abdomen con relación al cuerpo.

Metodología: De perfil en posición de firme se observa para comprobar la proyección del abdomen.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 de acuerdo al grado de proyección, comparando la persona observada con la figura del manual.

Observación No 10.

Denominación: Lordosis.

Objetivo: Observar la posición de la zona lumbar con relación al resto del cuerpo.

Metodología: De perfil en posición de firme observar si la posición de la zona lumbar es adelantada en relación a la línea media del cuerpo.

Evaluación: Se evaluará sobre 5 atendiendo al grado de deformidad, comparando la persona observada con la figura del manual.

Para la elección y determinación de las principales deformaciones del apoyo plantar, el autor se basó en los estudios realizados por Hernández Corvo (1987) sobre la función de apoyo del pie y su relación con el movimiento en bipedestación.

Resultados.

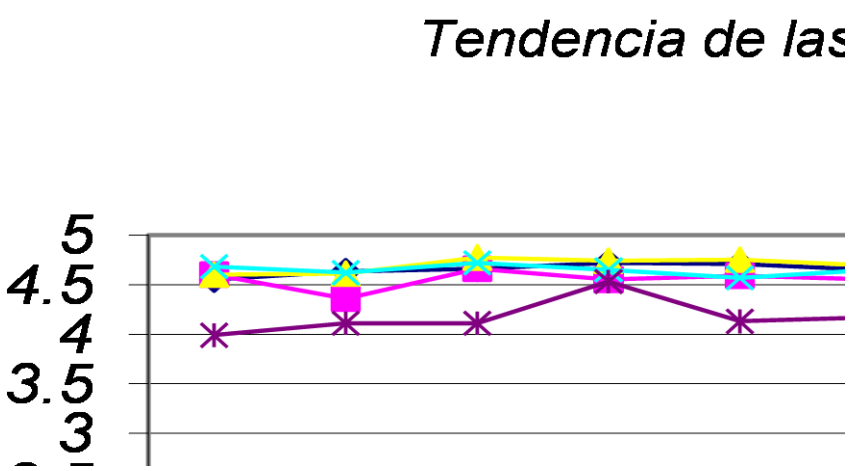
Para el análisis de la postura dividiremos las variables en dos grupos, las observadas en el plano posterior y las observadas en el plano sagital.

Como resultado del procesamiento estadístico de los datos de la observación de la postura que fueron aportados por la aplicación del test de Tamhane de comparaciones múltiples y los promedios de las evaluaciones de cada variable, se puede apreciar lo siguiente:

Observaciones de la postura en el plano posterior.

Medias de grupos

Grupos	Flexión del cuello	Nivel de los hombros	Escoliosis	Nivel de la cadera	Pronación de tobillos
51-55	4,55	4,60	4,60	4,68	3,99
56-60	4,63	4,36	4,61	4,62	4,11
61-65	4,66	4,66	4,77	4,72	4,11
66-70	4,72	4,55	4,74	4,65	4,53
71-75	4,71	4,59	4,75	4,57	4,13
Muestra	4,65	4,55	4,69	4,65	4,17



En la flexión lateral del cuello vista posterior, no existe diferencia significativa entre ninguno de los grupos de edad estudiados. En el análisis de las medias de los diferentes grupos se puede apreciar que no está definida la tendencia de los valores obtenidos.

En el nivel de los hombros el test de comparaciones múltiples muestra diferencia significativa entre los grupos de edad de 56-60 y 61-65, por otra parte en el resultado de las medias se aprecia la tendencia hacia la disminución del valor con el incremento de la edad.

La escoliosis en el test de comparaciones múltiples muestra que no existe diferencia significativa entre ninguno de los grupos. En el resultado de los valores medios obtenidos de las evaluaciones de los grupos no se aprecia la tendencia bien definida.

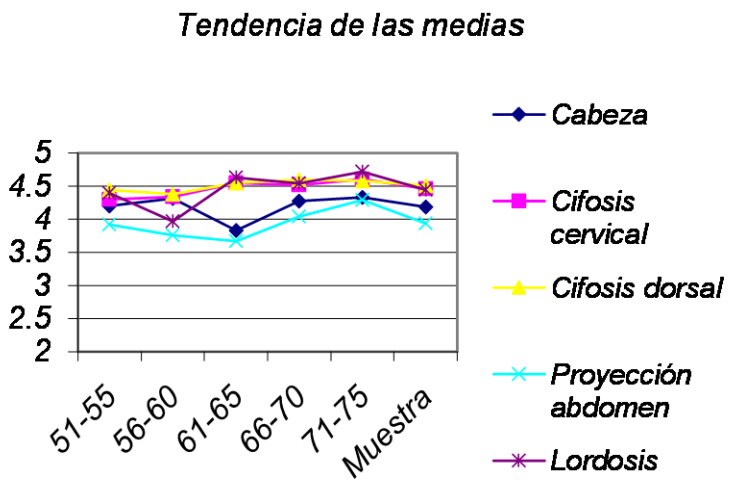
En la simetría de la altura de la cadera en el estudio de la postura se aprecia en los resultados del test de comparaciones múltiples que no hay diferencia significativa entre ninguno de los grupos estudiados. En los promedios de las evaluaciones obtenidas en los diferentes grupos se aprecia definida la tendencia de los resultados hacia la disminución con el incremento de la edad.

La pronación interna de los tobillos muestra en las comparaciones múltiples que existe diferencia significativa entre el grupo 66-70 y el resto de los grupos estudiados. En las medias de los grupos no se aprecia la tendencia definida.

Observación de la postura en el plano sagital.

Medias de grupos

Grupos	Cabeza adelantada	Cifosis cervical	Cifosis dorsal	Proyección del abdomen	Lordosis
51-55	4,20	4,30	4,45	3,92	4,40
56-60	4,32	4,34	4,38	3,76	3,97
61-65	3,83	4,55	4,55	3,67	4,63
66-70	4,28	4,52	4,60	4,04	4,54
71-75	4,33	4,61	4,58	4,29	4,72
Muestra	4,19	4,46	4,51	3,94	4,45



En la observación del adelantamiento de la cabeza y cuello se aprecia en el test de comparaciones múltiples que hay diferencia significativa entre el grupo de edad 61-65 y el resto de los grupos estudiados. Se observa en el resultado de las medias que no existe tendencia definida.

En la cifosis cervical se observa que existe diferencia significativa entre los grupos 71-75 y los grupos 51-55 y 56-60. En el resultado de las medias en los grupos no se aprecia la tendencia definida.

En la cifosis dorsal los resultados del test de comparaciones múltiples muestran que no hay diferencia significativa entre ninguno de los grupos estudiados. El resultado de los promedios no muestra de forma definida la tendencia.

Prieto y Ramos (1996), “la cifosis dorsal se asocia fundamentalmente a cambios degenerativos de la columna dorsal, siendo más frecuentes en mujeres, en relación con la osteoporosis post menopausia”. (5)

En la proyección del abdomen se observa en los resultados del test de comparaciones múltiples que la diferencia es significativa entre el grupo 71-75 con 51-55, 56-60 y 61-65 y el grupo 66-70 con 56-60 y 61-65. En los resultados de las medias no se muestra definida la tendencia.

En la observación de la lordosis el resultado del test de comparaciones múltiples muestra que existe diferencia significativa de los grupos 51-55 con 56-60, 61-65, 71-75 y el grupo 56-60 con 61-65, 66-70, 71-75. Los resultados promedios de los diferentes grupos no muestran tendencia definida.

En el análisis realizado de los resultados de la aplicación del test de Tamhane de comparaciones múltiples y la determinación de las medias en las calificaciones de los diferentes parámetros observados en la postura se puede resumir lo siguiente:

No existe predominio de diferencia significativa entre los grupos de edad y de acuerdo a los datos aportados por las medias de los grupos se demuestra que no está definida en la mayoría de las variables estudiadas la tendencia de los resultados.

El promedio más bajo de la media de calificación de la muestra lo presenta la deformación proyección del abdomen. Esta deformación generalmente aparece asociada al exceso de tejido adiposo en esa zona y en algunos casos puede ser provocado por la no recuperación en el periodo posterior al parto, predominando la flacidez abdominal indefinidamente.

Este resultado en la postura corrobora lo planteado por Perera Díaz (1998) acerca de las posibles causas que originan las deformaciones de la postura, que pueden ser: “Defectos congénitos, deformaciones, asimetría de miembros, problemas de crecimiento, problemas patológicos (defectos de visión, audición, artritis), condiciones ambientales (calzado, ropa y mobiliario), o llevar pesos en una sola parte del cuerpo”. (4)

Conclusiones.

En las deformaciones de la postura más frecuentes en la muestra estudiada se aprecia que no existe una tendencia definida, por cuanto estas deformaciones aparecen en cualquiera de los grupos estudiados, sin embargo hay una tendencia al deterioro con el incremento de la edad. Se destaca sin embargo que una de las deformaciones que presenta un índice más bajo en la observación es la pronación interna del tobillo, siendo esta articulación la responsable del apoyo de todo el sistema postural. Así mismo la proyección del abdomen se asocia al adelantamiento de la cabeza que presentan los valores más bajos de la observación en el plano sagital.

Referencias bibliográficas.

1. Drobnic, F. Temas actuales de actividad física y salud. / Pere pujol. --Barcelona: Editorial Menarini, 1997.--p. 103.

2. Manual del Profesor de Educación Física. Colectivo de autores.--La Habana. Editorial Pueblo y Educación, 1986.-- p.40.

3. Manual del técnico en salud y fitness.--Jalisco: Gymlado A., (199?).--2 t.

4. Perera, R. Envejecimiento y psicomotricidad en el adulto mayor.-- En Congreso Internacional de Medicina del Deporte, GAORADE .-- México D.F., Sep. 1998.

5. Teoría y metodología de la Educación Física. / M. Valdez García...[et al].-- La Habana. Pueblo y Educación, 1986..--p. 138.

6. Zimkin, N.V. Fisiología humana.--La Habana: Editorial científico técnica, 1975.-- p. 38.

Título: Libro: Actividades físicas para niños autistas. Una metodología para su atención.

Autor: Dr C. Lexy Lázaro Figueredo Frutos. Profesor auxiliar- Email: lexy.figueredo@reduc.edu.cu

Coautor: Lic. Danay Valdivia Cachón. Profesora instructora. Email: danay.valdivia@reduc.edu.cu

Institución: Universidad de Camagüey. Facultad de Cultura Física

País: Cuba

Resumen

Este libro forma parte del resultado de una tesis de Doctor en Ciencias de la Cultura Física cuyo resultado está siendo aplicado en varias provincias de Cuba y en numerosas escuelas especiales de Venezuela donde asisten este tipo de personas discapacitadas, dentro de su contenido se encuentra una metodología mediante la cual se orienta al profesor de Educación Física como adaptar las actividades físicas para este grupo específicamente, así como la dosificación de las actividades orientados por niveles y las actividades físicas a desarrollar para lograr un correcto proceso de enseñanza aprendizaje de las habilidades físicas y capacidades motrices básicas con el objetivo de preparar a estos niños para su futura vida adulta e independiente.

Palabras claves: autismo, Educación Física Adaptada, atención educativa.

Abstract

This book is part of the result of a PhD thesis in Physical Culture Sciences whose result is being applied in several provinces of Cuba and in many special schools of Venezuela where these people with disabilities are present, within its content is a methodology Through which the Physical Education teacher is oriented to adapt the physical activities for this group specifically, as well as the dosage of activities oriented by levels and the physical activities to develop to achieve a correct process of teaching learning the physical abilities and abilities Basic motor skills with the aim of preparing these children for their future adult and independent life.

Keywords : autism, Adapted Physical Education , educational care .

Introducción

En Cuba desde los inicios de la revolución se prioriza, atiende, promueve y desarrolla, en todos los niveles educacionales la práctica de la Educación Física; en el caso de la Educación Especial se le califica con el término de adaptada**,** de acuerdo con todos los tipos de necesidades educativas especiales.

Es así, que existe una constante preocupación por implementar programas de Educación Física Adaptada que permitan transformar y mejorar las dificultades que manifiestan estos escolares por lo que diferentes autores, han desarrollado varias investigaciones para darle respuesta a esta prioridad. Estos autores en sus indagaciones han realizado valiosos aportes en la concepción y organización de la Educación Física Adaptada con un enfoque sistémico para darle tratamiento a los contenidos de esta importante área; pero aún quedan deficiencias específicas que no se han abordado con la lógica integradora y personalizada que requiere, entre los que se encuentra el autismo.

Actualmente, la incidencia del autismo aumenta; en Cuba hay un total de 240 escolares con este trastorno, los que son atendidos en diferentes escuelas preparadas y capacitadas para su educación, las cuales adoptan el Modelo Pedagógico desarrollado en la Escuela Especial Dora Alonso, en la Ciudad de La Habana, de referencia nacional para este tipo de trastorno, en el cual se establece una estrategia de intervención psicopedagógica, aplicada mediante un conjunto de programas establecidos para cada una de las áreas de desarrollo del autista, estas son: socialización, comunicación y lenguaje, conducta y habilidades cognitivas y física.

Mediante el estudio documental de investigaciones relacionadas con la Educación Física Adaptada para niños autistas, autores como Salazar, (2000), Garza, (2002), Oña, (2002) Molina, (2004), Gómez, (2005), Arias, y García, (2005), Figueredo, (2006), brindan tratamiento para el desarrollo y fortalecimiento del organismo mediante las actividades físicas como parte de su preparación para la vida adulta e independiente, lo cual constituye el objetivo de esta área de desarrollo, sin

embargo, es insuficiente su tratamiento teórico como proceso integrador y personalizado según su diagnóstico, éstas investigaciones constituyen los antecedentes de este trabajo.

La observación a clases de Educación Física Adaptada con escolares autistas, con edades comprendidas entre 6 y 7 años de edad, de la Escuela Especial Rosa Castellanos, del municipio Bayamo en la provincia Granma se constató que, desde el punto de vista físico, presentaron torpeza en la actividad gestual y motora; así como trastornos en la coordinación, orientación espacial, la motricidad gruesa y fina y deficiencias en el tono y control muscular.

Desde el punto de vista comunicativo y social manifestaron ausencia total del desarrollo del lenguaje hablado y dificultades para establecer relaciones con las personas; por su parte, los problemas de conducta estuvieron centrados en una marcada e inflexible insistencia de rutinas, así como agresiones y autoagresiones, en ocasiones inmotivadas; todo lo cual evidencia que en la clase de Educación Física, aparecen manifestaciones que limitan el desarrollo integral de estos escolares.

Metodología

Para este estudio, se determinaron cuatro dimensiones con sus correspondientes indicadores.

Dimensión física.

Esta dimensión tiene en cuenta cómo responde el escolar con autismo de bajo nivel de funcionamiento a las actividades físicas adaptadas que son planificadas dentro de la clase, envuelve los conocimientos y dominio de las habilidades que integren la motricidad tanto fina como gruesa y el reconocimiento corporal.

Dimensión comunicación.

Esta dimensión considera cómo responde el escolar con autismo de bajo nivel de funcionamiento a la comunicación al realizar las actividades físicas adaptadas que son planificadas dentro de la clase; esta dimensión envuelve la comunicación verbal, gestual, así como el cumplimiento de órdenes.

Dimensión conducta.

Esta dimensión tiene en cuenta cómo refleja el escolar con autismo de bajo nivel de funcionamiento determinada conducta dentro de la clase de Educación Física Adaptada, la que envuelve relación con el objeto de preferencia, satisfacción con la actividad, así como agresiones y autoagresiones.

Dimensión social.

Esta dimensión tiene en cuenta cómo responde el escolar con autismo de bajo nivel de funcionamiento a las actividades físicas adaptadas que son planificadas dentro de la clase, desde el punto de vista social, para evaluar cómo se relaciona no solo con el profesor, sino con otros escolares de similar diagnóstico, con niños de la comunidad y la familia.

Para la comprobación práctica, se aplicó la propuesta teniendo en cuenta la planificación realizada con el equipo multidisciplinario y los directivos de la Escuela Especial Graciela Bustillos para realizar las actividades, se determinó el comportamiento de los parámetros evaluados para los casos en los cuatro momentos en que fueron aplicadas las evaluaciones de las cuatro dimensiones empleadas para evaluar la atención educativa desde la Educación Física Adaptada.

Estas pruebas permitieron conocer el grado de dificultad que tenían los escolares autistas, desde el punto de vista de habilidades básicas, sirvieron, además, como punto de partida para comenzar un tratamiento con ejercicios físicos adaptados, estas fueron aplicadas a los escolares seleccionados y se realizaron al comienzo del curso escolar en el mes de septiembre, continuaron aplicándose cada tres meses, según lo establece el documento, ello permitió darle un valor mediante los 10 niveles establecidos, los cuales llevaron una escala evaluativa hasta 10 puntos.

De este modo se pudo hacer una valoración más objetiva de la influencia del ejercicio físico sistemático de los casos.

Para la realización de esta investigación se seleccionó a tres escolares autistas con bajo nivel de funcionamiento, (etapa de iniciación escolar) del municipio Bayamo, en la provincia Granma.

Resultados

La propuesta metodológica se elaboró a partir de los requerimientos del aprendizaje de acuerdo con el desarrollo integral, nivel de funcionamiento y posibilidades de estos escolares, una vez develadas las dificultades en el programa vigente de Educación Física para escolares autistas y su no correspondencia con las exigencias actuales de la Educación Especial y la Actividad Física Adaptada.

Además se tiene en cuenta el orden para la presentación de metodologías dados por De Armas (2003), a partir de los componentes estructurales dados por Bermúdez y Rodríguez (1996).

El objetivo principal es: favorecer la atención educativa a escolares autistas con bajo nivel de funcionamiento desde la Educación Física Adaptada de manera que incida en la preparación para la vida adulta e independiente de este grupo poblacional.

Está sustentada en cuerpo categorial que incluye las categorías y conceptos fundamentales para la atención educativa de estos escolares y en un cuerpo legal que está formado por los principios de la Educación especial en Cuba y los principios de la Educación Física Adaptada.

La *primera etapa* de la metodología es la de ***Diagnóstico,*** recibe su nombre a partir de considerar que cualquier acción de intervención con este tipo de necesidad educativa especial, debe iniciarse con un diagnóstico integrador para conocer las posibilidades y necesidades. Para ello se propone:

-Preparar las condiciones necesarias, tanto organizativas como metodológicas que garanticen el desarrollo posterior de las etapas que continúan.

-Diagnosticar las necesidades, intereses cognitivos (conocimientos, capacidades, habilidades, hábitos) de cada uno de los escolares autistas para la determinación del conocimiento del estado actual, teniendo en cuenta las áreas de desarrollo de estos escolares.

La segunda etapa es la de ***planificación****.*

En esta etapa se comienzan a planificar las actividades físicas teniendo en cuenta el diagnóstico integral de los escolares con autismo, según su diagnóstico inicial,

para todo un curso, empleando en cada clase de Educación Física Adaptada al menos una actividad de las demás áreas de intervención (social, conductual y comunicativa).

Como documento de orientación metodológica se determinó la elaboración de un manual de orientaciones básicas para que el profesor de educación física cuente con todas as indicaciones, recomendaciones, actividades, métodos y formas organizativas a emplear dentro de la clase como parte de la atención educativa que deben recibir estos escolares.

La tercera etapa es la de ***implementación****.*

Se precisó esclarecer aspectos medulares que permitieron apreciar la factibilidad de la metodología en el contexto educativo y tener en cuenta que esta va dirigida a la atención educativa de escolares autistas, para ello se procedió a:

- La definición de los objetivos orientados al desarrollo, tanto del área física, como de las áreas social, comunicativa y conductual.
- Considerar las características e intereses principales de los autistas en etapa de iniciación escolar.
- Tener en cuenta la estructuración lógica de las actividades a aplicar, así como los criterios de selección de los contenidos basados en su significación para la vida de los escolares al posibilitar su preparación.
- Seleccionar los medios, métodos, procedimientos que mejor se ajusten a la actividad y a las particularidades e intereses.

 La estructuración lógica de las clases a impartir en cada actividad a partir de:

1- Su nivel de complejidad, el nivel de profundidad con que ha sido abordado anteriormente en otras actividades.

2- Criterios de selección de los contenidos basados en su significación para la vida adulta e independiente de este grupo poblacional y que posibilite la solución de problemas.

 La selección de los medios, métodos, procedimientos que mejor se ajusten a la lógica interna del tema, a las particularidades e intereses de los escolares y al estilo de trabajo del profesor.

Estas precisiones en su desarrollo práctico, se ajustan a las características de cada una de las actividades adaptadas que se realizan en la Escuela Especial, así como al empleo de métodos y procedimientos que se proponen para desarrollar las clases de Educación Física Adaptada, con el objetivo de preparar a este escolar para su futura vida adulta e independiente.

La cuarta etapa es la de ***evaluación****.*

Esta cuarta etapa coincide con la fase final de todo proceso de dirección, o sea, control y evaluación, que permitió enjuiciar el proceso de ejecución en correspondencia con el de planificación y rediseño.

La evaluación de estos escolares se realizó sistemáticamente a través de un diario que llevó el profesor, el cual le permitió archivar el comportamiento de estos luego de la aplicación de las actividades integradoras, oficialmente se entregó una evaluación cada tres meses de manera integral.

Comprobación práctica de la propuesta. Tipo de estudio y principales resultados.

La comprobación práctica se basó en un estudio de caso y la metodología aplicada para su realización es la propuesta por Rizo y Campistrous (2005) para este tipo de estudios.

Esta comprobación se desarrolló con el caso seleccionado para el estudio con la finalidad de comprobar el estado del desarrollo integral de estos, después de haber aplicado la metodología propuesta, la que en el contexto de la Educación Física Adaptada facilitó la atención educativa.

Al transcurrir 10 meses de actividades físicas con estos escolares autistas, se aplicaron cada tres meses las evaluaciones establecidas en cada una de las dimensiones.

Con la aplicación de la metodología para la atención educativa de escolares autistas en el contexto de la Educación Física Adaptada se pudo lograr:

- Preparar a los escolares autistas para su futura vida adulta e independiente.
- Permitirle intercambiar con sus semejantes y desarrollarse en sociedad.
- Comunicarse a través no solo de la palabra sino de gestos y señas.

- Realizar acciones físicas necesarias en su actuar diario con objetos y fenómenos que ocurren en su vida, empleando la motricidad gruesa y fina.

- Disminuir las agresiones y autoagresiones en un contexto social determinado, así como la dependencia del objeto de preferencia al realizar las actividades programadas.

Conclusiones

El proceso de la Educación Física Adaptada para escolares autistas se ha caracterizado por un enfoque general, que no ha permitido el abordaje en la atención personalizada en su diversidad. No se han tenido en cuenta las potencialidades de la Educación Física Adaptada como contribución al desarrollo integral de estos escolares.

La metodología propuesta, expresión de la concepción elaborada, permitió a partir de su estructura, funcionamiento y el tránsito de sus etapas, organizar el proceso de atención educativa a escolares autistas con bajo nivel de funcionamiento en el contexto de la Educación Física Adaptada.

La implementación de la propuesta permite evaluar los resultados y se considerar la valoración de sus aspectos esenciales, para la atención educativa desde la Educación Física Adaptada a escolares autistas con bajo nivel de funcionamiento.

Bibliografía

1. Figueredo, L. (2008). Actividades físicas en el hogar para el desarrollo psicomotriz en niños autistas. Tesis de Maestría (Maestría en Actividad Física Comunitaria). Granma, I.S.C.F. “Manuel fajardo”
2. Figueredo, L. (2011). Metodología para la atención educativa de escolares autistas con bajo nivel de funcionamiento, desde la Educación Física Adaptada (Tesis doctoral, Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”
3. García, M. y col. (2005). Psicología Especial. Tomo I. La Habana, Editorial Félix Varela.
4. Garza, F. (2006). Manual avanzado para padres (2da edición)

PSICOM.Cubierta: Taller Creativo PsicologiaCientifica.com, Impresión Digital: PsicologiaCientifica.com. Editores - Bogotá D.C. Colombia.

5. Gómez, I. (2009). La educación familiar desde un enfoque de Autodesarrollo para la socialización del niño con autismo. Pedagogía 2009. Matanzas, I.S.P. “Juan Marinello”.
6. _____. (2005). La socialización del niño autista: un reto para la familia cubana actual. Tesis de maestría (Maestría en actividad comunitaria). Villa Clara, Universidad Central “Martha Abreu”.
7. _____. (2005). Un Acercamiento al autismo. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. La Habana, Cuba.
8. González, S. (2007). Educación física y autismo. *Revista Digital* (Buenos Aires) Año 12 - N° 110 - Julio. Disponible en: http://www.efdeportes.com/. Consultado el 30 de Noviembre de 2010.
9. Riviére, A. (1997). El tratamiento del autismo como trastorno del desarrollo: nuevas perspectivas. Madrid (España), Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales: secretaría General de Asuntos sociales: Instituto de Migraciones y Servicios Sociales (IMSERSO).
10. Salazar, J. (2000). Abriendo Fronteras. Disponible en: http://www.casadelibro.com. Consultado el 12 de septiembre 2011

Titulo: Prevalencia de inactividad física en estudiantes universitarios latinoamericanos: una revisión sistemática

Autor: M.Sc. Luis Gabriel Rangel Caballero, dcultu@ustabuca.edu.co Profesor Titular

Forma de Presentación: Ponencia

País: Colombia

RESUMEN

La inactividad física, junto con el tabaquismo, el uso nocivo de alcohol y una dieta poco saludable son considerados por la Organización Mundial de la Salud como los cuatro factores de riesgo comportamentales que aumentan el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles.

Objetivo: describir las prevalencias de inactividad física en estudiantes universitarios latinoamericanos a partir de la literatura científica consultada.

Materiales y métodos: se realizó una revisión sistemática en la que fueron analizados 292 artículos mediante búsqueda electrónica en bases de datos. Después del análisis, fueron seleccionados 47 estudios que cumplieron los criterios de inclusión.

Resultados: El rango de prevalencias encontradas para la inactividad física fue de 9,2% a 91,5%. La media total de las prevalencias analizadas fue de 52,57% ±22,53%. El 70% de los artículos analizados presentan datos de prevalencias superiores al 40% (n=34 artículos). El instrumento más utilizado en los estudios incluidos fue el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ por sus siglas en inglés). Se encontró que las mujeres presentan mayores prevalencias de inactividad física que los hombres.

Conclusiones: los resultados evidencian la presencia de un estilo de vida poco saludable en la población universitaria latinoamericana.

Palabras clave: actividad física, estudiantes universitarios, GPAQ, IPAQ,

Título: Programa de actividades físicas terapéuticas para el tratamiento de la artrosis lumbar en el adulto mayor en la comunidad.

Autor: Dr. C José Ezequiel Garcés Carracedo

Coautores: Lic José Manuel Tamayo De la Paz

Institución: Facultad de Cultura Física Granma

País: Cuba

RESUMEN:

En este artículo se exponen los fundamentos teóricos metodológicos que constituyen el programa de actividades físicas terapéuticas para el tratamiento de la artrosis lumbar en el adulto mayor del círculo de abuelo del Consejo Popular El Valle-Unión del combinado deportivo Siboney del municipio Bayamo, provincia de Granma, tuvo como objetivo el diseño del programa para disminuir los síntomas de la artrosis lumbar que presentan esta población investigada. Es un estudio de campo, apoyado en un diseño pre-experimental. La población está compuesta por 30 adultos mayores con artrosis lumbar, con edades comprendidas entre 65 y 75 años. Fueron utilizados métodos teóricos y empíricos de la investigación, los cuales permitieron la obtención de información necesaria sobre el objeto de estudio y la interpretación de los datos obtenidos durante su aplicación. La importancia de los resultados estuvo en la estructuración de un programa, que revela las potencialidades de los ejercicios físicos terapéuticos en función de disminuir los síntomas de la artrosis lumbar del adulto mayor, lográndose aumentar la movilidad articular, la capacidad funcional y la disminución del dolor mediante la influencia del trabajo terapéutico de la actividad física, como respuesta a un problema de salud en este grupo poblacional.

Palabras Claves: ejercicios físicos terapéuticos, adulto mayor, artrosis lumbar, movilidad articular y capacidad funcional.

Titulo: Programa de ejercicios físicos en pacientes con Esclerosis Múltiples.

Autor: Dr. Ismael Kouyate

País: Guinea

RESUMEN

En ese estudio aplique un programa de ejercicios físicos a un grupo de pacientes que padecen de esclerosis Múltiples actuando de ese modo sobre el sistema osteomioarticular. Al grupo se le hizo un seguimiento para medir la efectividad del programa. El estudio se realizó con 12 pacientes que consiste en mujeres y hombres en edad comprendida entre 25 y 40anos. El proceso transcurrió en un lapso 12meses. En esa investigación pretendí demostrar la efectividad de un programa de ejercicios físicos en la rehabilitación de pacientes con esclerosis múltiples.

TIPO DE ESTUDIO: Estudio pre-experimental de control mínimo con pretest-postest, un solo grupo.

PALABRAS CLAVE: Ejercicios Físicos, Esclerosis Múltiples, Rehabilitación.

INTRODUCCION- La Esclerosis Múltiple es la enfermedad desmielinizante progresiva que afecta al sistema nervioso central produciéndose pérdida de la mielina y con ella perdida de la conducción de los impulsos eléctricos, dejando múltiples áreas de esclerosis llamadas placas de desmielinizacion. La velocidad y eficiencia con que se conducen estos impulsos permiten realizar movimientossuaves rápidos y coordinados. La causa de esclerosis múltiple se desconoce, pero se plantea un factor ambiental y genético. Se manifiesta por aparición de síntomas- trastornos motrices sensitivas del lenguaje y del equilibrio. Actualmente en el mundo la esclerosis múltiple constituye una de las causas de discapacidad en jóvenes. Por lo que se ha de trazar estrategias de intervención mediante un programa bien concebido para lograr disminuiraltos índices de discapacidades y evitar complicaciones mayores y o la muerte. El ejercicio físico esta dirigido a mejorar condición física de esos pacientes. Es un programa que se

adapta para lograr un impacto individual físico psíquico y social. Se tiene antecedente de uso del ejercicio físico en la cultura física, pero en ese estudio pretendo conocer su efecto y eficacia en pacientes con esclerosis múltiples por lo que planteamos elobjetivo de determinar cómo un programa de ejercicios físicos puede mejorar la condición física de pacientes con esclerosis múltiples.

MUIESTRA: el estudio se realizó en el hospital Donka de Guinea Conakry por un periodo de 12 meses, de enero a diciembre 2016. En un total de 12 pacientes compuesto por 8 mujeres y 4 hombres con rango de edad de 25 a 40años. Todos los participantes en el programa padecen de esclerosis múltiples.

DESCRIPCION DEL PROGRAMA

1ra etapa-estudio de antecedentes e identificación de necesidades

2da etapa-diagnóstico del estado actual.

3ra etapa-constataciónempírica del tratamiento rehabilitador

METODOLOGIA

Nivel Teórico.

1. Analíticosintético
2. Inductivo-deductivo
3. Histórico-lógico
4. Sistémico estructural funcional

NIVEL EMPIRICO

5. Medición
6. Experimento
7. Encuesta
8. Observación
9. Análisis de documentos

MATEMATICOS ESDADISTICOS

1. desviación estándar
2. media aritmética
3. decimas de Wilcox

OBJECTIVOS DEL PROGRAMA

General:contribuir a mejorar la condición física de los pacientes con esclerosis múltiples.

Específicos.

- Modular espasticidad
- Mejorar equilibrio
- Incrementar la amplitud articular sin presencia de dolor
- Lograr la independencia funcional

ETAPAS DE PROGRESION DEL PROGRAMA DE EJERCICIO FISICO

Etapa1: familiarización

Etapa2: mantenimiento

Etapa3: consolidación

EJERCICIOS FISICOS

Estiramientos

Ejercicio de frenkel

Ejercicios posturales y de equilibrio

Ejercicios de fortalecimientos generales

Ejercicios respiratorios

EVALUACION FUNCIONAL

Escala analógica visual ´para medir el dolor.

Escala de asworth para medir espasticidad

Test de tinetti para medir equilibrio

CONCLUSIONES

1. La concepción metodológica del programa de ejercicios-terapéutico propuesto permitió fundamentar teórico y metodológicamente, la

rehabilitación de pacientes con esclerosis múltiples a partir de una mejor organización y dosificación de los contenidos empleados.

2. El diagnóstico realizado evidenciodeficiencias en la independenciafuncionalde los pacientes,dada por la espasticidad articular,limitación de la amplitud articular, disminución de la fuerza y presencia de dolor severo
3. La estructura del programa de ejercicio físicoterapéutico propuesto, permitió la rehabilitación de los pacientes a partir de la utilización de ejercicios pasivos, activos libres y activos resistidos ordenados metodológicamente y con una dosificación teniendo en cuenta sus características individuales.
4. Después de aplicado el programa de ejercicio terapéutico se comprobó que los pacientes mejoraron su funcionalidad logrando modular la espasticidad,alcanzándose un incremento en la movilidad articular,la fuerzamuscular y el equilibrio para realizarlas actividades de la vida diaria, aspectoque permiteafirmar que se acepta la hipótesis

BIBLIOGRAFÍA

1. Academia de Ciencias de la URSS (1984). Diccionario de Filosofía. Editorial Progreso, URSS.
2 .Alurralde, J M, Scavo, M, Rodrigo A. (s.f). Bases epistemológicas, sanitarias y legales respecto a la participación de la Educación Física en el proceso de rehabilitación. Disponible en: http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires - 9 - N° 60 – Consultado el 16 de Mayo de 2004.
3. Álvarez de Zallas, Carlos. (1995). Metodología de la investigación científica. Santiago de Cuba, Universidad de Oriente. 65 p.
4. Álvarez de Zallas, Carlos. (2000). La investigación Científica en la Sociedad del Conocimiento. Aponte PA. (1996).
5. Ayánpérez, C.L. (2006): *Esclerosis Múltiple y Ejercicio Físico*. Wanceulen Editorial Deportiva.
6. Ejercicio físico en personas con esclerosis múltiple http://www.efdeportes.com/efd140/ejercicio-fisico-en-personas-con-esclerosis-multiple.htm. Consultado en línea 4 noviembre 2014
7. Ejercicios Enfermedades neurológicas. Esclerosis múltiple.**http://www.dmedicina.com/enfermedades/neurologicas/esclerosis-multiple.** Consultado en línea 10 abril 2015
8. Ejercicios Prácticos de Estiramiento para las Personas con Esclerosis Múltiple. *Un Manual Ilustrado.*
9. Evolución, pronóstico y supervivencia de los pacientes con esclerosis Múltiple. Madrid: MAPFRE; pp135-43.
10. Barrios, J. (2009). Programa de ejercicios físicos para los tripulantes técnicos de la aviación civil. Tesis de grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) La Habana, ISCF.
11. Bergara M. Juan. (2006). Apuntes Neuroanatomía Kinesiología. Universidad de playa ancha.

12. Clasificaciones de la OMS sobre discapacidad. (2001) Disponible en: http://www.usuarios.discapnet.es/disweb2000/art/ClasificacionesOMSDiscapacida.pdf. Consultado el 25 de junio del 2009.

Título: Programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con Fibromialgia.

Autores: Lic. Juan Miguel Rodríguez Gámez*, juanmi25@nauta.cu

M.Sc. Yusleidy Marlie Gordo Gómez**, ygordo@fcf.uho.edu.cu

Dr. C. Darvin Manuel Ramírez Guerra**, dramirezg@fcf.uho.edu.cu

Institución: *Combinado Deportivo 4 de abril. INDER Holguín.

**Universidad de Holguín, Facultad Cultura Física

País: Cuba

Resumen

En la investigación se abordan los fundamentos teóricos relacionados con la Fibromialgia y la importancia del ejercicio físico para contribuir a la rehabilitación de los pacientes aquejados con esta patología. En la misma se elaboró un programa de ejercicios físicos que contiene varios talleres y ejercicios aeróbicos, de estiramiento y corrección postural. Dentro de los métodos científicos de orden teórico empleados están: histórico–lógico, análisis síntesis, inducción–deducción, así como la observación, la entrevista y la medición dentro del nivel de conocimiento empírico y de los matemáticos estadísticos: La estadística descriptiva y el análisis de tendencia. Los resultados obtenidos muestran que el programa elaborado contribuyó a la rehabilitación física de los pacientes con Fibromialgia, considerándose como un elemento de vital importancia por ser una patología que afecta a miles de personas en Cuba y el mundo. Las conclusiones y recomendaciones abordan la necesidad de la continuación de estudios referentes a este tema.

Introducción:

En el mundo se ha reportado una alta incidencia y prevalecía de las afecciones degenerativas en el sistema osteomioarticular, donde las enfermedades reumáticas y dentro de estas la Fibromialgia (FM) ocupan un lugar importante, pues pueden generar diversas discapacidades al individuo que conducen a un compromiso importante de las actividades de la vida diaria. El déficit en el recorrido funcional articular, las contracturas poco reductibles o progresivas y el dolor muscular así como articular, constituyen elementos que van a generar algún grado de discapacidad en el paciente.

La Fibromialgia, es una enfermedad crónica, generalizada que se caracteriza por dolor de larga duración en los músculos y en el tejido blando circundante a las articulaciones de todo el cuerpo. Puede ser especialmente intenso en algunos puntos como son: zona occipital y cervical, en la parte alta y baja de la espalda, rodillas, codos y glúteos. La intensidad del dolor varía de día en día y puede cambiar de lugar, pudiendo llegar a ser más severo en aquellas partes del cuerpo que se usan más (cuello, hombros, caderas y pies). En algunas personas el dolor interfiere en las tareas diarias y cotidianas, mientras que en otras solo les ocasiona un malestar leve.

La Fibromialgia (conocida por las siglas «FM») es una patología crónica y compleja que causa dolores generalizados, agotamiento profundo, así como variedad de otros síntomas. Como lo sugiere su nombre, la Fibromialgia principalmente afecta los tejidos blandos del cuerpo. El nombre se deriva de «fibro», o tejidos fibrosos (tales como tendones y ligamentos), «mio», o músculos y «algia», que significa dolor. Aunque se llamó Fibrositosis por muchos años, ahora el nombre es Fibromialgia. A diferencia de la Artritis, la Fibromialgia no ocasiona dolor o hinchazón de las articulaciones; más bien, produce dolor en los tejidos blandos y en todo el cuerpo. Esta enfermedad produce pocos síntomas que se pueden percibir abiertamente, como la «invalidez invisible». Aunque es más común en mujeres adultas, también puede afectar a niños, ancianos y hombres.

En el siglo XIX la Fibromialgia era conocida como Neurastenia. La primera descripción es la del británico Richard Manningham (1842), en su publicación de febrícula o fiebre baja y fatiga.

En 1843 el anatomista Robert Froriep describió una asociación entre reumatismos y puntos dolorosos de músculos rígidos a la cual llamó Musckelschwiele, mientras que en 1869 el médico estadounidense George Beard, escribió un libro llamado «American Nervousness» utilizando el término de Neurastenia aplicado a las personas que presentaban pérdida de fortaleza, fatiga o cansancio de manera crónica.

Aunque las causas aún no han sido bien aclaradas, se piensa que la Fibromialgia puede estar causada o agravada por estrés físico o mental, traumatismo físico, exposición excesiva a humedad o frío, sueño deficiente o padecer una enfermedad reumática. Muchos de los casos empiezan después

de hechos puntuales, como infecciones víricas o bacterianas, accidentes de automóvil, etapa de climaterio y menopausia. También puede aparecer sin ningún factor predisponente. Han podido integrarse así, teorías que abarcan las diferentes y complejas relaciones entre los mecanismos de sueño-vigilia, el eje hipotalámico-hipofisario-adrenal, los centros de procesamiento de las vías del dolor (fenómenos de sensibilización central y periférica del dolor) y el sistema nervioso autónomo (alteraciones en el tono autonómico o simpático-vagal (hiperreactividad simpática sostenida con hiporreactividad simpática ante el estrés).

La prevalencia de la Fibromialgia se sitúa alrededor del 6% de la población general adulta que acude al médico, llegando hasta el 15% en las consultas reumatológicas y también cerca del 6% de la población pediátrica. Se presenta especialmente en el sexo femenino. Puede iniciarse a cualquier edad, aunque es más frecuente entre los 20 y los 50 años y no es rara la relación temporal con algún tipo de traumatismo. Estudios internacionales han concluido que la Fibromialgia puede ser tan incapacitarte como la artritis reumatoide y es causa importante de invalidez y pensiones.

En Cuba, hasta la fecha, se han publicado dos estudios transversales prospectivos con el objetivo de conocer la prevalecía de las enfermedades del aparato locomotor, dónde la más frecuente es la artrosis que afecta entre un 24 y un 26% de la población por debajo de los 65 años, siendo en las mujeres más que en los varones, igualándose los valores a partir de dicha edad. Otros procesos diagnosticados son los reumatismos de partes blandas que afectan entre un 10 y un 20% de la población cubana.

Según múltiples estudios publicados, dentro de los que se pueden citar: Ejercicios aeróbicos en la Fibromialgia, Bennet et al. (1988). Perfil de técnicas psicoterapéuticas para pacientes con Fibromialgia, García González (2007). Ejercicio físico en la Fibromialgia, Álvarez (2003) entre otros, plantean que la actividad física y deportiva es uno de los procedimientos más asequibles y que más pueden beneficiar a los pacientes con Fibromialgia, además, así está reconocido y recomendado diariamente por los fisiatras y reumatólogos con más experiencia en esta afección. La actividad física o el ejercicio físico, es una herramienta de salud en la Fibromialgia, que no resulta cara de aplicar y proporciona beneficios indispensables para estos pacientes. El ejercicio es

esencial para aminorar los síntomas de esta patología debido al dolor, la fatiga y la debilidad que sienten los individuos con esta enfermedad, ya que la mayoría presentan una condición física inadecuada. El ejercicio aeróbico sin embargo, posee efectos analgésicos y antidepresivos, mejora la sensación de control y bienestar. Además mejora las capacidades físicas de los pacientes portadores de esta afección.

Son varios los autores que resaltan con mucha seriedad el seguimiento y atención médica a los pacientes con Fibromialgia dentro de los que se pueden mencionar: Sarró (2002), Cayetano y Rivera (2005), Taylor, Hernández y Rodríguez (2005), Olivé, Monteagudo y Wolf (2006), Hernández (2010), Barroso y Muarra (2011). Sin embargo, en la revisión a la literatura especializada se pudo constatar que son insuficientes las orientaciones, metodologías y programas orientados a la rehabilitación de los pacientes con Fibromialgia.

Teniendo en cuenta estos elementos y el diagnóstico exploratorio inicial a partir de las entrevistas y encuestas, se constataron las siguientes insuficiencias:

- Por las características de la enfermedad los pacientes con Fibromialgia presentan irregularidades para asistir a las sesiones de rehabilitación.
- Son insuficientes los programas que orientan a los profesores de Cultura Física y Fisiatras de los Centros de Rehabilitación Integral para desarrollar el proceso de rehabilitación comunitaria con los pacientes con Fibromialgia.
- Insuficiente conocimiento de los pacientes con Fibromialgia sobre las características y evolución de su patología.
- Pobre utilización de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de pacientes con Fibromialgia en las áreas terapéuticas comunitarias.

A partir de los elementos teóricos abordados y la carencia en la práctica se plantea el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir a la rehabilitación física comunitaria de los pacientes con Fibromialgia?

Para dar solución al problema científico se plantea el siguiente **objetivo:** elaborar un programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con Fibromialgia.

Muestra y Metodología.

La investigación se desarrolla con una muestra aleatoria de 101 pacientes utilizando el procedimiento de tómbola, cuya edad promedio es de 43.5 años de edad.

Desarrollo:

El programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con Fibromialgia tiene como objetivo general: desarrollar la rehabilitación comunitaria de la Fibromialgia mediante ejercicios físico.

Está compuesto estructuralmente por tres bloques que serán descritos a continuación y cada uno de ellos posee sus objetivos específicos:

El primer bloque es de orientación y capacitación, tiene como objetivo: potenciar el conocimiento de los profesores y pacientes sobre las características, evolución y desarrollo de la enfermedad, así como los beneficios del ejercicio físico y su rehabilitación comunitaria a través del mismo, debido a que estos poseen un bajo conocimiento en cuanto a su patología.

Se divide en dos momentos uno dirigido a las recomendaciones para la prescripción y control del ejercicio físico en la Fibromialgia y el otro a la elaboración de talleres de capacitación.

Primer momento. Recomendaciones para la prescripción y control del ejercicio físico en la Fibromialgia.

Las recomendaciones de actividad física para el desarrollo y mantenimiento de la salud en adultos (18-65 años) sugieren el entrenamiento aeróbico:

a) la frecuencia de ejercicio al menos 3 días por semana.

b) la intensidad de ejercicio suficiente para alcanzar o superar el 40% de la frecuencia cardíaca de reserva (rango 40% a 85%) o el 64% de la FC máx (rango 64% a 94%).

c) los períodos de sesiones de al menos 20 minutos de duración (rango 20 a 60 minutos), ya sea con ejercicio continuo o intermitente en bloques de 10 minutos, y el uso de cualquier modalidad de ejercicio aeróbico que implique el uso de los principales grupos de músculos en las actividades rítmicas.

d) Un período de tiempo total de al menos 6 semanas.

Para fortalecer los músculos, los requisitos de los ejercicios de dosificación son los siguientes:

a) Frecuencia de 2 a 3 días por semana.

b) Un mínimo de 8 a 12 repeticiones a una intensidad que permita realizar en tiempo cada ejercicio, utilizando cualquier tipo de ejercicio de fortalecimiento.

Para la flexibilidad:

a) la frecuencia de ejercicio ≥ 2 días por semana.

b) la intensidad necesaria para causar un malestar leve.

c) De 3 a 4 repeticiones con una duración de 10 a 30 segundos.

Figura 1. Programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de la Fibromialgia

Fases de la propuesta de ejercicios.

1. Calentamiento: sirve para preparar el cuerpo para la fase de preparación física de la clase. Debe durar entre dos y cinco minutos y tener baja intensidad.

2. Fase de Trabajo: es la fase de ejercicio activo propiamente dicha. Esta fase no puede estandarizarse, sino que debe diseñarse para cada paciente. Debe ser lo suficientemente intensa como para alcanzar la Frecuencia Cardíaca prevista sin pasar el nivel de percepción de agotamiento citado. La duración depende del nivel de entrenamiento, pero de forma general se puede fijar el objetivo en 20-30 minutos.

3. Estiramientos: debe finalizar siempre su sesión de ejercicios con estiramientos (sin llegar al límite) de sus piernas, brazos y tronco. Representa la continuación de la fase de “trabajo”. Es esencial para reducir el dolor y la rigidez.

4. Recuperación o reposo: cada periodo de ejercicio debe seguirse de un reposo en silencio y relajación donde la respiración adquiere un especial valor. Debe evitar cambios bruscos de temperatura en esta fase, que debe prolongarse hasta su normalización absoluta.

El segundo momento es la elaboración de talleres para la capacitación tanto de los profesores como de los pacientes:

Por las particulares de esta patología se considera importante brindar conocimientos fundamentales a los pacientes con Fibromialgia, acerca de las características, evolución y desarrollo de la enfermedad, así como los beneficios del ejercicio físico y su rehabilitación a través del mismo, debido a que estos poseen un bajo conocimiento en cuanto a su patología. Es por esto que se elaboraron cuatro (4) talleres con el objetivo de orientarlos antes de iniciar el proceso de rehabilitación. Teniendo en cuenta los siguientes aspectos para el desarrollo de los talleres.

- Objetivo y contenido a tratar según las necesidades de aprendizaje de los pacientes.
- Nivel de escolaridad de los pacientes.
- Recursos y medios a utilizar.
- El tiempo de duración, las frecuencias de los talleres y el horario de que disponen los pacientes con Fibromialgia.
- Las condiciones del local.
- La cantidad de pacientes que participan.

Ejemplo de uno de los talleres:

Taller # 2:

Contenido: importancia de los ejercicios físicos sistemáticos en la rehabilitación de los pacientes con Fibromialgia.

Objetivo: elevar el nivel de conocimiento de los pacientes con Fibromialgia sobre la importancia de los ejercicios físicos y su efecto.

Medios: TV, Video, papel y lápiz.

Participan: los pacientes y el profesor de Cultura Física.

Frecuencia: 1

Hora: 4:30 pm

Duración: 1 hora

Local: en el hogar de uno de los pacientes.

El **segundo bloque** elaboración y aplicación tiene como objetivo: seleccionar los ejercicios físicos terapéuticos que pueden ser aplicados en la rehabilitación comunitaria de la Fibromialgia.

Este bloque cuenta con dos momentos:

Primer momento: consideraciones metodológicas para la correcta ejecución de los ejercicios aeróbicos en los pacientes con Fibromialgia.

Durante la rehabilitación física de los pacientes con Fibromialgia se deben observar las reglas siguientes establecidas por Frenkel, H.S del cual el autor de la presente investigación asume 6 de ellas:

Las Instrucciones deben realizarse con voz monótona y uniforme y los ejercicios en forma numerada.

Cada ejercicio o grupo de ejercicios deben ser exhibidos por el paciente, es decir, que debe ser capaz de realizarlo de forma correcta antes de permitirle pasar a un ejercicio más difícil. Debe lograr una precisión de prácticas, pero los ejercicios deben ser suficientemente variados para evitar el aburrimiento.

No deben realizarse ejercicios que supongan un intenso trabajo muscular. La progresión se realizará por complejidad, pero no por potencia.

Los movimientos deben realizarse, al principio, más bien en forma lenta y después más rápido; esta última modalidad es más difícil ya que exige una mayor regulación. Si durante la realización de los ejercicios o antes de realizarlos el paciente siente cualquier molestia, mareos, fatiga, decaimiento o sudoración atípica, se debe suspender la ejecución de los mismos.

PLAN DE EJRCICIOS FISICOS.	
Frecuencia: 3 veces a la semana	**Tiempo de duración: 45-60 minutos**
Intensidad: del 60 al 80 % de la frecuencia cardiaca máxima (FCM)	
Partes de la clase	**Contenido de la propuesta de ejercicios**
Inicial	**Ejercicios de calentamiento**. Se realizarán ejercicios lentos y fluidos con el objetivo de preparar al organismo para los ejercicios posteriores.
Principal	**Ejercicios aeróbicos.** Se realizarán ejercicios como: caminar, marcha en el lugar y ejercicios combinados. Es necesario ir aumentando las cargas según la capacidad de cada paciente.
	Ejercicios para corregir la postura. Se proponen ejercicios para contribuir a la rehabilitación postural, además de fortalecer los músculos que intervienen en estas posiciones.
	Ejercicios de estiramientos. Se desarrollarán ejercicios para lograr estirar los músculos adoloridos.
Final	**Ejercicios respiratorios o de recuperación.** Para ejercitar en los paciente la correcta respiración, para aumentar la capacidad ventilatoria y la tolerancia al ejercicio y así lograr una mejor recuperación.

En el **segundo momento** de este bloque se presentan los ejercicios físicos para los pacientes con Fibromialgia. Para una mayor comprensión se organizan por cada una de las partes de la sesión de rehabilitación comunitaria.

Parte inicial.

Ejercicios de calentamiento.

Se realizarán ejercicios de calentamiento general con movimiento de gran parte del cuerpo y que sean de fácil asimilación por parte de los pacientes.

Para lograr la correcta postura en bipedestación, se deben conocer los elementos esenciales para mantenerse parado de forma estable y equilibrada:

• Piernas separadas, al ancho de los hombros.

• Las puntas de los pies, 15 grados hacia los bordes externos.

• Las rodillas en extensión total.

• La cadera en hiperextensión total.

• El tronco erguido.

• La cabeza erecta.

Ejemplo de ejercicio para el calentamiento.

P.I Parada, piernas al ancho de los hombros y brazos a los lados del cuerpo.

Realizar elevación horizontal de los brazos (extendidos) arriba respirando y volver a la P.I.

Parte principal.

Ejercicios aeróbicos.

Se recomienda realizar un trabajo aerobio regular a una intensidad entre el 60 y el 80% del VO2 máx, o entre el 70 y el 80% de la frecuencia cardiaca y con una duración aproximada de 20 a 30 minutos diarios o en días alternos, siempre teniendo en cuenta el estado general del paciente y su disposición a la realización de los ejercicios. A partir de ahí se recomiendan los aumentos periódicos, sin llegar a los síntomas previstos.

Ejemplo de ejercicio para la parte principal.

Ejercicio # 1.

Caminar. Avanzar hacia delante con pasos largos, a una distancia de 7 mts.

Ejercicio # 2.

Caminar, comenzar a intensidad baja de 40 – 50 metros/ minutos, aumentar a intensidad media de 50 – 60 metros/ minutos y llegar a intensidad alta de 60 – 70 metros / minutos según las capacidades de cada paciente.

Corrección postural.

Reserva y mejora la musculatura abdominal y para espinal. Rehabilita las posiciones viciosas.

Ejemplo:

P.I Parada, brazos al lado del cuerpo.

Contraer los músculos de la espalda adoptando una posición cómoda y llevando los pectorales al frente. Sostenerse en esta posición 5 segundos y regresar a la P.I

Ejercicios de estiramientos.

Recupera o restablece la amplitud normal del movimiento de las articulaciones y la movilidad de los tejidos blandos que rodean la articulación, Previene contracturas, aumenta o mantiene la flexibilidad general. Pone en práctica grandes planos musculares para cada parte del cuerpo que se realice.

Ejemplo de ejercicio para la parte final o de recuperación.

P.I Parada con los dedos entrelazados detrás de la cabeza. Mantén los codos estirados hacia el exterior con la parte superior del cuerpo erguida. Empuja tus omoplatos uno contra el otro, estirando la espalda. Mantén la posición durante 4 segundos y luego relájate llevando los brazos abajo. Realizar el ejercicio 2 veces.

Parte final.

Ejercicios de respiración.

Contribuye al aumento de la capacidad ventilatoria y la tolerancia al ejercicio de los pacientes que padecen de Fibromialgia. Reduce los síntomas respiratorios. Mejora la relajación física y mental

Ejercicios preparatorios:

1. Adopción de postura correcta, cómoda y relajada.
2. Suspiro audible.
3. Inspirar y espirar por las dos fosas nasales.
4. Tomar el aire por la nariz, inflando el abdomen y espirarlo por la boca.

Ejemplo:

Caminar lentamente contando 3 pasos inspirando y 3 pasos espirando durante 30 segundos.

Ejercicios de la Medicina Natural y Tradicional.

Los ejercicios de qi-gong se aplicaron en la parte final de la rehabilitación física y se realizaron con fines de aliviar el dolor producido por esta patología como el síntoma más significativo. Se seleccionaron 8 ejercicios fundamentalmente aeróbicos que fueron asumidos de Mulet (2006).

A manera de ejemplificación se explicitarán dos de ellos:

Ejemplo:

Posición de pie. Se estira una mano por encima de la cabeza como dirigiéndose hacia el cielo mientras que la otra lo hace a lo largo del cuerpo hacia el suelo. Al mismo tiempo que se ejecuta ese estiramiento se inspira hasta llegar a la máxima extensión. Se relaja y espira durante el cambio. Luego se ejecuta cambiando de posición de las manos, es decir del otro lado.

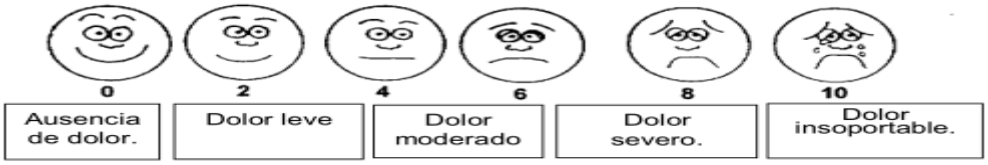
El tercer bloque es de evaluación y seguimiento y tiene como objetivo: determinar la efectividad del programa de ejercicios física para la rehabilitación comunitaria de pacientes con Fibromialgia.

Para conocer la efectividad del programa se utilizaron los siguientes instrumentos:

- Escala Analógica Visual (EAV).

Objetivo. Determinar el estado en que se encuentran los pacientes debido a la intensidad del dolor.

Descripción: consiste en entregarle a cada paciente un documento que representa su cara, la cual el debe marcar según su criterio cómo se encuentra.



Escala evaluativa:

De (0-1punto) analgesia. De (2-5puntos) dolor leve. De (6-7puntos) dolor moderado. De (8-10 puntos) dolor severo.

- Cuestionario de Impacto de Fibromialgia

Objetivo: determinar el desarrollo de las actividades de la vida diaria (Ir de compras, limpiar su casa, caminar varios centenares de metros, visitar a los amigos y parientes), el dolor y cansancio de los pacientes.

Descripción: Consiste en un cuestionario con 10 preguntas que abordan en su contenido los aspectos declarados en los objetivos.

Análisis de los resultados obtenidos.

En la investigación se utilizó la estadística descriptiva e inferencial, la primera en el análisis porcentual que se realizó para valorar la mejoría de los pacientes estudiados. Mientras que la inferencial su utilizó para comparar la existencia de diferencias estadísticas entre el momento inicial es decir antes de aplicar el programa y final luego de aplicado, para lo cuál se utilizó la prueba de los signos con una distribución binomial y un nivel de significación de 0.05.

Resultados.

A continuación se muestra un resumen de los resultados obtenidos en cada pre-experimento realizado:

Resultados del municipio Rafael Freyre. (2014)

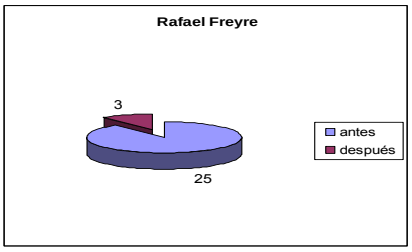
En un momento inicial se realizó una selección de 25 pacientes donde el 100% de ellos poseían el dolor como principal síntoma de la Fibromialgia del Consejo

Popular de Santa Lucia del mencionado municipio, se seleccionó este debido a la existencia elevada de pacientes de esta patología.

Luego se aplicó el programa de ejercicios con una frecuencia de dos horas durante tres días a la semana, que tuvo una duración general de un año, donde se evalúo como principal indicador la disminución del dolor.

Luego de aplicado el mencionado programa se obtuvo que 22 pacientes que representan el 88% de la muestra investigada manifestaron en las respuestas al cuestionario de impacto de Fibromialgia sentir disminución del dolor y solo tres (12%) que se manifestaron tener dolor, aunque refirieron sentirse mucho mejor al enfrentar las diferentes actividades de la vida cotidiana.

Lo antes descrito se evidencia en la gráfica 1.



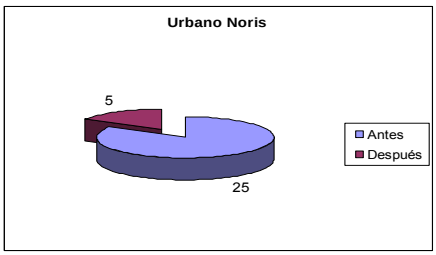
Gráfica 1. Representación gráfica de los resultados del municipio Rafael Freyre

Resultados del municipio Urbano Noris (2015)

Para la aplicación del programa se seleccionaron 25 pacientes del mencionado municipio, los cuales dieron su consentimiento informado luego de su selección al azar utilizando el procedimiento de tómbola dentro del total de pacientes que padecen de esta patología. Posteriormente se aplicó el programa durante un año, con una frecuencia semanal de tres veces y durante dos horas, los que fueron impartidos los profesores de Actividad física comunitaria del Combinado deportivo, donde participaron Licenciados en terapias físicas de los Servicios de Rehabilitación Integral (SRI), también se incluyó al médico y enfermera del consultorio médico de la comunidad donde se realizó la investigación.

Con el propósito de conocer el estado final de la muestra se aplicó el cuestionario de impacto de Fibromialgia, donde se evidenció que 20 pacientes para el 80% de los sujetos investigados mostraron disminución del dolor, aspecto atribuido al efecto positivo del programa de ejercicios aplicado y solo cinco para un 20% manifestaron sentir dolor.

En el gráfico 2 se evidencian los resultados antes descriptos.



Gráfica 2 Representación gráfica de los resultados del municipio Urbanos Noris

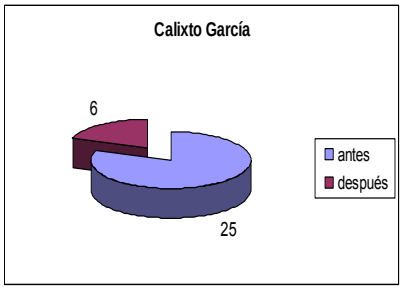
Resultados del municipio de Calixto García (2015)

Teniendo en cuenta las características del estudio realizado se seleccionaron utilizando la técnica de tómbola un total de 25 pacientes del consejo popular Buenaventura 1 del municipio Calixto García.

Para implementar el programa de ejercicio físicos se realizó un momento de socialización con los profesores del área funcional de Actividad física comunitaria de ese consejo popular, donde se determinó el local donde se realizaron los ejercicios y se seleccionaron a los profesores que impartirían el programa, en los cuales se incluyó al personal de salud pública específicamente al médico y enfermera de la familia de la comunidad seleccionada. El programa se aplicó durante un año con una frecuencia semanal de tres días y una duración de dos horas las sesiones realizadas. Luego de aplicado el programa se arrojó a los resultados siguientes:

En cuanto a los pacientes investigados se observó una notable disminución del dolor, pues 19 pacientes para un 76% refirieron en las respuestas al cuestionario de impacto de Fibromialgia sentir mejoría luego de realizar los ejercicios contenidos en el programa, mientras que solo 6 para un 24% refieren tener dolor, aunque argumentan que el programa es bueno pues sus compañeros de grupo han mejorado.

El gráfico 3 representa los resultados obtenidos en este municipio.



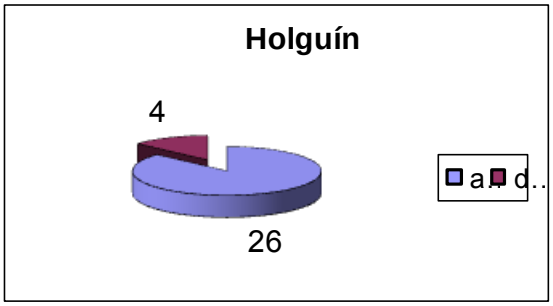
Gráfica 3.Representación gráfica de los resultados del municipio Calixto García.

Resultados del municipio de Holguín (2016)

Para la aplicación del programa se seleccionaron 26 pacientes del mencionado municipio, los cuales dieron su consentimiento informado luego de su selección al azar dentro del total de pacientes que padecen de esta patología.

Luego en integración con instituciones de salud pública y el Inder se aplicó el programa durante un año con una frecuencia semanal de tres días y una duración de cada sesión de dos horas en el horario de la mañana.

En aras de conocer la efectividad del programa una vez finalizado un año de aplicación, se les realizó las preguntas comprendidas en el cuestionario de impacto de Fibromialgia y se observó a los pacientes para valorar la Escala Analógica Visual, arrojando que referido a la disminución del dolor 22 pacientes para un 84,6% de la muestra investigada manifestaron haber sentido disminución del mismo y sentirse mejor después de haber realizado los ejercicios contenido en el programa, solo cuatro pacientes para un 15,3% tener dolor pero consideran que el programa los ayuda mucho, pues mientras realizaban los ejercicios encuentran un espacio para socializar el grupo y le ayuda a olvidar los síntomas de la patología.



Gráfica 4. Representación gráfica de los resultados del municipio Holguín

Para comprobar la existencia de diferencias significativas de los resultados obtenidos se aplicó la prueba no paramétrica de signos. Para la cuál se analiza inicialmente los resultados de los signos de cada uno de los municipios donde se aplicó la investigación, a continuación se mostrará un resumen del resultado obtenido en cada municipio y posteriormente se realizó la prueba de los signos al total de la muestra.

En el municipio Rafael Freyre se obtuvieron 23 signos negativos y solo tres positivos, en el municipio urbano Noris se obtuvieron 20 signos positivos y 5 negativos, en el municipio Calixto García un total 19 negativos y 5 positivos y en el municipio Holguín un total de 22 negativos y cuatro positivos.

Tabla 2. Valoración del resultado de los signos en cada municipio y en la muestra en general.

Municipios	Cantidad de pacientes con dolor antes.	Cantidad de pacientes con dolor después.	Signo (-)	Signo (+)
Rafael Freyre	25	3	22	3
Urbano Noris	25	5	20	5
Calixto García	25	6	19	6
Holguín	25	4	22	4
Total general	101	18	83	18

Al aplicar la prueba seleccionada al total de la muestra se obtiene que: 83 signos negativos y 18 positivos. Ahora bien, se quiere probar la hipótesis que el programa de ejercicios físicos contribuye a la rehabilitación comunitaria de pacientes con Fibromialgia. Por lo que existe una probabilidad de obtener un signo (-) de P = 50 contra otra unilateral de P $>$50, al calcular la media y desviación estándar de la distribución binomial siguiendo el procedimiento plantado por Freund (1988) y aplicar la fórmula de aproximación de la curva normal a la distribución binomial obtenemos que: z= 2.0 y debido que este resultado excede el valor crítico de 1.64 para una prueba unilateral con un nivel de significación de 0,05, se puede aceptar la hipótesis planteada y afirmar que el programa de ejercicios fiscos contribuye la rehabilitación de pacientes con Fibromialgia.

Conclusiones

1. En los estudios de la Fibromialgia, se aprecia unidad de criterios con respecto a las características de la enfermedad y a la importancia del ejercicio físico para la rehabilitación de estos pacientes.
2. El programa propuesto tiene entre sus cualidades que es carácter flexible y dinámico, que permite la incorporación de nuevos talleres, ejercicios y formas de evaluación en correspondencia con las características de los pacientes que se desea tratar, pero siempre con la valoración positiva de especialistas de las ciencias médicas y de la cultura física.

3. Mediante la aplicación del programa de ejercicios físicos para la rehabilitación comunitaria de los pacientes con Fibromialgia se comprobó su factibilidad a partir de los resultados satisfactorios obtenidos en la muestra objeto de investigación.

Bibliografía:

Algunas consideraciones sobre la fibromialgia y actividad laboral. (2002) RCMGI [fecha de acceso 16 de Febrero de 2014]; 18(4).Disponible en: http://bvs.sld.cu/revista/mgi/vol18_5_02/mgisu.5_2007.htm

Arthritis Fundation. (2001) The Arthritis Foundation's Guide to Good Living with Fibromyalgia. Atlanta: Arthritis Foundation. [Internet]. Visitado el día 20 de noviembre del 2013. Disponible en: http://www.institutferran.org/intolerancia_quimica.htm http://www.vivirconsensibilidad.blogspot.com/

Beneficios de los ejercicios físicos en pacientes con Fibromialgia. [Internet]. Visitado el día 28 de noviembre del 2013 Disponible en: http://www.agenciasinc.es/Noticias/Un-estudio-refleja-los-beneficios-del-ejercicio-en-pacientes-con-fibromialgia

Centro Internacional de Medicina Avanzada – Servicio de Reumatología de Barcelona (2008). Programa de ejercicios físicos para pacientes con Fibromialgia. Barcelona. España. PDF.

Evidencias de la prescripción del ejercicio físico en pacientes con Fibromialgia, [Internet]. Visitado el día 28 de noviembre del 2013. Disponible en: http://zl.elsevier.es/es/revista/revista-andaluza-medicina-deporte-284/evidencias-prescripcion-ejercicio-fisico-pacientes-fibromialgia-13187690-revision-2010

Friol GJ, Candebat MA, Rodríguez EB, Rojas BM. (2006) Estudio clínico-epidemiológico de la fibromialgia. Revista Cubana de Reumatología, 2 (2): 25-28.

Gómez Morejón JA et al (2009) Caracterización de la invalidez laboral por enfermedades Reumáticas en el municipio 10 de Octubre, Ciudad de la Habana. Estudio de seis años.

Medicina de Rehabilitación Cubana [Internet]. Escala Visual Analógica. La Habana: Infomed. Visitado el día 2 de octubre del 2013. Disponible en: http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion/eav_1.pdf

Nishishinya MB et al (2006) Intervenciones no farmacológicas y tratamientos alternativos en la Fibromialgia. Medicina Clínica [Internet]; 127(8):295-9. Visitado el día 20 de noviembre del 2013. Disponible en: http://www.elsevier.es/sites/default/files/elsevier/pdf/2/2v126n08a13091956pdf001.pdf

Olive, Monteagudo A et al (2007) Sistema sanitario para los pacientes con enfermedades reumáticas: Un servicio de Reumatología. Seminario de la fundación española de reumatología. Vol. 8 / Núm 3 - pp. 130-44. Descargado el 4 de abril de 2014, de http://www.doyma.es

Penedo Cuello A, Reyes Llerena GA et al (2001) Prevalencia de las enfermedades reumáticas e invalidez asociada en población urbana cubana atendida por el médico de la familia: Aplicación del instrumento COPCORD. Revista Cubana de Reumatología. Vol. III, No. 1(30 – 37).

Reyes Llerena GA et al (2000) Actualización del impacto de las enfermedades reumáticas sobre la calidad de vida en Cuba. Revista Cubana de Reumatología. Vol. II, No. 2(12 – 13)

Rodríguez Castiñeira R. et al (2013) Aprovechamiento multidisciplinario con uso de terapias complementarias y alternativas en fibromialgia. Estudio preliminar. Hospital Provincial Docente de Rehabilitación. Sancti Spíritus, Cuba.

Sharon R, Clark. Ph.D., FNP. Disposiciones para la Fibromialgia. Visitado el día 20 de noviembre del 2013. Disponible en: http://www.institutferran.org/intolerancia_quimica.htm http://www.vivirconsensibilidad.blogspot.com/

Soucase B, Monsalve V et al (2004) Estrategias de afrontamiento ante el dolor y calidad de vida en pacientes diagnosticados de fibromialgia. Revista Sociedad Española del Dolor 11:353-9 [Internet]. Visitada el día 5 de diciembre del 2013. Disponible en: http://scielo.isciii.es/pdf/dolor/v11n6/nota2.pdf

Valdés González A, et al (2011) Integración del masaje terapéutico con el tratamiento convencional en pacientes diagnosticadas de fibromialgia. Revista Médica Electrónica [Internet] 33 (6). Visitada el día 12 de diciembre del 2013. Disponible en:

http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20medica/ano%202011/vol6%202011/tema04.htm

Wilke WS, Corbo DD. (2009). Fibrositis/fibromyalgia: causes and treatment. Compr. Ther; 15 (1): 47-54.

Wolfe F, et al. (2005). The prevalence and characteristics of fibromyalgia in the general population, 38 (1): 19-28.

Título: Programa de ejercicios para la rehabilitación de pacientes con Síndrome Guillain Barré en la atención primaria. Policlínico Turcios Lima.

Autora: Yarlen Rodríguez Delgado, yrdbala2712@inder.cu

Coautora: Dra. C. Lesbia M Pascual Giménez

Institución: Policlínico Luis A Turcios Lima

País: Cuba

Introducción

El avance de la ciencia y la innovación tecnológica hacia planos superiores ha sido una de las características más relevantes en los últimos decenios, lo que ha propiciado el desarrollo en todas las esferas de la vida social de la humanidad.

La Cultura Física y en especial, la Cultura Física Terapéutica, no ha escapado al auge alcanzado por las ciencias aplicadas a la rehabilitación, las que propician un desarrollo del proceso pedagógico hacia el logro de altos resultados en la atención a pacientes con discapacidad.

Las lesiones periféricas constituyen una de las causas más frecuentes de discapacidad tanto en mujeres como en hombres a nivel mundial y continúa siéndolo actualmente. Esta patología afecta a múltiples sistemas y provoca un impacto negativo desde el punto de vista social, físico y psicológico que puede ocurrirle a cualquier persona sin importar sexo ni edad.

Cada día un número creciente de individuos sufre lesiones del sistema neuromuscular que les ocasiona un repentino y brusco cambio en sus vidas. En otros términos, la perdida de la fuerza muscular lesión que ocasiona el Síndrome Guillain Barré produce una dependencia casi total del individuo para realizar sus necesidades elementales, en su relación con otras personas.

Por lo imprevisto de la lesión, provoca por lo general, cambios en la conducta y reacciones en la personalidad del lesionado, que repercuten en su estilo de vida y en sus relaciones interpersonales en el ámbito familiar, conyugal y social; sin

olvidar que con frecuencia conllevan a una limitación funcional.

En América Latina no existen estadísticas que reflejen con exactitud el número de personas con Síndrome guillain Barré. En Cuba los estudios realizados expresan que existe una cifra aproximada 4% de l personas con esta enfermedad son relacionadas con el virus Zika que deja como secuela la perdida de la fuerza muscular.

Una de las más importantes conquistas sociales en nuestro país es la atención médica a toda la población y en especial se brinda atención a las personas que presentan un padecimiento de discapacidad por lesiones periféricas.

El desarrollo adecuado de las terapias rehabilitadoras ha logrado dar un nuevo **horizonte lleno de vida a los pacientes con Síndrome Guillain Barré, por tanto** es conocido que la conducta motriz no debe estar totalmente aislada del propio cuerpo, y más cuando este ha sufrido lesiones del sistema nervioso periférico.

El origen de la Kinesiología y la Cinecioterapia, es la actividad humana y el modo terapéutico de corrección de las secuelas dejadas por las afecciones neurológicas, ortopédicas, traumáticas que generan la aparición de un defecto o deficiencia funcional que limita considerablemente las capacidades físicas, psíquicas o funcionales que convierten a una persona considerada normal, en una persona limitada o discapacitada.

En Cuba esta patología es abordada en los centros de salud; diferentes autores se destacan en las investigaciones sobre el proceso terapéutico en las investigaciones neuromusculares que facilita la rehabilitación física de los pacientes con Síndrome Guillain Barré.

Desde la apertura del Centro de Referencia Nacional Hospital “Julio Díaz”, es muy frecuente la llegada al mismo de pacientes con esta enfermedad (alrededor de 50 al año), cuya expresión clínica se manifiesta por afección motora y sensitiva de las extremidades superiores e inferiores, que con mayor frecuencia conllevan a una recuperación social, dada por las secuelas invalidantes que en

estos pacientes aparecen.

Esta enfermedad siempre fue bien tratada en los centros hospitalarios. En la actualidad los centros de atención primaria cuentan con los medios y el personal profesional para atender a esta población, el Policlínico Luís Antonio Turcios Lima del Concejo popular Mónaco atiende a pacientes con el Síndrome Guillain Barré que son atendidos por la cantidad de casos que en la actualidad asisten a este centro para mejorar su estado de salud.

También en el ámbito de la Cultura Física se han podido conocer varias investigaciones que tratan la terapia física de los pacientes con Síndrome Guillain Barré que ofrecen tratamientos con corriente de media frecuencia (corriente interferenciales), pelóides, cinesiterapia y planes de ejercicios físico.

En los estudios realizados por estos autores, se observa una tendencia a la utilización de la kinesiología, agentes físicos y cinecioterapia al realizar reflexiones teóricas sobre los tratamientos de Kinesiología que no son más que ejercicios físicos. Las principales ventajas de este tipo de actividad le dan la posibilidad al paciente de aumentar la fuerza muscular del cuerpo en general.

La revisión bibliográfica nos muestra que la Kinesiología es un medio empleado para favorecer la recuperación física integral en el ámbito de la rehabilitación.

Principales limitaciones.

La documentación teórica de base consultada, acerca de la aplicación y empleo de la Kinesilogía, presenta insuficiencias tales como:

- Se declara el tratamiento de Kinesilogía en el manual establecido sin una estructuración metodológica que favorezca de manera efectiva el proceso de rehabilitación.
- Los Terapeutas no realizan bien las técnicas Kinesicas.

En los comentarios con los pacientes se comprobó: que los tratamientos de Kinesiología no son bien orientados por los rehabilitadores.

Objetivo general

Proponer un programa ejercicios físicos para el fortalecimiento de los pacientes con Síndrome Guillain Barré.

Objetivos específicos:

1. Determinar los antecedentes históricos y las conceptualizaciones teóricas esenciales que se relacionan con el objeto de estudio a investigar.
2. Diagnosticar el estado actual del tratamiento de rehabilitación del paciente con Síndrome Guillain Barré.
3. Elaborar el programa de ejercicios físicos para la rehabilitación de los pacientes con Síndrome Guillain Barré.
4. Constatar la factibilidad del programa de ejercicios físicos en su implementación práctica y resultados.

Métodos

Para poder llevar a cabo la investigación se utilizaran los siguientes métodos del nivel Teòrico: análisis y síntesis, hipotético- deductivo, inducción deducción, sistémico estructural.

Entre los métodos empíricos se utilizarà la observación científica encuesta, medición, criterio de experto y el pre-experimento.

Las técnicas empleadas para recoger información fueron el análisis de documentos, la encuesta y la entrevista:

El análisis de documentos, facilita la revisión las estructuras contenidos de los programas de Cultura Física Profiláctica y Terapéutica (modalidad de ejercicios físicos terrestres) destinados a pacientes portadores de alguna enfermedad cardiovascular.

Para corroborar estadísticamente las diferencias entre grupos y entre momentos de medición se utilizarán las pruebas de hipótesis como: el software estadístico SPSS para Windows versión 17.0, que permite el procesamiento automatizado de los datos registrados para ofrecer los resultados del diagnóstico y de la evaluación de la propuesta.

Posibles resultados:

1. La propuesta del programa de ejercicios físicos con concepción metodológica permitirá una mejor y rápida rehabilitación de pacientes con Síndrome Guillain Barrél a partir de una mejor organización y dosificación de los contenidos empleados.
2. La estructura del programa de ejercicios físicos propuesto, permitirá la rehabilitación de las pacientes, a partir de la utilización de ejercicios pasivos, activos y activos resistidos ordenados metodológicamente y con una dosificación teniendo en cuenta sus características individuales.
3. Después de aplicado el programa de ejercicios los pacientes en funcionalidad, alcanzándose un incremento en la fuerza y la movilidad articular para realizar las actividades de la vida diaria.

Palabras Claves (hasta 6): Guillain Barré, Rehabilitación, Ejercicios Terapéuticos.

Título: Programa de rehabilitación cardíaca mediante un entrenamiento de bádminton.

Autor: Lic. Sharaful Ameen (sharaful.ameen@gmail.com, sharaf@nauta.cu)

País: Las Maldivas

RESUMEN

En este estudio se aplica un programa de rehabilitación cardiovascular, basado en la adaptación de una modalidad deportiva (bádminton), sobre el sistema cardiovascular en la etapa de mantenimiento, teniendo en cuenta los resultados de la prueba ergométrica y las diferentes variables como tiempo de esfuerzo, presión sistólica, presión diastólica y frecuencia cardíaca máxima. El estudio se realizó con un número de 10 pacientes con infarto agudo de miocardio de bajo riesgo. Las edades estaban comprendidas entre los 45 y 60 años. Tras la realización del programa, que ha tenido 3 meses de duración, se han producido mejoras significativas a nivel del sistema cardiorrespiratorio. El objetivo de esta investigación es determinar la influencia del programa de rehabilitación cardíaca mediante el bádminton en los pacientes con enfermedades cardiovasculares. Se utilizaron la metodología siguiente: Histórico lógico, análisis síntesis y el pre-experimento.

PALABRAS CLAVE:bádminton,ejercicio, enfermedad cardiovascular, rehabilitación cardíaca, infarto de miocardio de bajo riesgo.

ABSTRACT

This study is to apply a cardiac rehabilitation program, based on the adjustment of a sports modality (badminton), and its effects on cardiac system in maintaining sage of rehabilitation, while taking into account the results of the ergometric test and different variables such as time of effort, systolic pressure, diastolic pressure, and maximum cardiac frequency. The study involved 10 patients with low risk myocardial heart attack. The patients were between 45 and 60 years old. At the end of the program, which lasted 3 months, they had improved significantly the functionality of their cardiorespiratory system. The objective of this investigation is to determine the influence

of cardiac rehabilitation program through badminton for patients with cardiovascular diseases. The following methodology was used in this investigation: Historical-logical, analysis-synthesis and pre-experiment.

KEYS WORDS: badminton, exercise, cardiovascular diseases, Cardiac rehabilitation, low risk myocardial heart attack.

INTRODUCCIÓN

Las enfermedades cardiovasculares (EC) constituyen una de las primeras causas de mortalidad en el mundo. Debido a lo anterior, deben promoverse estrategias de intervención que disminuyan la morbi-mortalidad cardiovascular, aumentando la calidad de vida y disminuyendo el tiempo de reincorporación laboral y que, además, tengan un elevado nivel de eficacia tanto en la prevención como en el tratamiento de las EC.

Por *rehabilitación cardiaca (RC) se* entiende un programa multifactorial, con el fin de conseguir la máxima efectividad, realizado por un conjunto de profesionales que forman un equipo varios especialistas. Así, dicho programa incluye un conjunto de actividades que han demostrado su eficacia en numerosos estudios encaminadas a asegurar a los cardiópatas un nivel de condición física, mental y social que les permita normalizar su vida en la sociedad. Por otra parte, es bien conocido el efecto beneficioso del ejercicio físico sobre las enfermedades cardiovasculares, no es hasta 1954 cuando William Stokes, en Dublín, prescribe por primera vez la deambulación precoz con programas de ejercicio físico para pacientes con infarto agudo de miocardio, constituyéndose el ejercicio físico desde entonces uno de los principales instrumentos a modificar el estilo de vida de los pacientes.

Las enfermedades cardiovasculares son rehabilitadas específicamente de manera general mediante ejercicio físico. Sin embargo, el empleo de este medio se realiza preferiblemente de una sola forma: el desarrollo de la capacidad aerobia, sin embargo, se desconoce como incidiría el ejercicio dentro del bádminton adaptado, por lo que se plantea el siguiente objetivo: determinar la influencia del programa de rehabilitación cardíaca mediante el bádminton en los pacientes con enfermedades cardiovasculares.

MUESTRA

Es estudio se realizó en el centro nacional de cardiología de la Republica de Maldivas entre abril y julio de 2016 y estuvo conformado por un total de 10 pacientes, de los cuales sólo 1 era mujer. Las edades de los pacientes oscilaban entre los 45 y los 60 años (media=53.57). Únicamente participaron en el programa aquellos pacientes que habían sufrido un infarto agudo de miocardio considerados de bajo riesgo.

Descripción del programa

Fase I (hospitalaria)

El programa en cuestión se dividió en diferentes fases. En la fase I (intrahospitalaria) se realizaba la primera toma de contacto con el paciente para ofrecerle participar en el programa: Tras el alta del hospital, el paciente era remitido a la consulta de cardiología, y prescribiéndosele el ejercicio físico en función de los resultados obtenidos mediante una ergometría, usando el protocolo Bruce.

Fase II (convalecencia)

En esta fase se le demostró al paciente como realizar los diferentes tipos de ejercicios, la respiración abdominal, la toma de la frecuencia cardiaca.

Fase III (mantenimiento)

Comenzó a partir de la actuación a través del bádminton adaptado, procurando con ella que los pacientes sigan realizando ejercicio tras una prescripción completa. La capacidad alcanzada en las pruebas de esfuerzo aplicados en un inicio fue muy limitada. Siempre se siguió el mismo procedimiento: cinta sin fin, ergometría limitada a los síntomas y protocolo de Bruce.

RESULTADOS DE LA PRUEBA DE ES FUERZO.

TABLA 1. Estadísticos descriptivos y prueba t muestras relacionadas de Wilcoxon de la prueba de esfuerzo

	Inicio (Media+DE)		Final (Media+DE)		P	% Mejora
Tiempo de esfuerzo (min)	8,24	1,78	9,78	1,73	0,046	18, 6
Presión sistólica	160.00	17,89	171,67	20,41	0,102 (SN)	7,3
Presión Diastólica	90,00	6,32	91,67	4,08	0,102 (SN)	1,8
Frecuencia cardíacamáx	122,17	17,03	141,67	14,62	0,028	16

DE: desviación estándar; NS: no significativo

DISCUSIÓN

Con este programa se permite la autorregulación de la intensidad del ejercicio partiendo de la percepción subjetiva del esfuerzo e incluyendo un acondicionamiento físico general previo a la inclusión de la práctica específica delbádminton, que incluya una importante base de trabajo de coordinación que facilite el aprendizaje posterior de la técnica deportiva del bádminton a la par que reduzca la posibilidad de que el individuo pueda lesionarse al ejecutar movimientos con un implemento (raqueta) dirigidos al impacto con el móvil, movimientos que exigen un cálculo de distancia y trayectoria complejos para un individuo no preparado y que, al poder ser en ocasiones ser especialmente bruscos, pueden ocasionar algún tipo de lesión.

Por otra parte, expresar que el bádminton, frente a otros programas de ejercicio físico ya empleados con anterioridad, se permite incorporar al programa dos aspectos muy importantes a la hora de dotar a la actividad del adecuado grado de continuidad que se pretende instaurar tras finalizar el paciente el PRC:

1. El bádminton constituye en una actividad motivadora, es un deporte conocido y practicado con compañeros en un espacio relativamente amplio, mientras que la realización de actividad física en un tapiz o en una bicicleta estática, en cierta manera restringen el aspecto lúdico implícito a poder interaccionar con un oponente y el poder actuar en un espacio de mayor dinamismo.
2. El bádminton al ser una actividad practicada con otro individuo, en el caso de jugarse a la modalidad de individuales, o de jugarse a dobles, posibilita un grado de comunicación motriz y verbal muy importante para lograr encontrarse en un ambiente socio-afectivo positivo.

CONCLUSIONES

1. Un PRC mediante el empleo del bádminton adaptado, como parte principal de dicho programa, produce mejoras en la capacidad aerobia similares a las de otros programas con semejantes características, pero con distinto entrenamiento físico (cinta sin fin, bicicleta estática, tabla de gimnasia).

2. El uso del deporte del bádminton como parte principal de un PRC constituye en una actividad motivadora que posibilita un grado de comunicación motriz y verbal en un ambiente socio-afectivo positivo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Baldy, G.J., y et al. (2007). Core Components of Cardiac Rehabilitation/Secondary Prevention Programs: Update A Scientific Statement From the American Heart Association Exercise. American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation. Circulation. 115:2675-82.

2. Banister, E. W., y et al.; (1973) Plasma catecholamine changes in response to rehabilitatión therapy in post myocardial infartión patients. Med. Sci. Sports, 5:70.

3. Cabrera Juan, R. C. (2007). Principios de rehabilitación cardiovascular. Pinar del Río, Editorial Loynaz.

4. Casanova, O. T. (S/A). Folleto de apoyo a la docencia en la disciplina de Cultura Física Terapéutica. ISCF Manuel Fajardo. La Habana. Cuba.

5. Estévez, C. M., Arroyo, M. M., y González, C. T. (2006). La investigación científica en la actividad física: su metodología. La Habana: Editorial Deportes.

Título: Propuesta de un Programa de actividades básicas a domicilio para el tratamiento rehabilitador de las personas lesionadas medulares de la localidad de Ciudad Bolívar, Bogotá Colombia.

Autora: Ms.C. Diana Esmeralda Téllez Laverde.

Tutora: Ms.C Mayda García Rubio.

Consultante: Ms.C. Lesbia María Jiménez Pascual

País: Colombia

RESUMEN

Teniendo en cuenta la falta de conocimiento tanto del paciente lesionado medular como de la familia a cerca de las herramientas que se pueden utilizar en el proceso rehabilitador, este estudio se centró en un programa de actividades básicas a domicilio, vinculando a la familia como elemento fundamental en el proceso rehabilitador de dichos pacientes.

En la Ciudad de Bogotá existen pocos centros de rehabilitación los cuales por múltiples razones no pueden suplir las diferentes necesidades de dicha población, teniendo en cuenta estos antecedentes nos vemos en la tarea de resolver este problema que afecta un gran número de personas de la localidad de Ciudad Bolívar en Bogotá, Colombia “Diseñando un programa de actividades básicas a domicilio para el tratamiento de personas lesionadas medulares” estableciendo este propósito como nuestro objetivo fundamental de la investigación.

Se utilizaron métodos teóricos y empíricos para nuestra investigación los cuales nos permitieron establecer la estructura, los contenidos y la metodología del programa que se propone; las encuestas que se realizaron a los especialistas nos ayudaron a establecer algunas características de la propuesta y validación de la misma.

Este programa de actividades básicas a domicilio contribuirá con el tratamiento rehabilitador de los pacientes lesionados medulares de dicha Localidad, vinculando a la familia al proceso rehabilitador.

Título: Propuesta de un programa de ejercicios físico-terapéuticos para niños con Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo

Autora: Lic. Saydenis Fernández Álvarez, saydenisfa@uart.edu.cu

Coautores: Dr. C. Jorge de Lázaro Coll Costa

M.Sc. Ardy Rafael Rodríguez García

Lic. Lorena Lara Carrasco

País: Cuba

Resumen: La Hiperlaxitud articular es la capacidad de mover las articulaciones más allá del rango considerado normal. Por tal motivo pueden algunos sujetos presentar síntomas que se relacionan con el hecho de ser hiperlaxos, como el Síndrome de hiperlaxitud articular (SHA) y el Síndrome de Ehlers-Danlos hiperlaxo (SED-HL) impidiéndole su desenvolvimiento cotidiano. Para la presente investigación se emplearon métodos teóricos, empíricos y estadísticos que posibilitaron conocer la alta prevalencia de estos síndromes y el déficit de tratamientos existentes en la población artemiseña, lo que hace necesario elaborar una propuesta de un programa de ejercicios físico-terapéuticos para niños con Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo en el municipio de Artemisa.

Introducción

Las articulaciones hiperlaxas son frecuentes en la población general. En muchas situaciones de la vida diaria algunas personas tienen dificultades y presentan síntomas que se relacionan con el hecho de ser hiperlaxas, como el Síndrome de hiperlaxitud articular (SHA) y el Síndrome de Ehlers-Danlos tipo hiperlaxitud (SED-HL) impidiéndole su desenvolvimiento cotidiano. (Maillard, S., Stott, C. y Kemp, S. 2013) (27)

Según los resultados generales obtenidos en la encuesta para afectados por Síndrome de Ehlers – Danlos de Latinoamérica y España, año (2012) **Síndrome de Ehlers – Danlos (SED** se define como: un grupo heterogéneo de enfermedades hereditarias del tejido conectivo, debidas a alteraciones genéticas que causan defectos en el colágeno. El colágeno es una proteína del tejido conectivo, que actúa como una “goma”, dándole al cuerpo fortaleza y

proveyéndolo de soporte y elasticidad para el movimiento. Los genes alterados en el Síndrome de Ehlers - Danlos afectan las propiedades mecánicas de la piel, las articulaciones, los ligamentos, los vasos sanguíneos y los órganos internos, pudiendo alterar todas las funciones corporales.

Guasp, A. (2010) conceptualiza el Síndrome de Hiperlaxitud Ligamentaria (SHL) como una enfermedad definida por la presencia de hiperlaxitud ligamentaria acompañada de síntomas, tanto en el aparato locomotor (dolores articulares, bursitis, tendinitis, subluxaciones articulares, dolor de espalda, etc.) como de diferentes tejidos y órganos (prolapso uterino o rectal, hernias abdominales, venas varicosas, piel delgada y frágil, con estrías, fragilidad capilar, mala cicatrización, prolapso de válvula mitral, etc.). Dicha autora refirió también la Hiperlaxitud Ligamentaria (HL) como, la capacidad de mover las articulaciones más allá del rango considerado normal. (16)

La Hiperlaxitud Ligamentaria, se acompaña de manifestaciones anormales en los sistemas óseo, locomotor, cutáneo, visceral y vascular bien definidos en cada uno de estos síndromes desde hace más de una centuria (Grahame, R. 2000b) (10)

Este trastorno fue descrito por vez primera en 1957 (Rotés-Querol), al relacionar la hiperlaxitud con diversas patologías del aparato locomotor, La frecuencia del síndrome (hiperlaxitud+síntomas) no está bien establecida, pero la impresión de los especialistas es que la mayoría de las personas hiperlaxas no sufren molestias por su mayor elasticidad. Aunque ya en 1967 Kirk hablaba del síndrome de hipermovilidad, no es hasta principios de la década de 1990 cuando Grahame acuña el término de síndrome de hipermovilidad articular que se caracteriza por la presencia de hiperlaxitud de las articulaciones, asociada a molestias músculo – esqueléticas y en ausencia de una enfermedad reumatológica sistémica demostrable. (Bravo, J. F. y Wolff, C. 2006) (2)

Aunque el Síndrome de hiperlaxitud articular no afecta las expectativas de vida es causa de morbilidad y por tanto afecta la calidad de la misma (Gurley, S. 2001) (16) y ha sido incluido por la Organización Mundial de la Salud en su

última clasificación de enfermedades que provocan discapacidad. (Colectivo de expertos. 2001) (6).

El ejercicio físico terapéutico es una opción factible para personas que presentan el Síndrome de hiperlaxitud articular ya que la realización de los mismos posibilitaría que el organismo reaccione adaptándose a los esfuerzos y fortaleciéndose. Los cambios que se producen por el ejercicio son beneficiosos para diversos sistemas y órganos. Debemos tener en cuenta también que para que el organismo se adapte, los esfuerzos deben ser adecuados y correctamente dosificados. Los esfuerzos excesivos y mal aplicados pueden ocasionar fatiga, debilidad, lesiones y lógicamente empeoramiento del estado de salud.

Rodríguez, A. (2014a) definió los Ejercicios Físico-Terapéuticos (EFT) como: movimientos corporales estructurados adecuadamente, mediante una metodología, con el fin de aliviar dolencias del sistema osteomioarticular. (SOMA), corregir deformidades, incrementar la capacidad funcional cardiorrespiratoria, desarrollar fuerza y coordinación. (24)

Oinaes, L. et al. (2012.) teniendo como objetivo encontrar un tratamiento apropiado para los niños que tienen Hipermovilidad Articular Generalizada (HAG) y dolor, se plantearon si estos responderían a un programa de entrenamiento de fortalecimiento muscular. Todos los niños aumentaron su fuerza muscular. El programa de entrenamiento, bien tolerado por ellos, indica que los niños con hiperlaxitud articular y dolor se pueden beneficiar de un programa de fortalecimiento muscular. (22)

Rodríguez, A. (2014b), comprobó mediante un pre – experimento con un diseño pre – test post – test para un solo grupo la influencia de los ejercicios físico – terapéuticos en adolescentes con SHA. El contenido fue dirigido al desarrollo de la resistencia, la fuerza y la coordinación. Los resultados de las pruebas aplicadas reflejan que al culminar las 5 semanas de entrenamiento se evidenciaron cambios en la morfología de los adolescentes y mejoría en todos los indicadores evaluados. La mejoría en cada indicador demuestra la existencia de una respuesta adaptativa de los adolescentes a los ejercicios físico-

terapéuticos. (25)

Rodríguez, A. (2016), refirió que realizar el proceso de rehabilitación física en pacientes adolescentes con síndrome de hipermovilidad articular es una de las vías para el tratamiento de las diferentes manifestaciones clínicas padecidas por los afectados. El autor tomó en cuenta la experiencia y criterios de Ferrell W R et al (2004), Sahin N et al (2008), Van Brussel et al. (2008), Kemp et al.(2009), Verity Pacey et al (2013), Batlle Estruch J (1965) y Rodríguez A. et al. (2014) porque consideraron oportuno relacionar en los contenidos del programa, ejercicios físico – terapéuticos, propioceptivos, de fuerza, aerobios, en el agua, respiratorios, de estabilización y/o dirigidos a la musculatura estabilizadora del cuerpo, además de posturales, para la reeducación de la marcha, para la zona estabilizadora Core, actividades físicas funcionales y juegos. El programa debe ser concebido con un carácter individualizado e integral. Además coincidieron en que los métodos de entrenamiento más utilizados para estos casos fueron por tandas y repeticiones, necesarios para mejorar la fuerza, coordinación y resistencia, capacidades determinantes a desarrollar en la rehabilitación física de los afectados hiperlaxos (PEFT). (23)
La prevalencia del síndrome se calcula entre un 5 – 10% de la población occidental, pudiendo alcanzar hasta el 25% en otras regiones del planeta. (Grahame, R. 1999) (12)

Rodríguez, A. (2014a) Refirió los resultados de la entrevista realizada en el 2012 a los doctores Estévez Perera y De León Ojeda que plantearon que en Cuba de un 20 a un 30 % de la población presentan el Síndrome de hiperlaxitud articular, además mencionó que en Cuba, a pesar de saber que existe un índice elevado de niños, adolescentes, jóvenes y adultos con SHA por la alta asistencia de los mismos a las consultas de reumatología y genética en pediatría, no se ha realizado ningún estudio a profundidad para determinar la incidencia del mismo (24)

Menéndez, A. et al (2009) donde a 280 jóvenes entre los 15 y 17 años de Güines se le aplicó los Score de Beighton. Encontró la existencia del síndrome en 32 individuos (11,4% de los encuestados) con una media de edad de 15 años, predominó el sexo femenino (20).

Rodríguez, A. et al (2014a) donde de 138 niños, entre 9 y 10 años se estudiaron 110 (79.71%), 55 femeninas (50%) y 55 masculinos (50%). Clasifican con Síndrome de hipermovilidad articular (SHA-HL), SHA-HL=34 chicas (61.81%) y SHA-HL=30 chicos (54.54%). De 110 niños presentan SHA-HL=64 DS ± 1.39 (58.18 %). Todos los casos estudiados cumplían con el Score de Beighton (≥4). Se muestra una prevalencia en las niñas con SHA= 34 DS ± 2.09 con respecto a los niños SHA= 30 DS ± 0.13. Demostró que el sexo femenino es donde mayores incidencias de articulaciones laxas e hipomóviles se encontraron (24)

Los diferentes estudios confirman que es más frecuente la hiperlaxitud en las mujeres que en los varones, también sabemos que es mayor en la infancia, y va decreciendo al aumentar la edad (Folleto de la SER, nd) (9)

Hasta el momento hemos hallado estudios que demuestran la incidencia del síndrome en la población cubana atendiendo a la edad, sexo, sin embargo no se han encontrado estudios del síndrome en cuanto a raza, municipio y provincia a nivel nacional. Muchas de las afectaciones y dolencias músculos esqueléticas que presentan los pacientes con Síndrome de Hiperlaxitud Articular tienden a ser tratadas mediante programas y tratamientos convencionales pero los mismos no están diseñados acorde a sus características.

Situación Problemática.

En el municipio Artemisa existe una elevada incidencia de niños entre 8 – 10 años que asisten al área terapéutica por presentar deformidades y dolencias osteo-mioarticulares asociados al Síndrome de hiperlaxitud articular. La rehabilitación física en los afectados es mediante programas convencionales

pero no tienen en cuenta la hiperlaxitud para prescribir un adecuado tratamiento mediante el ejercicio físico-terapéutico.

Problema Científico

¿Cómo contribuye el ejercicio físico-terapéutico en la rehabilitación física de pacientes niños entre 8 – 10 años con Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo?

Objetivo: Elaborar una propuesta de un programa de ejercicios físico-terapéuticos para la rehabilitación física de niños entre 8 – 10 años con Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo.

Métodos

Población y muestra. 4 especialistas (reumatólogo, fisiatra, ortopédico y genetista) y 7 licenciados en terapia física y rehabilitación.

Métodos teóricos

Histórico-Lógico**:** se utilizó durante la revisión de los estudios teóricos para confeccionar una evolución histórica de los referentes teóricos sobre los ejercicios físico-terapéuticos relacionados con el Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo

Analítico- sintético**:** se utilizó con el objetivo de realizar un análisis de la información recogida para identificar las características de los ejercicios físico-terapéuticos en niños con Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo.

Métodos empíricos:

Entrevista: se le aplicó a 4 especialistas que son una reumatóloga con 20 años de experiencia, una fisiatra con 3 años de experiencia, a un ortopédico con 21 años y un genetista con 6 años con una media de 12.5 años, y a 7 Licenciados en Terapia Física y Rehabilitación con una media de 17años, para saber nivel de conocimiento del Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo, recoger datos que ayudarán en la confección del programa de ejercicios físico- terapéuticos para la rehabilitación física de niños con estos síndromes.

Consulta a documentos oficiales: posibilitó la consulta de los programas, guías o manuales de ejercicios físico-terapéuticos para pacientes con Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo obteniendo datos para lograr los objetivos propuestos.

Además efectuar el análisis de los programas de ejercicios físicos vigentes que se aplican a estos pacientes para determinar las relaciones existentes entre sus contenidos, objetivo, formas de dosificación y de evaluación.

Método estadístico: Para el procesamiento de la información se aplicarán métoc estadísticos descriptivos mediante las medidas descriptivas de posición y variació el método de análisis de varianza con mediciones repetidas (Anova) media Friedman y Wilcoxon.

Resultados del diagnóstico.

- La entrevista.

Análisis de los resultados de la entrevista a especialistas**.** Se pudo evidenciar que el 100% de los especialistas tienen conocimiento del síndrome, aunque no utilizan el método de diagnóstico correcto, refieren además la alta incidencia del síndrome en edades tempranas, la variedad de enfermedades asociadas, el 75% recomendaron aplicarles ejercicios de fortalecimiento y correctores posturales, siempre respetando el arco de movilidad articular planteando que no conocen la existencia de algún documento metodológico que oriente a los rehabilitadores al trabajo de los afectados a través del ejercicio físico, pero que existen programas de ejercicios para cada una de las patologías y deformidades pero los mismos no están diseñados para pacientes que presenten estos síndromes.

Análisis de los resultados de la entrevista a licenciados**.** Después de aplicada se constató que el 57% de los entrevistados desconocían sobre los síndromes, el 100% refirió que no atendían ningún paciente, y no conocían la existencia de algún documento metodológico que oriente al trabajo de los rehabilitadores a través del ejercicio físico para los afectados.

- Análisis de la consulta a documentos oficiales. Se efectuó la valoración crítica de programas, guías, y tratamientos que emplearon formas de rehabilitación física a través del ejercicio físico- terapéutico.

1. Se analizó el Tratamiento del síndrome de Hiperlaxitud articular del profesor. Dr Jaime F Bravo de la Sociedad Chilena de Reumatología

publicado en abril del 2013 el mismo:

- No indica en dicho tratamiento los ejercicios específicos según las fases establecidas.
- No cuenta con una dosificación (Tandas, repeticiones, intensidad, tiempo)
- No plantea los métodos y actividades.
- No establece un sistema de control y evaluación.

2. Se valoraron las pautas para el tratamiento del Síndrome de Hiperlaxitud en niños y jóvenes que fue confeccionada por el Grupo de Profesionales de la Salud aliados de la Sociedad Británica de Reumatología pediatría y del adolescente (2013) para ayudar a los terapeutas que trabajan este síndrome, en el mismo:

- No se especifican los ejercicios físicos terapéuticos.
- No se evidencia una metodología
- Ni cuenta con una dosificación (Tandas, repeticiones, Intensidad, tiempo)
- No existe una distribución por etapas según objetivos vencidos
- No proporciona las técnicas y métodos a utilizar.
- El sistema de control y evaluación no establece las indicaciones y objetivos por pruebas ni en qué momento se aplican.

3. Se valoró el Programa de ejercicios físicos – terapéuticos para pacientes adolescentes con Síndrome de hipermovilidad articular y Síndrome Ehlers- Danlos tipo hiperlaxitud del autor. MSc Ardy Rafael Rodríguez García (2017)

Se pudo apreciar que el PEFT para pacientes adolescentes con SHA y SED-HL cumple con:

- Un diseño teóricamente fundamentado.
- Lenguaje comprensible y preciso
- Está estructurada metodológicamente.
- Distribuye el trabajo por unidades didácticas, dirigida por objetivos
- Orienta una metodología con los contenidos, actividades, tareas,

indicaciones metodológicas y la dosificación, basado en los ejercicios físico- terapéuticos propuestos para pacientes adolescentes con SHA y SED-HL.

- Determina las herramientas, y métodos a utilizar.
- Una intervención planificada.
- Dispone de un amplio repertorio de principios para la realización de las actividades.
- Desarrolla un sistema de evaluación continua que informa sobre la marcha del proceso y la obtención de resultados.
- Ofrece datos de resultados obtenidos sobre su aplicación en diferentes contextos sociales que evidencia que la propuesta satisface las necesidades de los pacientes adolescentes con SHA y SED-HL.
- El programa está respaldado por la consulta bibliográfica actualizada…
- En las pruebas para evaluar la condición de salud y la condición física no plantea el objetivo de cada prueba, lo que en buena medida condicionaría el desarrollo del programa y las posibilidades de una evaluación correcta y fructífera en los afectados.
- Es necesario que se declare en que momentos de las actividades se emplean los juegos de manera que exista correspondencia con la secuencia planteada.
- Hacer una aclaración necesaria que distinga el empleo de los ejercicios físico- terapéuticos y los juegos para cada uno de los síndromes objeto de estudio.

Propuesta del programa de ejercicios físico-terapéuticos para niños con Síndrome Ehlers- Danlos hiperlaxo.

Objetivo del programa: Contribuir al alivio de las dolencias del sistema osteomioarticular, para que los pacientes niños puedan tener una mayor participación en las diferentes actividades escolares y de la vida diaria.

Etapa de Exploración: El paciente antes de iniciar la terapia se somete a una

exploración donde se le aplica, el ***Examen Postural*** para ver las deformidades asociadas a la enfermedad de base y las pruebas físicas establecidas antes de iniciar la etapa I Adaptación morfo- funcional.

Características de la etapa de exploración: Al paciente se le realiza lo siguiente:

- Medición de la talla en cm.
- Medición del peso en kg.
- Examen postural.
- Pruebas que miden la percepción de dolor: Escala Analógica Visual (EVA).
- Pruebas que miden la condición de hiperlaxitud: Goniometría y Score de Beighton.
- Pruebas que miden la condición física: Flexo-extensión de brazos en la pared (FEBP) y Semisentadilla a 90^0 (SS-90°).

<u>Etapa I. Adaptación morfo-funcional</u>

Orientación: Para lograr una adaptación del organismo se trabaja la preparación física general, se corrigen las deformidades asociadas del sistema osteo-miorticular (SOMA) y se enseña la ejecución correcta de los ejercicios físicos terapéuticos teniendo en cuenta la amplitud articular.

Los objetivos a cumplir en esta etapa son:

1. Adaptar el SOMA a las exigencias de los ejercicios físicos terapéuticos.
2. Preparar el sistema cardiovascular y respiratorio para que soporten con mayor facilidad y exigencia la etapa siguiente.
3. Mejorar los niveles de fuerza y el tono muscular.
4. Lograr en los pacientes niños hiperlaxos hábitos de estilos de vida saludable a través del ejercicio físico terapéutico.

Duración: 12 semanas, máximo 3 meses.

Frecuencia: 3 -5 días a la semana.

Intensidad: 40 – 60 % FC Máxima y de 40 – 50% FC Máxima para niños con (Prolapso Válvula Mitral (PVM) y Arritmias Cardiacas (AC)).

Rango de repeticiones: 6 – 10, Tandas. 3 - 4

Capacidades físicas a trabajar: resistencia y fuerza.

Duración de las sesiones: entre 30 a 45 minutos, aumentando hasta 55 – 60 minutos cumplidas las 5 semanas de haber iniciado la etapa.

Control: mediante la toma de la Frecuencia Cardiaca (FC), las tandas y repeticiones, el interrogatorio de síntomas y estado de ánimo y la Escala analógica visual del dolor (EVA)

Evaluación: Condición para pasar a la siguiente etapa: el paciente debe:

- Aumentar las repeticiones máximas en la prueba de Flexo-extensión de brazos en la pared.
- Aumentar las repeticiones máximas en la prueba de Semisentadilla (SS-90°)
- Mantener o disminuir los grados articulares en la prueba de Goniometría.
- Mantener o disminuir los valores de puntos en los Score de Beighton.
- Disminuir los valores en la Escala Visual Analógica (EVA)

<u>Etapa II. Estabilización y control articular.</u>

Orientación: Se combinan los ejercicios físicos terapéuticos con las habilidades motrices básicas que guarden relación con las actividades de la vida diaria. Se proponen ejercicios físicos específicos para la estabilidad y control articular vinculados con los juegos. Además se profundiza en el desarrollo de habilidades y logros alcanzados en la etapa anterior. Se continúa el trabajo de las deformidades del SOMA.

Se debe profundizar en la ejecución correcta de los ejercicios físicos terapéuticos, incluyendo movimientos sencillos y de fácil ejecución donde se involucren varias articulaciones y grupos musculares. Igual que en la etapa anterior se debe respetar la amplitud articular.

Los objetivos a cumplir en esta etapa son:

1. Aumentar la fuerza de los músculos motores primarios que rodean las articulaciones para que ejerzan una correcta estabilidad, control articular y

funcionabilidad en las actividades escolares y de la vida diaria.

2. Mejorar los niveles de fuerza, resistencia y resistencia a la fuerza.
3. Mejorar el tono muscular.
4. Incrementar el rendimiento físico cardiovascular y respiratorio.
5. Lograr en los pacientes niños hiperlaxos hábitos de estilos de vida saludable a través del ejercicio físico terapéutico.

Duración: 16 semanas, máximo 4 meses.

Frecuencia: 3 – 5 días a la semana.

Intensidad: 60 – 65 % FC Máxima y de 50 – 55 % FC Máxima para niños con (PVM y AC).

Rango de repeticiones: 8 – 10, Tandas. 3 - 4

Capacidades físicas a trabajar: resistencia, la fuerza y resistencia a la fuerza.

Duración de las sesiones: entre 45 – 60 min.

Control: mediante la toma de la Frecuencia Cardiaca (FC), las tandas y repeticiones, el interrogatorio de síntomas y estado de ánimo y la Escala analógica visual del dolor (EVA)

Evaluación: Condición para pasar a la siguiente etapa: el paciente debe:

- Aumentar las repeticiones máximas en la prueba de Flexo-extensión de brazos en la pared.
- Aumentar las repeticiones máximas en la prueba de Semisentadilla (SS-90°)
- Mantener o disminuir los grados articulares en la prueba de Goniometría.
- Mantener o disminuir los valores de puntos en los Score de Beighton.
- Disminuir los valores en la Escala Visual Analógica (EVA)

Otras pruebas que se le aplican al paciente para evaluar su condición

1. Se aplica el Ángulo de Cobb a la radiografía de columna vertebral realizada en la vista frontal posterior. Mantener o disminuir el Ángulo de Cobb.

2. Evaluación corporal mediante el examen postural y comparar resultados con la etapa anterior.

3. Evaluación de la huella plantar y compararlo con los resultados de la etapa anterior.

Etapa III. Consolidación.

Orientación: Se combinan los ejercicios físicos terapéuticos con el propio peso corporal y cargas externas con las habilidades motrices básicas que guarden relación con las actividades escolares y de la vida diaria. Se profundiza en la ejecución correcta de los ejercicios físico-terapéuticos, incluyendo movimientos que involucren varias articulaciones y grupos musculares. En esta etapa se introducen los ejercicios de estabilización para toda la musculatura involucrada en el centro del cuerpo (Core) y la propiocepción que se trabaja sobre la postura, utilizando la cadena cinemática tanto del tren superior como inferior, se utilizan apoyos unipodal, bipodal y lateral, insistiendo en el trabajo de los ejercicios de cadena cinética abierta (CCA) para un armónico desarrollo de los músculos estabilizadores sobre la base de los apoyos antes mencionados.

Los objetivos a cumplir en esta etapa son:

1. Perfeccionar el trabajo de fuerza, resistencia, resistencia a la fuerza, equilibrio y coordinación.
2. Mejorar la fuerza y tono muscular.
3. Introducir el trabajo de la propiocepción.
4. Introducir el trabajo en los ejercicios de estabilización para toda la musculatura involucrada en el centro del cuerpo (Core).
5. Mejorar el rendimiento físico cardiovascular y respiratorio.
6. Crear en los pacientes niños hiperlaxos hábitos de estilos de vida saludable a través del ejercicio físico terapéutico.

Duración: 20 semanas, máximo 5 meses.

Frecuencia: 3- 5 días a la semana.

Intensidad: 65 – 75 % FC Máxima y 55 – 60 % FC Máxima para niños con (PVM y AC).

Rango de repeticiones: 8 – 10, Tandas. 3 - 4

Capacidades físicas a trabajar: resistencia, la fuerza, resistencia a la fuerza, equilibrio y coordinación.

Duración de las sesiones: entre **45 – 60 min**.

Control: mediante la toma de la Frecuencia Cardiaca (FC), las tandas y repeticiones, el interrogatorio de síntomas y estado de ánimo y la Escala analógica visual del dolor (EVA)

Evaluación: Condición para pasar a la siguiente unidad didáctica: el paciente debe:

- Aumentar las repeticiones máximas en la prueba de Flexo-extensión de brazos en la pared.
- Aumentar las repeticiones máximas en la prueba de Semisentadilla (SS-90°)
- Mantener o disminuir los grados articulares en la prueba de Goniometría.
- Mantener o disminuir los valores de puntos en los Score de Beighton.
- Disminuir los valores en la Escala Visual Analógica (EVA)

Otras pruebas que se le aplican al paciente para evaluar su condición

1. Se aplica el Ángulo de Cobb a la radiografía de columna vertebral realizada en la vista frontal posterior. Mantener o disminuir el Ángulo de Cobb.
2. Evaluación corporal mediante el examen postural y comparar resultados con la etapa anterior.
3. Evaluación de la huella plantar y compararlo con los resultados de la etapa anterior.
4. Test de Romberg y compararlo con los resultados entre evaluaciones.

Conclusiones

1. El diagnóstico realizado evidenció insuficiencias en los programas analizados, destacándose carencia de ejercicios físico – terapéuticos para niños con SEDh
2. Se presenta una propuesta de programa con una correcta estructura metodológica, con objetivo general, etapas, orientaciones, contenidos, que en su gran mayoría están dirigido al trabajo de las capacidades coordinativas y condicionales, con un control y evaluación que suple las insuficiencias presentadas en los programas revisados.

Referencias

1. Bird, H. A. (1993) British Society for Rheumatology Special Interest Group for Joint Hypermobility. (pp. 32-81). Br, J. Rheumatol
2. Bravo, J. F. y Wolff, C. (2006) Clinical study of hereditary disorders of connective tissues in a Chilean population. Joint hypermobility syndrome and Vascular Ehlers - Danlos Syndrome. Arthritis Rheum.
3. Brems, J. (1988) Arthritis of dislocation. Orthop ClinNorth Am.
4. Buckingham,R.,B., Braun,T. y Harinstein, D.A.(1991) Temporomandibular joint dysfunction syndrome: a close association with systemic joint laxity (the hypermobile joint syndrome). Oral Surgery, Oral Medicine, Oral Pathology.
5. Chaleat-Valayer, Emanuelle. (2012) Hiperlaxitud e Hipermovilidad.1er Simposio Internacional sobre los Síndromes de Ehlers - Danlos Gante (Bélgica), 8 - 11de Septiembre de 2012 Disponible en: http://asedh.org Consultado el 03 de Noviembre de 2012
6. Colectivo de expertos. (2001) Clasificación Internacional del Funcionamiento de la Discapacidad y de la salud. Grafo SA.
7. Coll, J. (2012). Programa de ejercicios físicos terapéuticos para la rehabilitación de pacientes hemipléjicos en la atención primaria de salud. Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. La Habana, UCCFD “Manuel Fajardo”
8. Estévez Cullell, Migdalia., Margarita Arroyo Mendoza y Cecilia González Terry. (2004). La investigación científica en la actividad física: su metodología. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes. (pp 318).
9. Folleto de la SER (nd): La Hiperlaxitud articular – WikiSER http://www.ser.es/wiki/index.php/Folleto_de_la_SER:La_Hiperlaxitud_articular
10. Grahame, R. (2000b) Heritable disorders of conective tissue. Clin Rheumatol. 14(2), 345- 61
11. Grahame, R (2000c) Hypermobility - not a circus act. International Journal

of Clinical Practice.54, 314-15.

12. Grahame, R (1999) Joint hypermobility and genetic collagen disorders, are they related. Archives Disease in Childhood 80: 188-91.
13. Grahame, R. et al. (1981) A clinical and echo cardiographic study of patients with the hypermobility syndrome. Annals of the Rheumatic Diseases 40, 541- 6. 14
14. Grahame, R. et al. The revised (Brighton 1998) Criteria for the Diagnosis of the Benign Joint Hypermobility Syndrome (BJHS). J Rheum 2000; 27:1777-9
15. Grahame, R. (2000a), distress and joint hyperlaxity. Joint Bone Spine; 67:157-63 (Abstract).
16. Guasp, A. (2010) El Síndrome de Hiperlaxitud Ligamentaria, mucho más que hiperlaxitud. Texto: Red Ehlers-Danlos Argentina. https://sites.google.com/site/rededargentina/elsíndromedehiperlaxitudligamentariamuchomásquehiperlaxitud.htm. Consultado el 03 de Noviembre de 2012.
17. Gurley, S. (2001) Living with the hypermobility syndrome,Rheumatology 40, 487 - 9
18. Jessee E.F., Owen, D.S. y Sagar K. D. (1980) The benign hypermobile joint syndrome. Arthritis Rheum; 23:1053-6
19. Karaaslany, H.S. y Ozturk, M. (2000) Joint hypermobility and primary fibromyalgia: A Clinical Enigma. J Rheum ; 27:1774-6.
20. Menéndez, F. M. et al (2009). Síndrome de hipermovilidad articular en una población juvenil cubana. Obtenida marzo, 7, 2014, Disponible en: http://http//www.reumatologiaclinica.org
21. Nef, W. y Gerber, N.J. (1998). Hypermobility syndrome. When too much activity causes pain. Schweiz MedWochenschr; 128:302-10 (Abstract).
22. Oinaes, L. et al. (2012.) Niños hiperlaxos con dolor. Entrenamiento, ¿hacerlo y nada más? 1er Simposio Internacional sobre los Síndromes de Ehlers- Danlos Gante (Bélgica), 8 - 11de Septiembre de 2012 Disponible en: http://asedh.org. Consultado el 03 de Noviembre de 2012.

23. Rodríguez, A. et al. (2016) Análisis del proceso de rehabilitación física en pacientes adolescentes con síndrome de hipermovilidad articular. Rev cuba reumatol. Volúmen 18, Número 2 (2016) Mayo-Agosto. ISSN 1817-5956.
24. Rodríguez, A. (2014a) Incidencia del Síndrome de hipermovilidad articular en niños cubanos. Rev. Cub. Med. Dep. & Cul. Fís. 2014; Vol. 9; Núm. 2. Actividad Física y Salud. ISSN: 1728 – 922X RNPS: 2026. Disponible en: http://www.imd.inder.cu/index.php/revistas.html Consultado el 1 de diciembre de 2014.
25. Rodríguez, A. et at. (2014b) Influencia de ejercicios físico – terapéutica en adolescentes con SHA. Rev. Cub. Med. Dep. & Cul. Fís. 2014; Vol. 9; Núm. 2. Actividad Física y Salud. ISSN: 1728 – 922X RNPS: 2026. Disponible en: http://www.imd.inder.cu/index.php/revistas.html
26. Ruiz, A. (2007) Teoría y Metodología de la Educación Física y el Deporte Escolar. 3ra edición. Santo Domingo, Editorial Aplusele.
27. Maillard, S., Stott, C. y Kemp, S. (2013). Guidelines for Management of Joint Hypermobility Syndrome in Children and Young People

Palabras claves: rehabilitación física, ejercicios físico- terapéuticos, síndrome Ehlers- Danlos, hiperlaxitud

Título: Propuesta de un programa de ejercicios físico - terapéuticos para mejorar el equilibrio y la coordinación en los adultos mayores.

Autora: Lorena Lara Carrasco, lorenamf@nauta.cu

Coautores: Dr. C. Jorge de Lázaro Coll Costa

M.Sc. Ardy Rafael Rodríguez García

Lic. Saydenis Fernández Álvarez

País: Cuba

Resumen:

Se realizó un estudio bibliográfico sobre la práctica de ejercicios físicos en el Adulto Mayor. Nos apoyamos en los métodos analítico-sintéticos, consulta a documentos, encuesta y entrevista para llegar a un diagnóstico certero. Los programas orientan de manera general el qué hacer al profesor, pero no se evidencia claramente la estructura metodológica, una adecuada dosificación de las cargas, las capacidades físicas que se deben desarrollar atendiendo las especificidades de los adultos mayores y no se muestra ejercicios ni su dosificación sobre la base de la individualidad del sujeto. Por todo lo antes expuesto nos dimos a la tarea de diseñar una propuesta de programa de ejercicios físico-terapéuticos para mejorar el equilibrio y la coordinación en los adultos mayores del municipio Artemisa.

INTRODUCCIÓN

El aumento progresivo de adultos mayores genera el envejecimiento poblacional y nuevas necesidades biomédicas y sociales. El envejecimiento de la población es un fenómeno de gran relieve en la sociedad contemporánea, el cual debe ser abordado desde la orientación, prevención e intervención, pues la persona que envejece requiere de ayuda para conservar la propia suficiencia física, psíquica y social. Ello impone un impostergable reto en la búsqueda de estrategias, en aras de satisfacer sus necesidades y brindarles la posibilidad de vivir sus últimos años con excelente calidad de vida.

El siglo XXI desde sus inicios enfrenta un mundo con una población que presenta un aumento nunca antes visto en el número y proporción de personas ancianas.

Algunos países como Cuba esperan que la cuarta parte de su población tenga más de 60 años en el año 2025.

Según la tipología elaborada por el Centro de Estudios de Población y Desarrollo CEPDE similar a la elaborada por el Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE) de la CEPAL, la cual establece grupos de acuerdo a intervalos que indican el grado de envejecimiento, Cuba ha transitado desde un 11,3 % de personas de 60 años y más en 1985 hasta un 19,4 % en el 2015, lo que indica su ubicación en el Grupo III de Envejecimiento (>15 %). Así, en el término de 31 años el envejecimiento se ha incrementado en 8,1 puntos porcentuales. (5)

En la actualidad, según los datos aportados por la Oficina Nacional de Estadística de la Provincia Artemisa, el índice de envejecimiento a nivel provincial es de un 17,1 % (503 353) habitantes y de ellos son adultos mayores un total de 86329, a nivel municipal – 17,8 % (84 520 habitantes), siendo adultos mayores 15 113.

Collazo, M. (2010) plantea que este fenómeno a nivel nacional, ha impuesto un nuevo reto para el sistema de salud, ya que hoy, lo más importante no es solamente continuar aumentando la esperanza de vida de la población, sino, mejorar cualitativamente la salud de esta. O sea, no se trata únicamente de prolongar la esperanza de vida que ya se encuentra en los 77 años, sino de incrementar las expectativas de las personas para continuar siendo miembros activos en la vida social y cultural de las comunidades a las que pertenecen; se trata no sólo de añadir años a la vida, sino también de añadir vida a los años. (8)

Es de destacar, que las poblaciones que envejecen aumentan la cantidad de años de vida, pero ello no indica necesariamente que estos sean vividos con la calidad que merecen. Por ello, es imprescindible lograr que las personas que integran este grupo etario, desarrollen sus actividades en condiciones saludables, con calidad, y con acciones que tomen en cuenta sus especificidades.

Para la Organización Mundial de la Salud (2015) el envejecimiento activo es el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez. (21)

Heredia, L. F. (2006) refiere que está demostrado que el ejercicio físico en los

adultos mayores le refleja al que lo practica un aspecto más saludable y estético; permiten conservar mayor fuerza vital y física; ayudan a mantener y recuperar el equilibrio físico y psíquico; atrasan la involución del músculo esquelético, facilitan la actividad articular y previenen la osteoporosis y las fracturas óseas; intervienen en el envejecimiento cardiovascular previniendo la arteriosclerosis, mejorando la función endocrina, fundamentalmente de la suprarrenal (resistencia y adaptación al estrés), favoreciendo el equilibrio neurovegetativo y la actividad psico-intelectual. (15)

Por ello, resulta necesaria la planificación de ejercicios físicos encaminados a mantener en estas edades las capacidades coordinativas, condicionales y la flexibilidad, dígase el equilibrio (estático y dinámico) la coordinación (simple y compleja), la resistencia aeróbica, la velocidad, la fuerza y la flexibilidad.

Moreno, A. (2005) refiere que el envejecimiento conlleva una serie de cambios a nivel cardiovascular, respiratorio, metabólico, músculo esquelético y motriz que reducen la capacidad de esfuerzo y resistencia al estrés físico de los mayores, reduciéndose así mismo su autonomía y calidad de vida, su habilidad y capacidad de aprendizaje motriz. (18)

Debra, J. R. (2005) plantea que los cambios en los sistemas corporales que intervienen en el equilibrio y la movilidad son una consecuencia inevitable del envejecimiento. A nivel de comportamiento esta acumulación de cambios en el sistema nervioso envejecido, parece manifestarse como una reducción en la capacidad para realizar movimientos que requieran velocidad y precisión, equilibrio, fuerza y coordinación. Es de esperar que los cambios debido al envejecimiento en los componentes periféricos y centrales de los sistemas visual, somatosensorial y vestibular afecten el equilibrio y la movilidad de la peor manera posible en virtud de la interdependencia existente entre el procesamiento de la información sensorial aferente, la selección de una respuesta motora apropiada y su posterior control. (9)

Los cambios debido al envejecimiento en el sistema visual, unido a la falta de equilibrio y movilidad, afectan negativamente la capacidad de los adultos mayores para percibir o anticiparse con precisión a los cambios en las condiciones del suelo

o peligros a su alrededor, lo cual trae consigo el aumento del riesgo de caídas en estas edades que con frecuencia dan lugar a lesiones y traumas psicológicos y constituyen la primera causa de muerte en este tipo de población.

Una importante labor para nuestra población ha resultado en la práctica, la introducción de ejercicios físicos en los denominados Círculos de Abuelos y los grupos de salud con vista al incremento del régimen motor y la capacidad de trabajo físico e intelectual de las personas de estas edades. Pero no hay que olvidar que el control médico y el autocontrol, unidos a la dosificación estrictamente individual de los ejercicios físicos, constituyen los puntos de partidas más importante e insoslayables de este tipo de actividad.

En la actualidad a los círculos de abuelos del municipio Artemisa en la provincia del mismo nombre asisten un número considerable de adultos mayores para la práctica sistemática de ejercicios físicos, a los mismos se les aplica un programa de ejercicios, sin embargo este resulta insuficiente en relación con los ejercicios físico - terapéuticos para el mejoramiento del equilibrio y la coordinación. Por ello nos plateamos como objetivo; elaborar un programa de ejercicios físico - terapéuticos para mejorar el equilibrio y la coordinación en los adultos mayores que asisten a los círculos de abuelo del municipio Artemisa.

Métodos

Teóricos:

Histórico - lógico: Permitió fundamentar la investigación y establecer desde el punto de vista lógico el marco teórico de la misma. Utilizado para analizar la evolución histórica de los índices de envejecimiento a nivel mundial, nacional, provincial y municipal, además de la práctica de ejercicios físicos en los adultos mayores.

Analítico y sintético: Se utilizó para el estudio de los elementos teóricos para analizar y sintetizar los criterios de diferentes autores a partir de la bibliografía consultada sobre la práctica de ejercicios físicos en el Adulto Mayor y asumir la posición del autor.

Sistémico estructural-funcional: Se le aplicó al objeto de estudio y al campo de acción, permitiendo establecer la estructura y el contenido del programa que se

propone.

Hipotético-deductivo: Se utilizó en las deducciones que se derivan de las respuestas que explican el fenómeno y serán confirmados en la práctica.

Empíricos:

Observación: Se aplicó en varios círculos de abuelos para obtener información sobre la práctica de ejercicios físicos en el Adulto Mayor.

Análisis Documental: Se utilizó para analizar cada uno de los documentos consultados.

Encuesta: Se utilizó para diagnosticar el estado actual de la práctica de los ejercicios físicos que realizan los adultos mayores en los círculos de abuelos.

Entrevista: Se le aplicó al especialista de medicina física y rehabilitación para conocer su criterio sobre la pertinencia o no de contar con un programa de ejercicios físico- terapéuticos para mejorar el equilibrio y la coordinación en los adultos mayores que asisten a los círculos de abuelos.

Estadístico matemático: Estadística descriptiva: Se utilizó para realizar el análisis cuantitativo de los resultados de los instrumentos aplicados a la muestra y presentar los resultados de los análisis matemáticos en % y tablas.

Resultados del diagnóstico

La observación

- Las actividades realizadas en las secciones observadas en algunos casos son insuficientes en relación con el mejoramiento del equilibrio y la coordinación y en correspondencia con las características individuales de los adultos mayores.
- El control del ejercicio se realiza mediante la toma de pulso. La presión arterial no se controla en ninguno de los casos, pues no se contó con la presencia del personal de salud pública en las sesiones observadas.

La encuesta

Se encuestaron 21 especialistas, de ellos 18 licenciados y 3 técnico medio con ur promedio de experiencia de 7 años. Se obtuvieron los siguientes resultados.

- El 76 % de los encuestados refieren que el programa del INDER no brinda la información necesaria y detallada para dosificar los ejercicios, que cuenta con información y orientaciones de forma general, pero no establecen ejercicios ni

su dosificación sobre la base de la individualidad del sujeto.

- Se desconoce la información necesaria para dosificar los ejercicios físicos atendiendo las características individuales de los adultos mayores.
- El 100 % de los encuestados considera que no son suficiente los ejercicios de equilibrio y coordinación que aparecen en el programa y añaden que el programa no cuenta con ejercicios.

La entrevista

La entrevista aplicada es del tipo estandarizada o estructurada. Los resultados se reflejan a continuación.

- Se considera positiva la práctica de ejercicios físicos que realizan los adultos mayores en los círculos de abuelos porque ayuda a disminuir los efectos que causan los cambios provocados por el envejecimiento.
- Se evalúa el desempeño alcanzado por los adultos mayores que asisten a los círculos de abuelos como bueno, ya que se demuestra que la práctica sistemática de ejercicios mejora las capacidades tanto físicas como psíquicas.
- Se considera importante la ejecución de ejercicios de equilibrio y coordinación en los adultos mayores.
- Se manifiesta que sería muy conveniente la elaboración de un programa cuyo contenido sea ejercicios físicos terapéuticos que permitan mejorar el equilibrio y la coordinación de los adultos mayores y a su vez oriente al profesor cómo trabajar dichas capacidades físicas de forma planificada y dosificada.

Análisis de documentos

En el análisis documental se consultaron los programas de ejercicios físicos diseñados para el trabajo con adultos mayores.

El programa del **INDER** evidenció lo siguiente:

- En cuanto a estructura no cuenta con un objetivo general.
- No se especifican las capacidades físicas que se deben desarrollar atendiendo las especificidades de los adultos mayores.
- No se plasman las etapas por las que debe transitar el adulto según su condición física.
- No detalla o ejemplifica los ejercicios, ni su dosificación.

El programa “El adulto mayor y la actividad física” elaborado por M Sc. Jorge L. Ceballos Díaz (2001).

- No cuenta con una estructura de programa, no comprende un objetivo general, ni específicos.
- Las orientaciones metodológicas que presenta resultan insuficientes ya que no ofrece diversidad de actividades físicas que orienten a una adecuada planificación y dosificación de las mismas, ni las capacidades más importantes a trabajar para mejorar la independencia funcional de los adultos mayores.
- Está diseñado para trabajar con adultos enfermos con osteoporosis y otros trastornos locomotores.

El programa equilibrio y movilidad con personas mayores elaborado por Debra J Rose(2005).

- No evidencia claramente la estructura metodológica, ni la forma de control y evaluación a tener en cuenta una vez aplicado el programa.
- No establece una adecuada dosificación de las cargas (tandas, repeticiones, intensidad, frecuencias, tiempo de ejecución).

Propuesta de programa.

Objetivo general del programa: Mejorar el equilibrio y la coordinación.

Etapas del programa.

Etapa 1: Acondicionamiento físico.

Etapa 2: Principal.

Etapa 3: Mantenimiento

Etapa de acondicionamiento físico.

En esta etapa se comienza el acondicionamiento físico del practicante. Se debe realizar actividades para el equilibrio y la coordinación en sedestación y trabajar en función de mejorar la fuerza y la flexibilidad para contribuir al cumplimiento del objetivo del programa.

Los objetivos a cumplir en esta etapa son:

- Mejorar la postura en sedestación.
- Mejorar los niveles de fuerza de los músculos de troco, cadera y hemicuerpo inferior implicados en el equilibrio y la coordinación en sedestación.

- Mejorar los niveles de flexibilidad muscular y articular del hemicuerpo superior e inferior implicados en el equilibrio y la coordinación en sedestación.
- Mejorar la capacidad para coordinar los movimientos de ojos y la cabeza.

Duración: 8 semanas (2 meses).

Frecuencia: 3 – 5 días a la semana.

Intensidad: 40 – 50% FC Máxima

Duración de las sesiones: entre 30 a 45 minutos.

Control: mediante la toma de la FC (se toma en la arteria radial o arteria braquial en 10 segundos, el valor obtenido se multiplica por 6).

Etapa Principal.

En la segunda etapa se comienzan a realizar actividades en bipedestación y en movimiento. Para transitar a la misma el practicante debe ejecutar correctamente los ejercicios de la etapa anterior.

Los objetivos a cumplir en esta etapa son:

- Mejorar la postura en bipedestación y en movimiento.
- Controlar el equilibrio y la coordinación en bipedestación y en movimiento cuando se altere la base de sustentación, se realice una tarea cognitiva o una tarea manual y se realicen movimientos de los ojos y la cabeza.
- Mejorar la flexibilidad articular y el fortalecimiento del hemicuerpo inferior.

Duración: 12 – 16 semanas (4 meses).

Frecuencia: 3 – 5 días a la semana.

Intensidad: 50 – 65 % FC Máxima

Duración de las sesiones: entre 30 a 45 minutos.

Control: mediante la toma de la FC (se toma en la arteria radial o arteria braquial en 10 segundos, el valor obtenido se multiplica por 6).

Etapa de Mantenimiento.

En la tercera etapa se realizan las actividades en sedestación, bipedestación y movimiento aumentando el grado de complejidad de los mismos, para posibilitar una mayor independencia funcional. La misma inicia teniendo en cuenta las evaluaciones de la condición física de la etapa anterior.

Los objetivos a cumplir en esta etapa son:

- Continuar el trabajo de las etapas anteriores.
- Mantener en el espacio una mejor postura erecta en sedestación, bipedestación y movimiento.
- Controlar el equilibrio estático y dinámico.
- Ejercitar el nivel de coordinación motora de los participantes.
- Mejorar la fuerza y la flexibilidad.

Duración: durante todo la vida.

Frecuencia: 3 – 5 días a la semana.

Intensidad: 50– 65 % FC Máxima

Duración de las sesiones: entre 30 a 45 minutos.

Control: mediante la toma de la FC (se toma en la arteria radial o arteria braquial en 10 segundos, el valor obtenido se multiplica por 6).

Sistema de control y evaluación del programa.

El sistema de control y evaluación se lleva a cabo mediante el control de signos vitales como el pulso y la tensión arterial, realizándose al inicio y al final de cada sesión de ejercicios, puede darse el caso que el profesor considere necesario controlar el pulso al inicio, intermedio y final de la sesión, dependiendo de las características individuales del practicante.

Los practicantes serán evaluados al inicio mediante las siguientes pruebas: Escala de equilibrio avanzado de Fullerton y escala de equilibrio de Berg.

La escala de equilibrio avanzado de Fullerton es una prueba concebida para medir cambios en el equilibrio, los límites de estabilidad en dirección anterior, la fuerza y control del hemicuerpo inferior, la coordinación de los hemicuerpos superior e inferior. La escala de equilibrio de berg evalúa las limitaciones funcionales asociadas con la práctica de actividades diarias que requieren equilibrio.

Conclusiones

1. El diagnóstico realizado evidenció insuficiencias en los programas estudiados, destacándose la poca actividad fisca dirigida al trabajo del equilibrio y la coordinación.
2. Se presenta una propuesta de programa con una correcta estructura

metodológica, con objetivo general, etapas, contenidos, que en su gran mayoría están dirigido al trabajo de las capacidades coordinativas, control y evaluación y orientaciones metodológicas para formar parte del programa nacional establecido, que suple las insuficiencias presentadas en los programas revisados.

Referencias

1. AgeWatch, (2015) Índice Global de Envejecimiento. HelpAge International.

2. Bernachini S. (2008) Trabajo de Investigación "Incidencia de la Actividad Física en la anatomía física e integración social del Adulto Mayor". Universidad Abierta Interamericana.

3. Carpio, S., Suarez, A.M., Almanza, M.P., Gómez, L.A., y Quintero, M.V. (2012). Caracterización de las Actividades Básicas de la Vida Diaria ABVD en un grupo de adultos mayores institucionalizados. *Revista Salud en Movimiento, 4*(1), 4-18.

4. Carreño, A. M. Medina, M. I., y Godoy, C. (2016). "Mejora de la calidad de vida en el anciano atribuible a la actividad física". En: Pérez, M. C., Molero, M. M., Gázquez, J. J., Barragán A. B., y Pérez, D.Cuidados, aspectos psicológicos y actividad física en relación con la salud. Volumen II. Editorial ASUNIVEP.

5. Centro de Estudios de Población y Desarrollo CEPDE. (2010). "El envejecimiento de la población. Cuba y sus territorios.

6. CUBAHORA. Primera revista digital de Cuba. (2016). Centro de Información para la Prensa. Dirección: Territorial y General Suárez. Plaza de la Revolución. La Habana. Cuba.

7. Coll, J. (2012). Programa de ejercicios físicos terapéuticos para la rehabilitación de pacientes hemipléjicos en la atención primaria de salud. Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. La Habana, UCCFD "Manuel Fajardo" .

8. Collazo, M. I., Rodríguez, A. L., y Calero, J. L. (2010). El envejecimiento poblacional en Cuba, desde la mirada de los directivos del sector salud. Universidad de Ciencias Médicas de La Habana ICBP, "Victoria de Girón".

9. Debra J. R. (2005). Equilibrio y movilidad con personas mayores. California StateUniversity, Fullerton. Editorial Paidotribo.

10. Devís, J. y cols. (2000). Actividad física, deporte y salud. INDE: Barcelona.
11. Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, (2014). La situación Demográfica en el mundo, División de Población ST/ESA/SER.A/354. Nueva York.
12. Domínguez, A. (2012) digital@juvent. udrebelde.cu
13. Estévez Cuellell, M., Arroyo Mendoza, M., González Terry, C. (2006). La Investigación Científica en la Actividad Física: su Metodología. Editorial deportes.
14. Ginarte, M. (2012). Importancia del ejercicio físico en la salud del adulto mayor. Policlínico Docente Elpidio Berovides. La Lisa. La Habana.
15. Heredia, L. F. (2006). Ejercicio físico y deporte en los adultos mayores. Centro de Investigación sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud (CITED). http://www.efdeportes.com/ EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 152.
16. Jiménez, Y., Núñez, M., y Coto, E.(2013) La actividad física para el adulto mayor en el medio natural. InterSedes: Revista de las Sedes Regionales, vol. XIV, núm. 27, pp. 168-181 Universidad de Costa Rica Ciudad
17. Martínez, I. M. (2014). Índice Global del Envejecimiento https://helpage.box.com/s/st3lmzf521gkkyo1rqu1. HelpAge International España.
18. Moreno, A. (2005). Incidencia de la Actividad Física en el adulto mayor. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 5 (19) pp.222-237 http://cdeporte.rediris.es/revista/revista20/artvejez16.htm
19. Muñiz, B. O., Calzado, Á. E. (2011). Incidencia de la actividad física en el adulto mayor. Instituto Superior de Cultura Física. Facultad de Camagüey Cuba.
20. Naranjo, Y., Figueroa, M., y Cañizares, R, (2015). “Envejecimiento poblacional en Cuba”. MarínII.GacMédEspiritvol.17 no.3 Sancti Spíritus.
21. Organización Mundial de la Salud. (2015). 10 datos sobre el envejecimiento y la salud.
22. Rodríguez, A. et at. (2014b) Influencia de ejercicios físico – terapéutica en adolescentes con SHA. Rev. Cub. Med. Dep. & Cul. Fís. 2014; Vol. 9; Núm. 2. Actividad Física y Salud. ISSN: 1728 – 922X RNPS: 2026. Disponible en:

http://www.imd.inder.cu/index.php/revistas.html

23. Ruiz, Ariel. (2007). Teoría y Metodología de la Educación Física y el Deporte Escolar. 3ra edición. Santo Domingo, Editorial Aplusele.

Palabras Claves (hasta 6): Ejercicio físico; actividad física; dosificación; equilibrio, coordinación, condición física.

METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS QUE PROPICIE LA ATENCIÓN EDUCATIVA INTEGRAL A ESCOLARES AUTISTAS EN EL CONTEXTO DE LA EQUINOTERAPIA.

Autores: Dr.C. Raisa Yacel Jiménez García. raisa@uniss.edu.cu

Universidad de Sancti Spíritus "José Martí Pérez"

Dr. C. Lexy Lázaro Figueredo Frutos.

Universidad de Camagüey "Ignacio Agramonte y Loynaz".

Dr.C. Isabel María Fleitas Díaz.

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" de la Habana.

Resumen

Esta investigación surge por la necesidad de facilitar a los profesionales de la Cultura Física que laboran en el centro de equinoterapia de la provincia Sancti Spíritus una herramienta metodológica para el desarrollo de habilidades motrices básicas en escolares autistas de la Escuela Especial "Efraín Alfonso Liriano" en el contexto de la equinoterapia, utilizando el caballo como agente socializador en el proceso pedagógico. La praxis científica se desarrolló durante el período lectivo de los cursos académicos desde el 2015 hasta el 2016; espacio durante el cual se procedió al diseño de una propuesta para favorecer el desarrollo de dichas habilidades en estos sujetos por su importancia y la influencia que ejerce sobre la atención educativa integral a estos escolares, la que fue valorada a través del criterio de expertos. Mediante el método estudio de casos, se valoró la efectividad de la metodología para el desarrollo de estas habilidades en los escolares autistas y se constató su influencia en las áreas de desarrollo: social, comunicativa y conductual.

Palabras claves: autistas; habilidades motrices básicas; equinoterapia.

Summary

This investigation arises, for the necessity of facilitating to the professionals of the Physical Culture that work in the equine therapy center in Sancti Spiritus city. This is a methodological tool for the development of basic motive abilities in autistic scholars of the Special School Efrain Alfonso Liriano in the context of the equine therapy, using the horse like sociality agent in the pedagogic process. The scientific practice, was developed during the academic courses from the 2015 up to the 2016. It was a space where it was proceeded to the design of a methodology to favor the development of these abilities in these fellows, for their importance and the influence that it exercises on the integral educational attention to these scholars, the one that was valued through the approach of experts. By

means of the method study of cases, the effectiveness of the methodology was valued for the development of these abilities in the autistic scholars and its influence was verified in the development areas: social, talkative and conductual.
Key words: autistics; basic motive abilities; equine therapy.

Introducción

Los trastornos del espectro autista constituyen aspectos de excepcional interés en la Educación Especial, su atención educativa en el contexto cubano actual se ha desarrollado en beneficio de todos los escolares del país, con independencia de su raza, sexo, origen o posibilidades intelectuales y tiene en cuenta algunas ideas de alcance universal; ellos pueden desarrollarse, lo mismo que los demás niños, pero la compensación que alcancen durante el proceso de desarrollo, solo será posible por otras vías, en un medio organizado, coherente y desarrollador.

Según H. Asperger (1944: 24) "…el trastorno fundamental del autista, es la limitación de sus relaciones sociales, limitación que determina toda su personalidad". Este deterioro en la socialización influye de forma negativa en el resto de las áreas de desarrollo, donde se incluye el área física, con anomalías en la esfera psicomotriz, lo cual trae consigo dificultades para poner en práctica habilidades motrices básicas indispensables para su desarrollo. Según M.E. Sánchez (2002) e I. Gómez (2005), la actividad física en el niño con autismo ayuda a canalizar la ansiedad, a mejorar la concentración y a estimular la socialización. Actualmente existe una constante preocupación por la implementación de programas de intervención, que mediante la Actividad Física Adaptada, permitan la transformación y mejoramiento de las dificultades que se manifiestan en estos escolares.

Autores como E. Oña (2002); M. García & Col (2005); A .Molina & F. Garza (2006); J. Salazar (2007) y L. Figueredo (2006, 2011) en sus investigaciones, brindan tratamiento al desarrollo y fortalecimiento del organismo desde la práctica de la Actividad Física Adaptada, como parte de la preparación para su vida adulta, lo cual constituye el objetivo de esta área de desarrollo, sin embargo, es insuficiente su tratamiento teórico como proceso integrador y personalizado según su diagnóstico. En su mayoría, estos autores, focalizan sus esfuerzos en y desde el currículum escolar, lo que limita el desarrollo físico y del resto de las áreas, solo al contexto de la escuela. No cabe dudas, que la escuela es un lugar importante donde el escolar pasa gran parte de su tiempo; sin embargo, existen otros espacios donde se pueden desarrollar habilidades motrices básicas.

Como parte de las estrategias de desarrollo para los escolares con autismo, además de las escuelas especializadas para atender sus necesidades educativas, se encuentran centros donde reciben

terapias que atenúan o corrigen, en los casos que es posible, las deficiencias que pueden presentar. Dentro de esos programas, se inserta la equinoterapia, como una opción más en función de estimular el desarrollo físico, emocional e integración social de niños y niñas con necesidades educativas especiales con vistas a su integración a la sociedad.

Autores como A. Shkedi (1997); I. J.Silva (2003); I. Salama, F.Muñoz & B. Mayol de Muñoz (2004) y en Cuba I. Rigual (2004; 2006); M. Cruz (2010); E. Cepeda (2011), brindan tratamiento al desarrollo sensorial de diferentes áreas como la táctil, la auditiva, la visual y la motora, con la aplicación de la musicoterapia, la pintura y el ejercicio físico durante las sesiones de equinoterapia. Es incuestionable el valor de los aportes de estos autores; no obstante, existen limitaciones en el tratamiento teórico-metodológico de sus propuestas, resultando insuficiente la correspondencia de estas, con las particularidades, necesidades y potencialidades de los escolares, por lo que no se consigue mejorar el desarrollo del área motora, que propicie el proceso de atención educativa integral de los escolares autistas, a partir de los métodos y actividades que realizan en este contexto.

Para corroborar lo antes expuesto desde la praxis, se realizaron visitas al centro de equinoterapia de la provincia Sancti Spíritus, donde asisten escolares autistas, se realizaron intercambios con especialistas y se analizaron documentos normativos vinculados a este proceso, como el Programa de Actividades de Intervención Fisioterapéuticas en Hipoterapia, vigente en todos los proyectos de equinoterapia de nuestro país, en el cual se constataron insuficiencias en su metodología para el trabajo con los escolares autistas. El mismo carece de orientaciones concretas, métodos, procedimientos, y pautas de acción que influyan favorablemente en el desarrollo de habilidades motrices básicas y el resto de las áreas de desarrollo de estos escolares, con vistas a una preparación integral para su futura vida adulta.

En las observaciones realizadas durante las visitas a este centro se pudo apreciar, que los escolares autistas que asisten a esta terapia alternativa, desde el punto de vista físico, presentan torpeza en la actividad gestual y motora, una pobre coordinación y orientación espacial, dificultades con el equilibrio, con el control de las destrezas motoras finas y con la realización de habilidades motrices básicas en general. Por su parte, los profesionales de Cultura Física que allí laboran, presentan un insuficiente dominio de las herramientas teórico-metodológicas para la atención educativa a este tipo de escolares, lo que provoca un limitado tratamiento en su accionar, dirigido solo a lo físico, sin tener una comprensión adecuada del enfoque integrador característico de esta enseñanza.

Se plantea como objetivo: elaborar una metodología para el desarrollo de habilidades motrices básicas que propicie el proceso de atención educativa integral a escolares autistas en el contexto de la equinoterapia.

Desarrollo

Para la realización de esta investigación se seleccionaron los tres escolares autistas con alto nivel de funcionamiento del aula de autismo de la Escuela Especial "Efraín Alfonso Liriano" de Sancti Spíritus, de ellos una niña y dos niños con edades comprendidas entre seis y siete años. En todos los casos es característico un funcionamiento anormal en las tres áreas de la psicopatología: interacción social recíproca, comunicación y comportamiento restringido, estereotipado y repetitivo, además de presentar anomalías visibles en la esfera psicomotriz. Además contribuyeron con su participación activa, criterios y experiencias, a través de la aplicación de instrumentos durante la investigación, un total de nueve personas, integradas por tres Licenciados en Cultura Física, que laboran en el centro de equinoterapia y seis familiares de los escolares autistas (tres madres, un padre y dos abuelas).

Dada la complejidad del objeto de investigación, así como la necesidad de conocer la situación actual en la muestra seleccionada, se aplica un diagnóstico inicial para el cual se aplicaron varios métodos del nivel empírico, donde se pudo constatar la existencia real del problema. En esta primera etapa se realizaron dos protocolos para aplicar las observaciones dirigidas a los tres escolares autistas de la muestra, con el fin de valorar el comportamiento de los indicadores de las dimensiones física y actitudinal durante las sesiones de equinoterapia, lo que permitió realizar la caracterización de cada caso, según sus escalas valorativas. Se asumieron para esta investigación las dimensiones e indicadores propuestos y utilizados por la autora en estudios e investigaciones precedentes (2010-2011) y contextualizados en esta tesis.

La entrevista a la familia estuvo encaminada a constatar el nivel de conocimientos que tiene la familia acerca del trastorno de su hijo y las posibilidades de desarrollo de las diferentes áreas durante la sesión de equinoterapia. Para completar el diagnóstico inicial durante la investigación se hizo necesario realizar una entrevista a los profesionales de Cultura Física que trabajaban con los escolares autistas en el centro de equinoterapia de Sancti Spíritus, el cual tuvo como objetivo constatar el dominio y conocimiento que estos poseen, de aspectos relacionados con el autismo, la influencia de la equinoterapia para el desarrollo integral de estos escolares y su accionar en el centro ecuestre.

Al realizar un análisis del Programa de Intervención Fisioterapéutica de Hipoterapia, el cual rige el trabajo que se lleva a cabo en los centros de equinoterapia de todo el país, la autora considera que

las actividades para autistas que aparecen en el programa no cumplen con una adecuada selección y ordenamiento, pues no se estructuran correctamente, además de no estar dirigida la intervención de esta área con un carácter integrador que permita dar cumplimiento a objetivos propuestos de manera general en la educación para escolares autistas.

Propuesta de actividades físicas ecuestres

El estudio de los fundamentos teóricos relacionados con el comportamiento de las habilidades motrices básicas en los escolares con diagnóstico de autismo y las alteraciones que presentan debido a las características de este trastorno, incentivó la necesidad de elaborar una propuesta aplicable en las sesiones de equinoterapia.

Su diseño obedece a la existencia de severas alteraciones que presentan en el desarrollo de estas habilidades los escolares autistas con alto nivel de funcionamiento, la carencia de herramientas teórico- metodológicas y prácticas para trabajar esta y otras áreas del desarrollo en el contexto de la equinoterapia y las insuficiencias teórico-metodológicas en cuanto a contenido y metodologías del el Programa de Actividades de Intervención Fisioterapéuticas en Hipoterapia que se utiliza en todos los centros de este tipo en el país, que respondan a un desarrollo integral de estos escolares a partir del diagnóstico, potencialidades y necesidades individuales. La metodología constituye una importante herramienta de trabajo para contribuir al desarrollo integral de escolares autistas con alto nivel de funcionamiento, que asisten al centro de equinoterapia de la provincia Sancti Spíritus.

La metodología de esta investigación, se sustenta en fundamentos filosóficos, sociológicos, metodológicos, pedagógicos y psicológicos, así como en la Actividad Física Adaptada y en la Educación Especial. Desde el punto de vista filosófico, se toma como referencia la concepción científica del mundo basada en el materialismo histórico y dialéctico, que esboza ideas a favor de que los hombres sean el producto de las circunstancias y de la educación (C. Marx & F. Engels, 1973).

La misma se distingue por ser personalizada, dinámica y desarrolladora dora con un enfoque comunicativo y correctivo compensatorio. Se elabora a partir de los requerimientos del aprendizaje de acuerdo con el desarrollo integral de éstos, develando la necesidad de ofrecer respuesta a las carencias que existen en la dirección del proceso de estimulación del desarrollo de habilidades motrices básicas en los escolares autistas, en el contexto de la equinoterapia. El producto que se presenta, reconoce en su aplicación el enfoque humanista, interdisciplinario y sistémico entre sus componentes estructurales y funcionales; valora en alto grado el papel de los objetivos como elemento rector del proceso, así como, del diagnóstico de las necesidades e intereses de los escolares autistas,

así mismo contempla las potencialidades de estos para favorecer el proceso de equinoterapia con el objetivo de desarrollar en ellos dichas habilidades y de esta forma contribuir al desarrollo del resto de las áreas en general.

Se propone como objetivo general de la metodología: Contribuir al desarrollo de habilidades motrices básicas, de forma tal, que propicie el proceso de atención educativa integral a escolares autistas en el contexto de la equinoterapia e incida en la preparación para la vida adulta y relativamente independiente de este grupo poblacional.

El aparato metodológico consta de cuatro etapas, cada una de ella relacionadas entre sí. En la etapa de implementación se aplican las actividades panificadas para cada sesión. Se elaboraron un total de 33 actividades físicas ecuestres, caracterizadas por ser personalizadas, dinámicas y desarrolladoras, con un enfoque comunicativo y correctivo-compensatorio. La propuesta tiene como objetivo general contribuir al desarrollo de habilidades motrices básicas, de forma tal que propicie la atención educativa integral a escolares autistas en el contexto de la equinoterapia e incida en la preparación para la vida adulta y relativamente independiente de este grupo poblacional.

Las actividades, que se incluyan en cada sesión deben estar adecuadas al nivel de desarrollo del escolar, a sus intereses, necesidades, potencialidades y han de ser funcionales, comenzando por las ubicadas en el nivel 1.

Nivel 1: Actividades para el reconocimiento corporal.

Objetivo: Reconocer las partes fundamentales del cuerpo (cabeza, brazos, tronco y extremidades), que le permitirá realizar acciones motrices complejas, con pleno dominio con y sin la ayuda de un adulto u otro escolar más capaz.

Criterios de clasificación:

- Esta es la primera actividad que debe realizar el escolar dentro de las sesiones de equinoterapia, lo que le dará la posibilidad de prepararlo para realizar actividades más complejas de los niveles superiores.
- Permiten la familiarización con el caballo, el entorno y las personas que lo rodean.

Nivel 2: Actividades para el desarrollo de la coordinación y el equilibrio durante su desplazamiento en el suelo y sobre el caballo; así como de la postura y la orientación espacial.

Objetivo: Ser capaz de ejecutar acciones en las cuales estén presentes la coordinación, el equilibrio y la orientación espacial, con o sin la ayuda de un adulto u otro escolar más capaz.

Criterio de clasificación:

- Le permite al autista socializar con el animal identificar el espacio, desplazarse por sí mismo y con el animal, lo que propiciará una mejor preparación para enfrentar las actividades físicas ecuestres del nivel superior y de su vida cotidiana.
- Estimulan la familiarización con el animal y equinoterapeutas mediante la monta gemela.
- Estimulan la comunicación.

Nivel 3: Actividades preparatorias combinadas.

Objetivo: Lograr un desarrollo físico superior a los niveles inferiores mediante este tipo de actividades combinadas, que le permita a los escolares estar mejor preparados para poner en práctica habilidades motrices básicas.

Criterio de clasificación:

- Combinar la coordinación y el equilibrio con acciones físicas (ejercicios de piernas, brazos, tronco, cabeza) con otras para el desarrollo de las diferentes áreas sensoriales y la motricidad fina, como antesala para la realización de habilidades motrices básicas.
- Actividades más complejas que en los niveles anteriores.
- Requieren de mayor coordinación y equilibrio.
- Estimulan la socialización con el animal, coetáneos, personal del centro ecuestre y el entorno.

Nivel 4: Actividades para el desarrollo de habilidades motrices básicas.

Objetivo: Lograr la realización de acciones que demuestren las habilidades motrices básicas con o sin la ayuda de un adulto u otro escolar más capaz.

Criterio de clasificación:

- Son esenciales para el desarrollo físico, social y destreza en las actividades cotidianas para su vida adulta y relativamente independiente.
- Son las actividades más complejas.
- Estimulan la socialización, la comunicación verbal, extra verbal y la conducta.

Evaluación: en plena correspondencia con los indicadores seleccionados y las actividades propuestas por la autora en el manual de apoyo, se hace necesario la evaluación de los logros en todas las áreas de desarrollo, haciendo énfasis en las habilidades motrices básicas del área física de manera, que de forma sistemática y final, puedan valorarse los avances de los escolares. Para ello, se utilizan fichas de seguimiento con un protocolo para el comportamiento de los diferentes indicadores de las dimensiones físicas y actitudinal, los cuales serán medidos a través de escalas valorativas elaboradas para tales efectos.

Todo lo expresado hasta el momento acerca de la metodología se refleja en el siguiente esquema:

Figura 1. Metodología para el desarrollo de habilidades motrices básicas que propicie la atención educativa integral a escolares autistas en el contexto de la equinoterapia.

Resultados finales dela aplicación de la metodología.

Los resultados obtenidos fueron favorables si se tiene en cuenta que solo transcurrió un curso escolar para la aplicación, además de las características particulares y generales de cada uno de los casos estudiados fundamentados por su trastorno y que se derivan de un conjunto de necesidades e intereses; no obstante, emanaron algunas hipótesis que revierten importancia para estudios más rigurosos y que hay que considerar cuando se generalice la metodología propuesta. Una primera hipótesis derivada del estudio, es que los autistas con alto nivel de funcionamiento pueden asimilar un

sistema de actividades físicas ecuestres que incidan en todas las áreas de desarrollo, haciendo mayor énfasis en el área física, si estas se estructuran con un orden lógico-metodológico y una correcta dosificación. Una segunda hipótesis es que la intervención de la familia dentro de la atención de escolares autistas con alto nivel de funcionamiento, posibilita un incremento de su desarrollo integral al observarse poco a poco diferencias ante su condición inicial.

Conclusiones

La propuesta que se propone, se elaboró a partir de una concepción teórica para el desarrollo de habilidades motrices básicas que propicie el proceso de atención educativa integral a escolares autistas en el contexto de la equinoterapia a escolares autistas y se sustenta en un enfoque comunicativo y correctivo-compensatorio, que la caracteriza por ser personalizada, dinámica y desarrolladora a partir de los nexos que se establecen entre las teorías que la sustentan.

Bibliografía

1. Asperger, H. (1944). *La psicopatía autista en la niñez* (material monográfico). La Habana.
2. Cepeda, E. (2011). Sistema de ejercicios para mejorar el equilibrio en niños autistas mediante la equinoterapia. Tesis en opción al título de Máster en Actividad Física Comunitaria, ISCF "Manuel Fajardo" Granma.
3. Cruz, M. (2010). "*Programa de ejercicios para estimular la afectividad y el equilibrio en niños con autismo menores de seis años".* Tesis en opción la grado de Licenciado en Cultura Física, UCCFD. La Habana.
4. García, M. y col. (2005). *Psicología Especial*. Tomo I. La Habana: Editorial Félix Varela.
5. García, M. y col. (2005). *Psicología Especial*. Tomo II. La Habana, Editorial Félix Varela.
6. Garza, F. (2006). *Manual avanzado para padres* (2da edición) PSICOM. Cubierta: Taller Creativo PsicologiaCientifica.com, Impresión Digital: PsicologiaCientifica.com. Colombia: Editores Bogotá.
7. Gómez, I. (2005). *Un acercamiento al Autismo.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
8. Figueredo, L. (2006). *Una alternativa motriz para niños autistas*. Trabajo de diploma. Granma, I.S.C.F. "Manuel Fajardo".
9. Figueredo, L. (2011). *Metodología para la atención educativa a escolares autistas con bajo nivel de funcionamiento desde la Educación Física Adaptada*. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura física, ISCF" Manuel Fajardo". La Habana.
10. Mayol de Muñoz, B. (2004). *Conferencias 4to Curso Equinoterapia*, Asociación Mexicana de Equitación Terapéutica. AMET .México.

11. Molina, A. (2006). Publicación sobre actividad Física y juegos para niños autistas. La Habana, Editorial Félix Varela.
12. Muñoz, F. (2004). "*Mozart, my horse and me."* Libro de Memorias del XII Congreso Internacional de Equinoterapia. ANDE- Brasil.
13. Oña, E. (2002). *Programa de Educación Física Adaptada para niños autistas.* La Habana.
14. Rigual, I. (2004). *Música y Sonido: lenguajes de estimulación para la integración sensorial en Autismo, Síndrome de Down, Parálisis cerebral y Síndrome de Rett.* I Curso Internacional de Equinoterapia. Cuba
15. Rigual, I. (2006). Música y caballo: unidad afectivo-cognitiva. *Revista Asociación Nacional de Equinoterapia ANDE- BRASIL- No 13 Junio.*
16. Salama, I. (2004). Psicoterapia asistida con animales. Curso equinoterapia. La Habana. Cuba.
17. Sánchez, M. E. (2002). Psicología general y del desarrollo. La Habana: Editorial Deportes.
18. Shkedi, A. (1997). *Therapeutic riding strategies for rehabilitation*. Durango: Ed by Barbara T. Engel, Therapy Services.
19. Silva, J. (2003). *De la Hipoterapia al esquema corporal.* Tesis en opción al título de Máster Internacional en Psicomotricidad y Relajación. México:-Francia.

Título: Rehabilitación Física de la musculatura pelvi-perineal, en pacientes con Disfunciones de Suelo Pélvico.

Autora: Bárbara Yumila Noa Pelier. Especialista en 1er Grado de medicina Física y Rehabilitación. noapelier@infomed.sld.cu

Institución: CIREN

País: Cuba

Resumen

Introducción. La debilidad de los elementos musculares del suelo pélvico predisponen a una sintomatología múltiple, siendo su fisiopatología multifactorial, la alteración de los músculos elevadores del ano y del núcleo fibroso del periné es el origen más frecuente de este problema. Coexistencia de varios factores causales, asociado a embarazo y parto, edad, obesidad, constipación, tos crónica, levantar cargas pesadas en forma repetitiva, menopausia e hipoestrogenismo, factores genéticos, enfermedades músculo esqueléticas, neuromusculares y del tejido conectivo, pelvis de diámetro largo y cirugías previas. La práctica habitual de ejercicios físicos: Ejercicios de Kegel y Gimnasia Abdominal Hipopresiva, mejora el tono muscular, la fuerza de la musculatura pelvi-perineal y aumenta la calidad de vida de personas con disfunciones de suelo pélvico. **Métodos.** Se realizará un estudio cuasi-experimental con una muestra de 300 pacientes que acudan a recibir tratamiento rehabilitador, por presentar diagnóstico de disfunciones de suelo pélvico, en el Departamento de Medicina Física y Rehabilitación del Hospital CIMEQ, en período comprendido desde Julio 2017-Julio 2018. **Conclusiones:** Como método preventivo, la GAH y los Ejercicios de Kegel, ayudan a la mejora y activación del suelo pélvico y por tanto, puede evitar, la aparición de disfunciones de suelo pélvico. Los mismos, mejoran la velocidad de contracción del suelo pélvico, así como el rendimiento físico y la calidad de vida.

Palabras claves: Suelo pélvico, Ejercicios de Kegel, Gimnasia Abdominal Hipopresiva.

INTRODUCCIÓN

Los músculos perineos son la base que cierran la apertura inferior de la cavidad pelviana y que está constituida por una serie de capas que comprenden desde el peritoneo que recubre las vísceras pélvicas hasta la piel de la vulva. Los músculos perineos forman el suelo pélvico juntamente con la fascia endopélvica, estas estructuras musculares y aponeuróticas, se fijan a la pelvis ósea y forman como una hamaca sobre la que se apoyan las vísceras pélvicas. (Obregón 2009)

La debilidad o lesión de los elementos que forman el suelo pélvico predispone especialmente a la mujer por sus características anatómicas a presentar afecciones a ese nivel que provocan una sintomatología en ocasiones múltiple por combinarse diferentes problemas como: incontinencias urinaria y fecal, prolapso genitales, dolor pélvico crónico y disfunción sexual, entre otras. (Gómez, M. 2012:96)

Es importante destacar el desconocimiento que tiene la población en general de los tratamientos preventivos, conservadores y rehabilitadores que existen para estas patologías.

Si bien estas disfunciones no conllevan a un daño orgánico grave, sí provocan una disminución de la calidad de vida de estos pacientes por los daños físicos, psicológicos y sociales que provocan. Estas entidades clínicas relacionadas entre sí, pueden tener una etiología multifactorial, pero en todas ellas podemos encontrar alguna disfunción del suelo pélvico. Entre los factores de riesgo recogidos en la literatura que predisponen a la disfunción de suelo pélvico se encuentran: la edad, los antecedentes de enfermedades crónicas, el uso frecuente de determinados medicamentos, los hábitos y costumbres, el embarazo y parto y las cirugías pelvi-perineales.(Bo y Frawley, 2009)

Con el aumento de la expectativa de vida y la calidad de vida de las personas, estas patologías pasan a ocupar un espacio dentro de las enfermedades crónicas no transmisibles, con repercusión en la vida personal, familiar, social y laboral de quienes las padecen. (Bo y Frawley, 2009).

El incremento de la expectativa de vida de la población y la necesidad de mantener una buena salud con calidad ocasiona una demanda creciente de atención sanitaria en los países desarrollados. Se ha estimado que alguna de las

tres afecciones perineales más frecuentes: incontinencia urinaria, incontinencia fecal y los prolapsos genitales pueden afectar hasta a un tercio de las mujeres adultas. Pese a ello son problemas poco abordados desde la Atención Primaria pues en ocasiones no se interroga con profundidad, lo que dificulta llegar al diagnóstico etiológico y solo se ofrecen medidas paliativas (uso de absorbentes) y se prescinde de los servicios de Rehabilitación que pueden resultar muy útiles en estos pacientes.(Sánchez, C. 2008)

La demanda estimada de consultas por trastornos del suelo pélvico aumentará, según se prevé, en un 30% para el año 2030.(Sánchez, C. 2008).Los trastornos del suelo pélvico se encuentran entre los 10 primeros motivos de gastos en atención sanitaria, pero no suelen tratarlos los médicos de Atención Primaria. Las barreras para su diagnóstico y tratamiento comprenden un conocimiento inexacto de estas alteraciones y una creencia generalizada de que los tratamientos eficaces son quirúrgicos o de que se precisa un amplio estudio antes de iniciar el tratamiento.(Pallaruelo, L. 2012)

Según el criterio de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Calidad de Vida Relacionada con la Salud (CVRS) se refiere a la “percepción del individuo de su posición en la vida, en el contexto de la cultura y sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones”.Este constructo pretende valorar aspectos de la enfermedad relacionados con la vida diaria del paciente y de qué modo se ve afectada por la patología o por la medicación concomitante, abarcando por lo menos cuatro dimensiones a saber: física, funcional, psicológica y social. De modo que, cada una de estas dimensiones puede ser afectada a mediano y largo plazo por la enfermedad, y a corto plazo por la medicación administrada.(Lacimaa 2008)

Las disfunciones del suelo pélvico pueden ser consideradas como un problema de salud en el mundo, del cual no se excluye Cuba, sobretodo en mujeres con un alto porcentaje de cirugía o incluso de una segunda intervención.(Quintana y Fajardo, 2009:15)

Martinez (2014) señala: el entrenamiento de los músculos del piso pélvico (EMPP) es de suma importancia en la prevención y/o el tratamiento de sus disfunciones,

enfatizando la importancia del abordaje fisioterapéutico en la rearmonizaciónpostural para la corrección de la estática pélvica y el fortalecimiento de los componentes esfinterianos, como la normalización de las tensiones músculo aponeuróticas del suelo pélvico.

La fisioterapia es una profesión sanitaria que se relaciona con el movimiento, la función y la maximización del potencial humano, con perspectivas clínicas para promover, mantener y restaurar el bienestar físico, psicológico y social, basándose en las ciencias, y destinada a la extensión, aplicación, evaluación y revisión de la evidencia de la práctica en que se basa. El núcleo central es el ejercicio del juicio clínico y la interpretación informada.(Obregón 2009; AndresMarambio G.y cols, 2011)

Weber y Richter (2005) plantean que para estas afecciones la fisioterapia está considerada como el tratamiento de primera elección dado su carácter no invasivo y los resultados en términos de alivio de los síntomas, la posibilidad de combinar fisioterapia con otros tratamientos, el bajo riesgo de efectos secundarios y un coste entre moderado y bajo.

La fisioterapia tiene el objetivo de restaurar el reflejo perineal al esfuerzo, promover la concienciación de la contracción muscular del suelo pélvico y reprogramar el sistema nervioso a través de técnicas que pueden utilizarse de forma aislada o combinadas.(Hendrix SL, et al. 2002)

En los ejercicios perineales se utilizan técnicas cuyo objetivo es mejorar la fuerza y la resistencia de los músculos del suelo pélvico. Diversos estudios han demostrado que los ejercicios perineales son un tratamiento efectivo y la motivación y adherencia de la paciente son factores importantes para el éxito.(Davis 2003; Kegel 1948)

El entrenamiento muscular es adquirido a través de la práctica de los ejercicios específicos para el suelo pélvico, basados en el concepto que los movimientos voluntarios repetidos que proporcionan aumento de la fuerza muscular. Sus efectos benéficos incluyen el desarrollo, mejora y restauración o manutención de estos y no sólo de la fuerza muscular, sino también de la resistencia, movilidad, flexibilidad, relajamiento, coordinación y habilidad a través de sus movimientos.

Situación Problémica: Alta incidencia y prevalencia de las disfunciones de Suelo Pélvico y escasas alternativas físico rehabilitadoras para la atención de este problema de salud Consulta de Medicina Física y Rehabilitación.

Problema: Como contribuir a la rehabilitación física de las disfunciones de suelo pélvico en mujeres atendidas en consulta de Medicina Física y Rehabilitación?

Hipótesis: Puede la reeducación de la musculatura perineal mejorar las disfunciones de suelo pélvico?

Objetivo General.

1.- Evaluar evolutivamente la reeducación muscular perineal en mujeres con disfunciones de suelo pélvico.

Objetivos Específicos.

1.- Identificar las características clínicas de las mujeres con disfunciones de suelo pélvico.

2.- Caracterizar la evolución clínica de las pacientes con programa de reeducación muscular como tratamiento rehabilitador de las disfunciones de suelo pélvico.

MARCO TEORICO

En VI Reunión Nacional sobre patología del suelo pélvico (2010), se conceptualizó: El periné es, ¨la región anatómica situada a nivel de la zona inferior del tronco que forma el suelo de la pelvis.[14]Esta región, está delimitada por diferentes estructuras: en la parte superior encontramos el músculo diafragma, a nivel anterior y lateral tenemos la sínfisis del pubis y la musculatura abdominal, y a nivel lateral y posterior las costillas, la columna vertebral (sacro y cóccix) y la musculatura espinal. (Alfonso, P. 2008)

El periné contiene las vísceras bajas del abdomen, que en la mujer son: vejiga, útero y recto. Estas vísceras, están sujetas por el suelo pélvico muscular.

El suelo pélvico muscular, es un conjunto de músculos que se disponen en tres niveles: plano superficial, medio y profundo.(Matheus, LM.2006:10)

- El plano superficial, está compuesto por los músculos bulbocavernoso e isquiocavernoso, el músculo transverso superficial y el músculo esfínter externo del ano.

- El plano medio, el músculo esfínter estriado de la uretra y el músculo transverso profundo.
- El plano profundo, está compuesto por el músculo elevador del ano, se compone de tres fascículos estriados: pubococcígeo, iliococcígo, e isquioccígeo, y otros dos músculos: pubovaginal y puborrectal.

Funciones de los músculos perineos

a. Cierran la pelvis ósea, y forman la pared inferior de la cavidad abdominal.

b. Garantizan la estabilidad de la región lumbo-pélvica.

c. Desempeñan un papel fundamental en el mantenimiento de la continencia.

d. Sostienen las vísceras pélvicas.

e. Permite la micción, la defecación y el parto.

f. Desempeñan un papel importante en las relaciones sexuales.

La misión de la rehabilitación perineal es tonificary fortalecer ambos tipos de fibras; las defibras lentas con contracciones suaves y mantenidasy las de fibras rápidas con contracciones demayor amplitud (fuertes) y rápidas.(Rogers R. 2011:118).

- ✓ Ejercicios de Kegel

Kegel HA (1948),fue el primero que evidenció la importancia y la implicación de esta musculatura en las distintas disfunciones (incontinencias y prolapsos), y de ahí que actualmente se conozcan los ejercicios para fortalecer los músculos del suelo pélvico como ejercicios de Kegel. Sin embargo, tuvieron que pasar 20 años para que el sueco Magnus Fall retomara los estudios sobre la reeducación perineal y que volviera a tener interés en el campo de la Ginecología, aunque no fue hasta 1980, en Francia cuando se impartió la primera formación reglada de esta disciplina, gracias al impulso de Alain Bourcier. Varios años más tarde se extendió a otros países europeos, entre ellos a España.

Ejercicio # 1: Contracciones lentas. (Kegel HA.1948)

- Se realiza la contracción del músculo intentando mantenerla durante cinco segundos, y relajando después el músculo lentamente.
- Esto se hace diez veces seguidas.

Al principio, mantener el músculo contraído supone un esfuerzo importante, pero poco a poco va resultando cada vez más sencillo controlar el músculo y mantener su contracción el tiempo deseado sin apenas esfuerzo.

Ejercicio # 2: Contracciones rápidas. (Kegel HA. 1948)

- Se contraen y relajan los músculos tan rápidamente como se pueda.
- Se comienza con series de diez repeticiones cuatro veces al día, aumentándolas hasta hacer 50 repeticiones cuatro veces al día.
- Es posible que al principio se note cansancio enseguida.

✓ Gimnasia Abdominal Hipopresiva

En 1980, el Dr. Marcel Caufriez, creó las técnicas hipopresivas. En la actualidad, estas técnicas hipopresivas se definen como: ¨un conjunto de técnicas posturales que provocan el descenso de la presión intraabdominal y la activación refleja de los abdominales y del suelo pélvico, consiguiendo a largo plazo un aumento del tono en ambos grupos musculares¨. (Caufriez M. y Marzolf A. 2012)

El primer objetivo que debemos cumplir mediante la Gimnasia Abdominal Hipopresiva (GAH), es a nivel de prevención de patologías, que proviene de la existencia de hipotonía de la cincha abdominal, que como consecuencia, da origen a una relajación del suelo pélvico. Los músculos del periné, actúan de forma sinérgica con la musculatura de la pared abdominal, de tal forma que toda relajación de la musculatura abdominal, repercutirá directamente a nivel perineal. Esta sinergia funcional entre ambas estructuras, es beneficiosa tanto a nivel visceral, como respiratorio (diafragma) e incluso positiva a nivel postural (bloqueo de columna lumbar), siempre y cuando no exista ningún déficit en el tono muscular.(Caufriez M. y Marzolf A. 2012)

Los ejercicios hipopresivos consisten en mantener una serie de posturas de forma rítmica, repetitiva y secuencial, que permiten gracias a la conexión directa con el sistema nervioso central, la integración y memorización de mensajes propioceptivos sensitivos asociados a estas posturas. Estos mensajes dan lugar a una serie de reacciones sistémicas que tienen como objetivo la inhibición de la hipertonía del diafragma, responsable de la hiperpresión abdominal. Esta inhibición se consigue mediante: el posicionamiento gravitatorio, es decir, el

descenso y anteriorización del centro de gravedad corporal (situado en L3) y a través de la acción respiratoria que se produce a nivel central. (Mancera, 2015 ; Rial, 2012)

Diseño Metodológico

Tipo de estudio: Se realizará un estudio cuasi-experimental prospectivo con el objetivo de evaluar la efectividad del tratamiento rehabilitador en la musculatura del suelo pélvico en pacientes que acuden a consulta especializada de Medicina Física y Rehabilitación, en el período comprendido entre julio de 2017 y julio de 2018.

Universo:300 pacientes que acudan con diagnóstico de disfunción de suelo pélvico a la consulta especializada de Medicina Física y Rehabilitación del Hospital CIMEQ, que no se acompañe de procesos oncoproliferativos o sangramientos y lesión neurológica aguda en proceso evolutivo o lesión medular y que no tengan trastornos de conducta, psicológicos o de otra naturaleza, que imposibilite la recogida adecuada de datos en la historia clínica y que no padezca de otras enfermedades descompensadas que contraindiquen el uso de agentes físicos terapéuticos, como las cardiopatías, la diabetes mellitus, sepsis de la zona o generalen el período comprendido desde julio de 2017 hasta julio de 2018.

Muestra:300 pacientes que acudan con diagnóstico de disfunción de suelo pélvico a la consulta especializada de Medicina Física y Rehabilitación del Hospital CIMEQ, que no se acompañe de procesos oncoproliferativos o sangramientos y lesión neurológica aguda en proceso evolutivo o lesión medular y que no tengan trastornos de conducta, psicológicos o de otra naturaleza, que imposibilite la recogida adecuada de datos en la historia clínica y que no padezca de otras enfermedades descompensadas que contraindiquen el uso de agentes físicos terapéuticos, como las cardiopatías, la diabetes mellitus, sepsis de la zona o generalen el período comprendido desde julio de 2017 hasta julio de 2018.

Criterios de Inclusión:

- Pacientes del sexo femenino en edades comprendidas entre los 40 y 59 años, con diagnóstico de prolapso genital, que reciben tratamiento rehabilitador en CIMEQ.

- Aprobación de la paciente a participar en la investigación.

Criterios de Exclusión:

- Otras enfermedades que cursan con los prolapsos genitales como los procesos oncoproliferativos o sangramientos y lesión neurológica aguda en proceso evolutivo o lesión medular.
- No cooperación de los pacientes, por trastornos de conducta, psicológicos o de otra naturaleza, que imposibilite la recogida adecuada de datos en la historia clínica.
- Otras enfermedades descompensadas que contraindiquen el uso de agentes físicos terapéuticos, como las cardiopatías, la diabetes mellitus, sepsis de la zona o general.
- Pacientes que no estén de acuerdo de incluirse en la investigación.

Criterios de Curación:

- Curadas: Pacientes continentes, con test muscular con nota 3 o más.
- Mejor: Paciente con test muscular superior al que tenía al inicio del tratamiento.
- Igual: Paciente con test muscular con igual nota muscular que al inicio del estudio.

A todas las pacientes evaluadas en consulta que cumplan los criterios de inclusión se les realizará la historia clínica, para establecer el diagnóstico de Disfunción de Suelo Pélvico, así como comprobar la tonicidad de la musculatura pelviana mediante el Test Muscular según la Escala de Oxford modificada.

- ✓ Test Muscular: según Escala de Oxford modificada(Botlero 2011):

0: Ausencia de contracción. (Ausencia de cualquier aumento de tono muscular).

1: Leve (indicios de contracción; no existe desplazamiento muscular, pero si aumento del tono)

2: Débil (contracción percibida con desplazamiento muscular, pero sostenida menos de 5 segundos sin resistencia)

3: Moderada (contracción sostenida más de 5 segundos sin resistencia)

4: Buena (contracción de 5 segundos, con resistencia, repetida 5 veces)

5: Intensa (contracción de más de 5 segundos, con resistencia, repetida más de 5 veces).

El tratamiento rehabilitador consistirá en programa de ejercicios de suelo pélvico, conocidos internacionalmente como Ejercicios de Kegel, Gimnasia Abdominal Hipopresiva.Los tratamientos se programarán por ciclos de 10 sesiones luego de los cuales las pacientes serán reevaluada por la misma especialista de Rehabilitación, que realizará las nuevas indicaciones. El test muscular se realizará con la siguiente periodicidad: al inicio del tratamiento, al mes, aproximadamente a los 3 meses (para definir alta médica). La paciente terminará el ciclo de tratamiento cuando el test muscular es mayor o igual a 3.

Criterios de evaluación final.

- Mejor: test muscular superior mayor o igual a 3.
- Igual: test muscular con igual nota muscular que al inicio del tratamiento.

Revisión bibliográfica y documental:

La estrategia de búsqueda para la realización de esta investigación se desarrollará en el período comprendido entre julio de 2017 y julio de 2018. Se accederá al Localizador de Información en Salud (LIS) ubicado en el portal de Medicina de Rehabilitación Cubana en Infomed.

Se realizarán búsquedas electrónicas y en bibliotecas de revistas médicas nacionales y extranjeras indexadas en Scielo, ImbiomedyPubmed; en un horizonte de 10 años en idioma español e inglés. Además se realizarán revisiones de tesis de terminación de estudios y libros de textos donde se hayan publicado información relacionada con la disfunción del suelo pélvico, factores de riesgo asociado a estas afecciones y manejo fisioterapéutico de las mismas. Para la búsqueda se utilizan como palabras clave: disfunciones del suelo pélvico,prolapsos de órganos pélvicos, climaterio, menopausia y reeducación muscular del suelo pélvico

La información será obtenida a través de fuentes pasivas y activas, o sea mediante la revisión de las historias clínicas confeccionadas y datos recogidos mediante el interrogatorio y el examen físico de las pacientes. La información referida a las variables de estudio será depositada en un modelo de recogida de

datos individual. El modelo será elaborado para los fines de la investigación, en el servicio de Medicina Física y Rehabilitación del CIMEQ.

El completamiento del modelo de recogida de datos de cada paciente, será realizado por la investigadora a partir de los datos obtenidos por las diferentes vías.

Referencias Bibliográficas:

1.- Obregón Y. (2009).“Disfunción del piso pélvico: epidemiología”.*RevObstetGinecolVenezSep*; 69(3): 172-178.

2.-Gómez M, Torregrosa MD. (2012). “Incorporación de la promoción de la salud y la prevención de las disfunciones de suelo pélvico en atención primaria”.*RevEnfer Doc*. 96, 22-25.

3.- Bo K, Frawley H, Sherburn M.(2009).*Evidence for benefit of transversusabdominis training alone or in combination with pelvic floor muscle training to treat female urinary incontinence: A systematic review*. NeurourolUrodyn.28(5):368-73.

4.- Sánchez C. et al.(2008). “ Diagnóstico y alternativas de tratamiento de las alteraciones sexuales en mujeres con incontinencia urinaria”. *GinecolObstetMex*. 76(11),635-42.

5.- Pallaruelo L. Si eres mujer y tienes entre 40-54 años deberás de saber ... Trabajo fin de Máster. Máster Universitario en Salud Pública. Escuela Universitaria de Estudios Sanitarios; 2012.

6.- Lacimaa G, Montserrat E. (2008).*Patología del suelo pélvico*.Unidad Motilidad Digestiva. Institut de MalaltiesDigestives i Metabòliques. Hospital Clínic. Barcelona. España. 31(9),587-95.

7.- Quintana E, Fajardo V, Rodríguez-Antolín J, Aguilera U, Martínez-Gómez M.(2009).*Fisiopatología de la incontinencia urinaria femenina.* Secretaría de Salud del Estado de Tabasco. Villahermosa, México. Salud en Tabasco.15(1),839-44.

8.- Martínez JC.(2014). “Caracterización de mujeres en edad mediana con incontinencia urinaria y respuesta al tratamiento rehabilitador”. RevCubObstetric y Ginecolog. 40(1),102-18.

9.- AndresMarambio G. y colectivo de autores.(2011).*Prolapso genital. Etiopatogenia, diagnóstico y tratamiento*. Unidad de Piso Pélvico Femenino, Depto. Obstetricia y Ginecología, HCUCH. Rev HospClínUniv Chile, 22: 211 – 220.

10.- Weber AM, Richter HE.(2005).*Pelvic Organ Prolapse*.ObstetGynecol 106(3):615 – 634.

11.- Hendrix SL, et al. (2002). *Pelvic organ prolapse in the Women's Health Initiative: Gravity and gravidity*. Am J Obstet Gynecol. 186,1160-1166.

12.- Davis K, Kumar D. (2003). *Pelvic floor dysfunction a conceptual framework for collaborative patient center*. J Advanced Nursing. 43,555-568.

13.-Kegel AH.(1948). *Progresive resistance exercise in the functional restoration of perineal muscle*.Am J ObstetGynecol. 56,238-48.

14.- VI Reunión Nacional sobre patología del suelo pélvico. 6-8 oct,2010. Madrid.

15.- Alfonso P. (2008).*Aspectos epidemiológicos de la disfunción de suelo pélvico en un consultorio del médico de la familia*. La Habana:InvestigMédicoquirúrgic. 1(1):37-38.

16.- Matheus LM, Mazzari CF, Mesquita RA, Oliveira J. (2006). "Influência dos exercíciosperineais e dos conesvaginais, associados à correção postural, no tratamento da incontinencia urinariafeminina". RevBrasFisioter. 10:387-92.

17.- Rogers R. (2011). "To mesh or not to mesh.Current debates in prolapserepairfueledby US.Food and drugsadministration safety notification". RevObstetGynecol.118:771-772.

18. Caufriez M, Marzolf A. (2012).*Place de la gymnastiqueabdominaleHypopressivedans la prise en charge des algies pelvi-périnéales*. Google académico [base de datos en Internet]. [acceso 10 de Enero de 2012]. Disponible en: http://alain-marzolf.com/wp-content/uploads/2011/04/15_Marzolf.pdf

19.- Mancera SA, Jiménez-Huerta J. (2015).*Prolapso de órganos pélvicos*. RevHospJuaMex . [revista en la Internet]. 2013 [citado 2015 Mar 20]; 80(4): 248-250.

20. Rial T, Pinsach P.(2012*). Principios Técnicos de los ejercicios hipopresivos del Dr. Caufriez*. Rev Digital, Buenos Aires, No 172. Disponible en: http://www.efdeportes.com/

21. Botlero R, Bell RJ, Urquhart DM, Davis SR. (2011). *Prevalence of fecal incontinence and its relationship with urinary incontinence in women living in the community.Menopause.*18(6):685-9.

INSTITUTO NACIONAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN
CENTRO PROVINCIAL DE MEDICINA DEL DEPORTE
HOLGUÍN

TÍTULO

Rol del Centro de Medicina del Deporte de Holguín en el estudio y tratamiento de la Ataxia Espinocerebelosa Tipo 2.

AUTOR: MSc. Reynier Ochoa Mastrapa

RESUMEN

INTRODUCCIÓN: En los momentos actuales proliferan los estudios sobre la Ataxia Espinocerebelosa tipo 2, sin embargo, en los inicios de las investigaciones en Cuba, fue la sapiensia de investigadores aislados lo que marcó el punto de partida. Es a finales de los años 90 que se produce la apertura institucional a las investigaciones sobre el tema, involucrándose el Centro Provincial de Medicina del Deporte de Holguín en el año 1999, resultando de gran importancia para cualquier estudio, conocer y referir las investigaciones anteriores y sus resultados pues constituyen antecedentes, historia que no puede ser olvidada. **OBJETIVO:** Destacar el rol del Centro de Medicina del Deporte de Holguín en el estudio y tratamiento de la Ataxia Espinocerebelosa tipo 2. **RESULTADOS:** La comunidad científica puede acceder a los resultados obtenidos de las investigaciones en que ha participado Centro Provincial de Medicina del Deporte de Holguín, cuantificadas y cualificadas a través de los estudios realizados, las publicaciones, materiales didácticos, los cuales se acreditan con los certificados, reconocimientos y premios alcanzados en que constan los mismos. **CONCLUSIONES:** El Centro de Medicina del Deporte de Holguín en el estudio y tratamiento de la Ataxia Espinocerebelosa tipo 2 ha tenido un rol activo y protagónico en la evaluación de la composición corporal del paciente con Ataxia Espinocerebelosa tipo 2 y en la elaboración de un Programa para la Rehabilitación Física de dichos pacientes que está certificado por el Centro de Derecho de Autor de Cuba.

Palabras Claves: Ataxia Espinocerebelosa tipo 2, composición corporal, y rehabilitación.

Título: Uso del Thera-Trainer Tigo en el desarrollo muscular de niños con patologías neurológicas.

Autora: Lic. Lutgarda Irene Cárdenas Tejeda.

Tutor: Dr.C. Francisco Fidel Porto López.

Resumen.

El Thera-Trainer Tigo, es una bicicleta isocinética utilizada en el entrenamiento y desarrollo de la fuerza y la resistencia de los músculos de miembros inferiores y superiores, la cual nos da la posibilidad de realizar ejercicios isotónicos excéntricos y concéntricos donde podemos establecer los parámetros, en cuanto a velocidad, resistencia y tiempo de trabajo propuestos, también permite un diagnóstico sobre la evolución muscular a través de la recopilación de los resultados del trabajo muscular general de los miembros superiores e inferiores.

Apoyándonos en esta posibilidad, se selecciona entre los software que se incluyen en el sistema del equipo, los más beneficiosos en el tratamiento de los pacientes, teniendo en cuenta las características psicoemocionales de los niños, su estado físico y los principios del entrenamiento de la fuerza y la resistencia como capacidades básicas, para lograr un mejor desarrollo físico motor. Recopilamos los datos aportados por el equipo en las pruebas practicadas a los pacientes que cumplen con los requisitos para su uso, con el fin de evaluar el desarrollo muscular en niños con patologías neurológicas, a través del uso del Thera-Trainer Tigo, ademáspermitiendo el seguimiento a la evolución de los mismos en el proceso de rehabilitación. La investigación aportó resultados satisfactorios, evidenciándose en la comparación de los test realizados con el equipo, al inicio y final de cada ciclo de terapia, así como, en exámenes realizados en el laboratorio motor para medir grado de discapacidad que contribuyeron a valorar los resultados en el proceso de rehabilitación.

Introducción:

A principio de los años 1970 se comenzaron a poner en práctica los equipos isocinético, los cuales revolucionaron el trabajo de la potenciación muscular, ya que permiten más posibilidades de trabajo en este campo. Estos equipos permiten realizar trabajos estáticos y dinámicos con intensidades máximas y velocidades contantes y viceversa, por lo que en la actualidad se pueden encontrar en las áreas de rehabilitación. El país lleva una política de introducción de nuevas tecnologías con el fin de aumentar la calidad de los servicios.

Por lo que en el Centro Internacional de Salud, ”La Pradera“, en el área de rehabilitación infantil se introdujeron varios de estos equipos, entre ellos se cuenta con el Thera-Trainer Tigo, lo cual genero una problemática que motivó a insertar esta nueva opción terapéutica en el tratamiento de niños con daños neurológico en función de aumentar la calidad y efectividad de los tratamientos, introduciéndolo empíricamente como alternativa terapéutica para el desarrollo de la fuerza muscular como capacidad básica en el proceso de Neurorehabilitación.

Como situación Problemica detectamos la no existencia de una estrategia metodológica para su entrenamiento con los niños, debido a la escasez de información respecto a esta modalidad de entrenamiento en los niños y en especial los portadores de algún daño neurológico a nivel nacional e internacional. Esta problemática motivo a la realización de esta investigación, para los cuales nos trazamos los siguientes objetivos.

Objetivo general:

• Evaluar el desarrollo muscular de niños con diferentes patologías neurológicas mediante el uso del Thera –Trainer Tigo junto a la terapia convencional.

Objetivos específicos.

•Valorar el rendimiento muscular de niños con diferentes patologías neurológicas a través del entrenamiento con el Thera –Trainer Tigo.

•Evaluar el resultado del ejercicio isocinético a velocidades baja para lograr tonificación o potenciación muscular en pacientes con daño neurológico.

•Valorar el resultado del ejercicio excéntrico en el mejoramiento de la postura y el tono muscular en pacientes con Parálisis Cerebral.

Métodos y procedimientos:

El propósito del estudio fue la confección y aplicación preliminar de una forma no tradicional para el desarrollo de la fuerza muscular en niños, a través del entrenamiento isocinético con el Thera- Trainer Tigo.

Al iniciar esta investigación realizamos un pre experimento, donde se propuso un estudio Prospectivo, Longitudinal, Pre-experimental con control mínimo pre-test y post-test con un solo grupo.

Conociendo las característica y las posibilidades que nos brinda el equipo, nos propusimos realizar esta investigación con el fin de valorar los beneficios que nos brinda el equipo en nuestra área de rehabilitación infantil, sabiendo que por las características de nuestro centro y los pacientes que recibimos, la muestra utilizada no podría ser mayor, pero este solo sería el comienzo del estudio, independientemente de esto nos dimos a la tarea de seleccionar entre los software que se incluyen en el sistema del equipo, los más beneficiosos en el tratamiento de nuestros pacientes, partiendo de la condición física de los mismos y de los principios del entrenamiento de la fuerza, la resistencia como capacidades básicas para el desarrollo físico motor. Recopilamos en una planilla individual, los datos aportados por el equipo en el entrenamiento de los pacientes, que cumplen con los requisitos para su uso, todos ellos con debilidad muscular global, con el fin de valorar la utilización del Thera- Trainer Tigo como medio para el desarrollo de la fuerza muscular de los mismos.

Permitiéndonos de forma general dar seguimiento a la evolución de los mismos en cuanto al desarrollo de la fuerza y la resistencia como capacidades básicas en el proceso de rehabilitación. Para llevar a cabo el trabajo en el Thera- Trainer Tigo fijamos los parámetros siguientes con cada uno de los pacientes. Medimos el trabajo muscular en el ejercicio excéntrico en los miembros superiores e inferiores, fijamos un tiempo de trabajo de 15 minutos y una velocidad de movimiento mínima de 10 rpm (conociendo que el trabajo a velocidades bajas clasifica como potenciador) sin fijar resistencia, ya que en este tipo de equipo esta será variable, será fijada por el equipo y dependerá de la potencia que imprima el paciente mediante el trabajo muscular (momento motor) M. Motor=fza/distancia y se expresa en Uds. N/M. Al realizar la prueba el paciente se sentara de forma

adecuada, solo utilizando los miembros que intervienen en la prueba bien asegurados con los aditamentos adecuados para ellos. En la prueba de miembros superiores utilizaremos el software del “Arquero” y para los miembros inferiores podremos elegir entre el “Arquero” y el software del “Auto” en dependencia del estado físico del paciente, a través de los cuales observaremos y valoraremos también, la efectividad como patrón para medir el desarrollo cognitivo y de la percepción.

Utilizamos una muestra de 9 pacientes con diferentes patologías de base, que en común presentan déficit de fuerza muscular, lo cual queda recogido en los exámenes que se les practica en el laboratorio motor al inicio y final del tratamiento. De las diferentes formas de trabajo isocinético, utilizamos para esta evaluación los ejercicios de contracciones dinámicas excéntricas, le aplicamos una prueba control al inicio del entrenamiento y las siguientes al finalizar cada ciclo de terapia. El entrenamiento se aplicó de 3 a 5 sesiones semanales, establecimos un tiempo de trabajo de 15 minutos, una velocidad mínima en el ejercicio de 10 rpm, aunque esta puede variar según la motivación y el momento motor del grupo muscular que trabaja, se establece no colocar resistencia, puesto que la mayoría de los pacientes se encuentran en fase de tonificación muscular, por lo que esta dependerá de la potencia que el paciente desempeñe durante el ejercicio. En los resultados valoramos la actividad total y diferenciadamente la actividad de cada miembro, el número de espasmos para valorar el comportamiento del tono muscular durante el ejercicio, además de la efectividad en los resultados lúdicos, los cuales no dan la medida del desarrollo de la percepción y la cognición de los niños.

Resultados

Concluye este experimento con buenos resultados, pues en todos los casos independientemente de la patología y grado de severidad de la misma, se pudo mostrar en el análisis de los resultados obtenidos por dichos pacientes que todos mejoraron sus resultados, en cuanto al desarrollo de la fuerza y la resistencia de los músculos, además de su movilidad. También se evidencio a través de otras escalas evaluativas practicadas, que se hicieron evidentes en el proceso de

rehabilitación, donde los pacientes lograron mejor postura, equilibrio en bipedestación, mayor amplitud de arcos articulares y disminución del tono muscular.

Conclusiones

Con esta investigación se concluye que la utilización del Thera-Trainer Tigo como equipo isocinético en el tratamiento pediátrico es de gran ayuda junto a la terapia convencional, pues con una buena dosificación del entrenamiento, cumpliendo con los principios del desarrollo muscular en los niños, se puede alcanzar mejores resultados y en menor tiempo, comparado con la terapia convencional por sí sola, para el desarrollo de la fuerza muscular y la resistencia, como capacidades básicas, para así contribuir a un proceso de rehabilitación más eficaz en el logro de los objetivos funcionales de los pacientes.

Referencias bibliografía.

1-Thera –Trainer Tigo. Medizintechnik GmbH. ¨Manual de instrucciones¨. Traducción en español del manual original. Versión: 02/2013.

2-Therapy Insight: Cardiovascular complications associated with muscular dystrophies. Elizabeth M. McNally & Heather Mac Leod.Nature Reviews Cardiology 2,301-308.

3-Rosenbaum, P. et al. A report: TVE definition and classification of Cerebral Palsy April 2006.Dev. Mes-Chile Neurol.Suppl. 109,8-14(2007).

4-Rosenbaum P. & Goster, J.W. The ‘F. Words’ in Childhood disability: Is wear this is how se should think/ Chile café Heath Dev. 38,457-463(2012).

5-Lopez J, Parestelo L, Montón F, Serrano P. Social economic costs and health-related quality of life in patients with degenerative cerebellar ataxia in Spain. Mov Dis. 2008; 23:212-7.

6-González Mas R, Kindelan Alonso B. Fisioterapia en la hemiplejia. En: González Mas R. Rehabilitación médica. Barcelona. Mason.S.A; 1997.P.131-43.

7- Annunciato NF, Neves de Olivera C. La influencia de la terapia sobre los procesos plásticos del sistema nervioso: teoría e investigación.Rev Fisioter.2007; 6(1):33-99.

8-AA.VV. (1993).Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria. Barcelona: Inde.

9-Contreras, O. (1998). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Barcelona. Inde.

10-Sebastiani, E. (2000).Cualidades Físicas. Barcelona. Inde.

11-Renato Manno. (1999).El entrenamiento de la fuerza. Bases teóricas y prácticas¨. Barcelona: Inde.

12-Jimenez López. (2010). ¨El desarrollo de la Condición Física en la edad escolar¨.

13-American Academy of Pediatrics Policy Statement: Strength by Children and Adolecents.Pediatrics.107: 1470-1472, 2001

Anexos:

Tabla 1.

Resultados de la Actividad global de pacientes de diferentes patologías.

Ejercicios Isocinético de contracciones dinámicas excéntricas

Paciente	Edad	Patología	Piernas				Brazos			
			control	1er Ciclo	2do Ciclo	% de incremento	control	1er Ciclo	2do Ciclo	% de incremento
Diego	5	PC	2%	28%	40%	**38%**	11%	28%	35%	**24%**
Manuel	5	PC	50%	63%	-	**13%**	45%	67%	-	**22%**
Luis Greg	6	Lux. Cadera	79%	92%	95%	**16%**	42%	51%	63%	**21%**
Alejandro	6	Mielome ningocele	51%	59%	-	**8%**	56%	57%	-	**1%**
Sebastián	6	PC	0%	6%	12%	**12%**	9%	17%	29%	**20%**
Joselen	7	LESNC	81%	99%	71%	**18%**	81%	84%	92%	**11%**
Sara	11	PC	5%	29%	53%	**48%**	16%	38%	44%	**28%**
Rafael	14	Dist Musc.	0%	38%	44%	**44%**	0%	37%	45%	**45%**
Yoseline	15	Mielome ningocele	43%	68%	-	**25%**	53%	74%	-	**21%**

Esta tabla muestra los resultados de la actividad global del paciente durante la prueba, donde se evidencia como todos los pacientes obtuvieron una evolución positiva y progresiva en mayor o menor medida.

Tabla 2.

Resultados del tratamiento en el Thera Trainer. Corte quincenal
Paciente: Masculino Edad:5 años Diagnostico: Parálisis Cerebral

Trabajo con Ms.If	Prueba inicial.	1er ciclo			2do ciclo		
		5 secciones Semanales		Incrementos	3 secciones Semanales		Incrementos
Fechas de pruebas	28/8	15/9	28/9		1/10	13/10	
Tiempo	15	15	15		15	15	
Actividad global	**2%**	**22%**	**28%**	**26%**	**38%**	**40%**	**12%**
Actividad Izquierda	0	50%	40%		35%	48%	
Actividad derecha	0	50%	60%		65%	52%	
Distancia	0.8km	1.0km	1,1km	300mts	1,2km	1,2km	100mts
Numero espasmos	0	o	0		0	0	
calorías	0.0kcal	0.0kcal	0,0kcal		0,0kcal	0,0kcal	
Portero	**0/0**	**5/51**	**15/61**		**19/77**	**22/84**	

La tabla muestra la comparación que se realiza entre dos ciclos de tratamientos donde en uno se realizó el tratamiento con 5 sesiones y el segundo con 3 sesiones y pudimos observar cómo se incrementó el porciento de la actividad global en el ciclo de entrenamiento diario.

Tabla 3.

DIAGNOSTICO: PARÁLISIS CEREBRAL ESPÁSTICA.(SUB TIPO DIPARESIA)
EDAD:5 AÑOS. TIEMPO DE TRATAMIENTO: 2 CICLOS

LABORATORIO MOTOR			
Pruebas	E. Inicial	E. Final	Incremento
Palisano	IV	IV	
E.Ashworth (Tono Muscular)	MsSp-1 MsIf-2	MsSp-1 MsIf-1	Mejor
Gross Motor			
• A. de Cubito- • A. Sentado • A.4ptoGateo • Incorporación • Bipedestación y marcha.	89,4% 51,1% 57,1% No No	94,6% 56,6% 69,6% 10,25% 9%	7% 5,5% 12,2% 10,25% 9%
Totales	37,1%	46,96%	9,86%

Esta tabla muestra los resultados de la evaluación de escalas evaluativas de la

discapacidad, que de forma general muestran la evolución del paciente en el proceso de rehabilitación.

Tabla 4.

Edad:11 años sexo: F
Diagnostico: Parálisis Cerebral espástica(sub tipo cuadriparesia)
Tiempo de tratamiento:2 ciclos

	BRAZOS				PIERNAS			
	INICIO 16/9	1ER 16/10	2DO 6/11	Incremento	INICIO 16/9	1ER 16/10	2DO 6/11	Incremento
Tiempo	15'	15'	15'		15'	15'	15'	
Actividad global	16%	38%	44%	28%	5%	29%	53%	48%
Actividad izquierda	50%	61%	50%		26%	8%	5%	
Actividad derecha	50%	39%	50%		74%	92%	95%	
Distancia	0.9Km	1,4km	1,7km	800mts	0,6km	1km	1,3km	700mts
Numero espasmo	0	0	0		2	1	0	
Calorías	0,0kcal	0.1kcal	0,1kcal		0,0kcal	0,1kcal	0,2kcal	
«Arquero		57/91	90/103			20/77	0/1	

La tabla refleja el rendimiento de una paciente con mayor afectación motora, con grado de espasticidad 3, evoluciono positivamente incrementando su fuerza muscular y disminuyendo el tono muscular, mejorando su condición física de base.

Tabla 5.

Laboratorio Motor.
Edad:11 años sexo: F
Diagnostico: Parálisis Cerebral espástica(sub tipo cuadriparesia)
Tiempo de tratamiento:2 ciclos

Evaluaciones	E. Inicial	E. Final
Pallisano	V	V
E.Asworth (Tono Muscular)	MsSp-2 Msif-3	MsSp-2 Msif-2
Gross Motor	Cefálico-OK Rollido-Parcial Sedestacion-No 4ptos -gateo-No Incorporación-No Bipedestación-No	Cefálico-OK Rollido-mejoró Sedestacion-No 4ptos -gateo-No Incorporación-No Bipedestación-No
Valoración final	Mayor equilibrio sentada, mejor postura, aumentó arcos articulares en cadera y rodillas, logra incorporación de sentado a de pie con apoyo, aunque no logra extensión completa. Disminuyo tono muscular. Aumentó fuerza muscular en miembros superiores e inferiores	

En la evaluación del laboratorio motor, se observa un mejoramiento de la condición física de base desde la evaluación cualitativa, no así en el examen del laboratorio motor.

Los resultados del trabajo muscular se expresan en:

Mejor postura, equilibrio en bipedestación, mayor amplitud de arcos articulares y disminución del tono muscular.

BIPEDESTACION.

Mejor postura, mejor equilibrio, coordinación y mayor fuerza muscular.

Palabras Claves: Ejercicio isocinético,Condición Física de base,Fuerzamuscular, Resistencia.

XVI Fórum de Ciencia y Técnica

Análisis de la fase de despegue en salto de longitud, en atletas escolares de la EIDE «Lino Salabarría»

Autores:
MSc. Rosario Geysa Cañizares Arteaga*
Lic. Walther Alberto Pérez Suárez *
Lic. Miguel Vázquez**

Centro de procedencia, Organismo y Municipio.
*****Uniss "José Martí". MES. Sancti Spiritus.
******Eide " Lino Salabarría". Mined. Sancti Spiritus

RESUMEN.

El trabajo es parte de un estudio que se está realizando en el área de saltos en el atletismo, específicamente en el salto de longitud, en la provincia de Santi Spiritus con atletas de la categoría escolar, debido a, que los controles de la preparación de saltadores de longitud en la provincia al igual que en otros lugares del país, se limitan a las pruebas de evaluación de capacidades físicas y de los resultados de la ejecución de la acción motora en período de entrenamiento y competencias y no se realizan estudios con enfoque biomecánico que contribuyan al análisis del desempeño técnico, la detección de deficiencias técnicas y su corrección. A partir de la consideración de una de las fases en la ejecución del salto de longitud que más dificultades tenía a criterio de los entrenadores se hizo necesario indagar acerca de ¿cómo es la ejecución técnica de la fase de despegue del salto de longitud, de atletas de la categoría escolar de la Eide de Sancti Spiritus?, con el objetivo de: contribuir al perfeccionamiento de la ejecución técnica del salto de longitud en los atletas escogidos para el estudio.

Para la realización del trabajo se aplicaron métodos teóricos y empíricos se utilizó la videografía, la cual se realizó con una cámara digital marca Sony y el procesamiento de los videos y la determinación cuantitativa de las características biocinemáticas fundamentales identificadas se efectuó con el software Kinovea en su versión 0.8. Pudiéndose determinar el comportamiento de características biocinemáticas espaciales y temporales, que mostraron dificultades en la ejecución de la técnica de la fase de despegue.

INTRODUCCIÓN

La actividad deportiva en la actualidad se ha convertido en un fenómeno social, atendiendo a los ilimitados beneficios que aporta a la formación integral del ser humano, su influencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la ocupación sana del tiempo libre de los individuos(Pérez, 2010)

En el avance y perfeccionamiento del deporte en Cuba, ha jugado un papel fundamental el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), cuya misión social va dirigida a promover, mediante la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas, el desarrollo de ciudadanía sana, vigorosa y de carácter firme, preparada para la defensa y el progreso de la patria y con un profundo sentido de sus deberes cívicos" (Mozo, 2004).

La práctica de actividades deportivas se organiza en diferentes niveles, cada uno posee su propio programa de trabajo metodológico, mediante el cual se garantiza el desarrollo integral del deportista, en cuya formación se conjugan los componentes educativo, físico, técnico, intelectual, ético - morales y volitivos, preparándolo para impulsar el desarrollo ulterior de la sociedad.

De ahí el importante papel que juegan las Escuelas de Iniciación Deportivas (EIDE), en su función de eslabón base, en la formación integral del atleta desde las edades tempranas, aspecto que se refleja en los Juegos Nacionales Escolares, que se han convertido en fuente apreciable de medallistas olímpicos y mundiales.

En todo este proceso de formación hay un elemento que no debe pasarse por alto, sin embargo regularmente se hace, y es el hecho de que de manera paralela a la influencia de los entrenadores en la preparación de los atletas, deben incidir los avances de la Ciencia y la Tecnología, sobre la base de las aportaciones de la biomecánica a los entrenamientos deportivos, pues aunque el mejoramiento del rendimiento de los deportistas a lo largo de la historia se ha visto influenciada por múltiples factores, el motivo más importante en el contexto actual es, sin duda, el perfeccionamiento de las técnicas de entrenamiento sobre la base del resultado de estudios biomecánicos (Del Valle y Azpeitía, 1999).

La biomecánica es una de las ciencias que ha permitido sentar las bases científicas para un verdadero entrenamiento técnico. En este sentido, los conocimientos adquiridos a través de la biomecánica deportiva pueden permitir desarrollar una investigación encaminada a establecer la técnica deportiva más eficaz, abordar el estudio con un sentido científico, obtener una información instantánea y objetiva, que posibilite detectar errores o insuficiencias y establecer ejercicios especiales encaminados al perfeccionamiento de la acción motora. (Donskoi y Zatsiorski, 1988)

Lo anterior reafirma lo planteado por Hochmuth (1973), "Existe una estrecha y lógica relación entre la técnica deportiva por una parte y las características biomecánicas (estructura del movimiento) por la otra. El conocimiento de estas relaciones constituye la base, tanto para la acertada investigación biomecánica, como para el aprovechamiento creador y aplicativo de los resultados de tal investigación, en la

enseñanza y en el entrenamiento". Sobre esta base, "los entrenadores pueden aprovecharse de la biomecánica para realizar una planificación adecuada, obtener unas bases científicas de los gestos deportivos y técnicas de entrenamiento, realizar valoraciones funcionales y pruebas que permitan evaluar el estado físico de los deportistas y establecer comparaciones en distintos momentos de la temporada. Además, puede ayudar a minimizar los riesgos de lesiones" (Del Valle, 2000, citado por Pérez, 2010).

En Sancti Spiritus, pocas disciplinas deportivas(entre las que se destacan deportes como el beisbol, el atletismo, la natación, el tiro con arco y el remo), han logrado la inserción, (aunque no es sistémica en algunos), de la Ciencia y la Tecnología en función del entrenamiento, en la búsqueda del perfeccionamiento de la técnica deportiva y por tanto de la necesaria estabilidad en los resultados, que posibilite el aporte de atletas que contribuyan a elevar el prestigio del deporte revolucionario cubano.

En este sentido, el atletismo en la provincia y específicamente el área de saltos, tiene potencialidades para aportar al alto rendimiento, aunque se ha podido apreciar que no es una regularidad ese ascenso al primer nivel por problemas que a juicio de entrenadores y directivos del territorio, se debe a insuficiencias en la ejecución técnica de los deportistas.

Los criterios de los entrenadores y la búsqueda bibliográfica realizada, revelan que los controles de la preparación de saltadores de longitud en la provincia de Sancti Spiritus, al igual que en otros lugares del país, se limitan a las pruebas de evaluación de capacidades físicas y los resultados de la ejecución de la acción motora en período de entrenamiento y competencias, no reportándose en el territorio estudios anteriores con enfoque biomecánico, de la ejecución del salto de longitud, que contribuyan al análisis del desempeño técnico, la detección de deficiencias técnicas y su corrección.

Por otra parte, la indagación realizada, con entrenadores, atletas y en consultas bibliográficas, llevó a considerar el estudio de la fase de despegue, por observarse frecuentemente insuficiencias en su ejecución, en las categorías escolares, elemento que afecta considerablemente el rendimiento deportivo de los atletas.

Los aspectos antes señalados conforman la situación problémica de esta investigación, de la que se infiere el siguiente problema científico:
¿Cómo es la ejecución técnica de la fase de despegue del salto de longitud, de atletas de la categoría escolar de la Eide de Sancti Spiritus?

Y el objetivo general:
Contribuir al perfeccionamiento de la ejecución técnica del salto de longitud en los atletas de categoría escolar de la Eide de Sancti Spiritus.

Del cual se derivan los siguientes objetivos específicos:

1. Identificar las características biocinemáticas fundamentales que se manifiestan en la ejecución de la fase de despegue, en el salto de longitud.

2. Determinar el comportamiento de las características biocinemáticas fundamentales, que se manifiestan en la ejecución de la fase de despegue, por los atletas en estudio.
3. Detectar errores y deficiencias técnicas cometidos en la ejecución de la acción motora objeto de análisis.

DESARROLLO

Para la realización de este trabajo se aplicaron métodos teóricos como el inductivo deductivo y el análisis y la síntesis, empíricos como la observación y para el registro del gesto motríz se utilizó la videografía, la cual se realizó con una cámara digital marca Sony, con una frecuencia de filmación de 30 cuadros/segundos. El procesamiento de los videos y la determinación cuantitativa de las características biocinemáticas fundamentales identificadas se efectuó con el software Kinovea en su versión 0.8.

El estudio realizado se fundamenta en criterios, que a pesar de no estar formulados recientemente tienen completa vigencia y son la base para los análisis biomecánicos cualitativos y cuantitativos, que se realizan hoy dia, como los de:

- Hay y Reid (1988) que propusieron un modelo de análisis cualitativo, con el propósito de realizar una evaluación sistemática del resultado, así como de los factores que han contribuido a este, concebido en cuatro pasos:

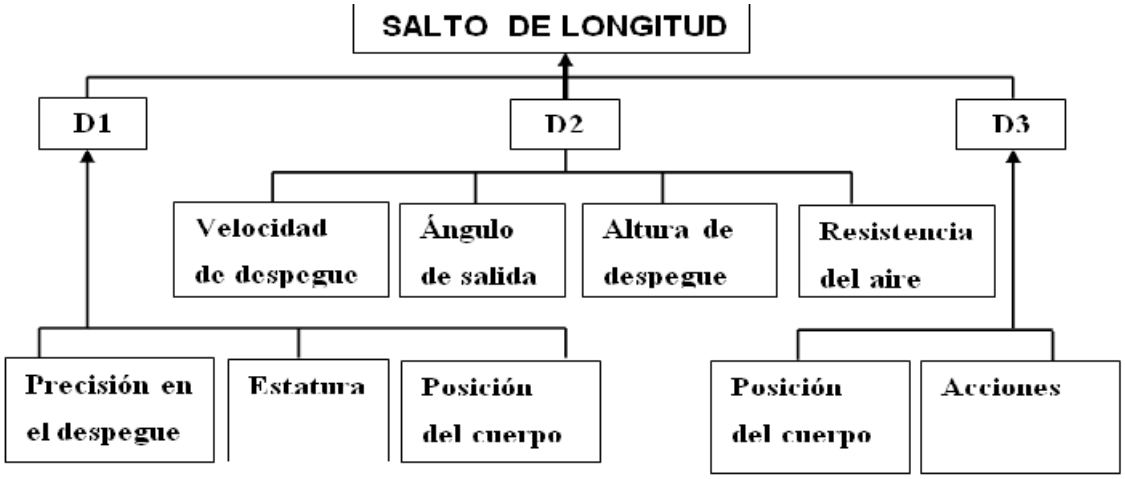
1. El desarrollo de un modelo (o diagrama de bloques) mostrando las relaciones entre el resultado y los factores que intervienen o producen determinados resultados (esquema 1).

2. Realizar la observación de la ejecución e identificar las faltas.

3. Establecer una evaluación de la importancia relativa de estas faltas.

4. Dotar al atleta con las conclusiones alcanzadas en el curso del análisis, para la corrección de los errores (retroalimentación del proceso).

Esquema 1. Modelo biomecánico del salto de longitud, propuesto por Hay y Reid (1988).



- Donskoi (1988) y Zissu (1990) señalaron como objetivo del salto de longitud desde el punto de vista biomecánico, el superar una distancia mediante el vuelo.
- La división fásica de los movimientos que se ejecutan en el salto de longitud, tomando como criterio las tareas parciales que se suceden en la acción motora (Fernández y Martínez, 1985; Zissu, 1990; Donskoi, 1990; Ozolin, 1991; citados por Pérez, 2010), en cuatro fases fundamentales: **impulso o aproximación**, **despegue, vuelo y caída**.
- Ferro y Floría (2007), que proponen las etapas para la selección de las variables y que se presentan a continuación:
    - Recopilar la información relevante del gesto técnico.
    - Fijar el objetivo final del movimiento.
    - Dividir el movimiento en fases.
    - Fijar los criterios de eficacia biomecánica de cada fase.
    - Identificar los aspectos técnicos utilizados por los entrenadores para enseñar la técnica y mejorarla.
    - Identificar y definir las variables biomecánicas que están relacionadas con dichos aspectos técnicos.
    - Señalar los criterios de valoración.
    - Anotar los valores aportados por la bibliografía para esas mismas variables biomecánicas.

Este trabajo está enmarcado en la fase de despegue, no obstante puede y debe considerarse la longitud, duración y ritmo de los últimos cuatro pasos de la carrera de impulso (Pérez, 2010).

<u>Aspectos que identifican la fase de despegue o batida, según la literatura consultada.</u>

El último apoyo de la carrera de aproximación constituye, a su vez, el comienzo del despegue. El objetivo de esta fase, según Zissu, (1990), es: “obtener un nuevo

componente vertical, sin perder la velocidad alcanzada en el impulso. Esto se realiza mediante la impulsión ejecutada por la pierna de despegue y con la ayuda de brazos, hombros y de la pierna libre que transfieren las cantidades de movimiento a todo el cuerpo".

El despegue se ejecuta mediante una rápida extensión del pie, para que su acción sea potente y elástica. El saltador demora de 0,10 - 0,13 segundos desde la colocación hasta la separación del pie de la tabla o marca de despegue, duración depende del comportamiento mecánico en la interacción con el apoyo (tabla) y este puede reducirse a expensas de una superior velocidad en la aproximación, de un aumento en la potencia de despegue (comportamiento de la característica velocidad – fuerza) y de la postura límite en el instante final de la fase de amortiguación e inicial de la fase de despegue(Pérez, 2010)

Existen criterios (Bravo, López y Ruf, 1992, citados por Pérez, 2010) de que tanto para el estudio como para su entrenamiento, la fase de despegue debe ser dividida en las siguientes subfases.

1. Amortiguación (carga).
2. Impulso(empuje).

La sub fase de *amortiguación* se inicia con la implantación del pie de despegue en la tabla, aspecto importante para la continuidad del salto y esta trasmite la condiciones cinemáticas de la carrera para el despegue. Como plantea Donskoi y Zatsiorski (1988), consiste en el frenaje del movimiento del cuerpo en el sentido hacia el apoyo, que produce un movimiento resistente, disminuyendo la velocidad del movimiento hacia abajo.

En el amortiguamiento ocurre la flexión de la pierna de despegue sobre el apoyo de la implantación, este termina en el momento que el CG pasa la vertical del pie de despegue, que coincide con el valor máximo de presión sobre el apoyo y el instante de mayor flexión de la pierna de apoyo en la articulación de la rodilla (Donskoi y Zatsiorski, 1988). La duración de esta fase es superior a la de la fase de empuje y el freno que se produce incide en la disminución de la velocidad horizontal.

El impulso comienza cuando termina el amortiguamiento. En esta sub fase se inicia la extensión de la pierna de despegue, de manera enérgica y en el menor tiempo posible. De manera simultánea se realiza el movimiento de la pierna libre (de péndulo), que se eleva flexionada hacia arriba y adelante hasta alcanzar la altura de la cadera.

Las acciones en estas fases condicionan el ángulo de salida del CG y la velocidad resultante en el instante de despegue, variables que influyen significativamente en el resultado del salto de longitud.

Resultados del análisis.

Características biocinemáticas espaciales, consideradas en el estudio:

- Longitud del paso en las últimas cuatro zancadas antes del despegue.

- Ángulo en la rodilla, entre la pierna y el muslo, de la pierna de despegue, durante las sub-fases de amortiguación y empuje (σ).
- Ángulo en la articulación coxofemoral, entre el tronco y la horizontal, durante sub-fases de amortiguación y empuje (β).
- Ángulo de salida del CGC, respecto a la horizontal, en el despegue.

Características biocinemáticas temporales:

- Duración de los últimos 4 pasos de la carrera de impulso.
- Tiempo de contacto con la tabla.

Deficiencias detectadas en estos dos grupos de características biomecánicas analizadas:

Características espaciales:

- No cumplen con los requisitos de los últimos pasos (paso largo – paso corto) y por tanto la diferencia de longitud entre el penúltimo y último paso, no es la adecuada (20 a 30 cm). Anexo #2
- Se aprecia en la sub fase de amortiguación la pierna de despegue más flexionada. Anexo # 3 y 4
- El ángulo de despegue no se corresponde con los valores óptimos declarados por la literatura especializada. Anexo # 5

Recomendaciones para solucionar deficiencias:
Reajustar la carrera de impulso; de manera que se estabilice la estructura de los dos últimos pasos, contribuyendo a garantizar los valores óptimos de velocidad vertical e interacción con el apoyo, así como perfeccionar las acciones en la fase de despegue, con el objetivo de garantizar los niveles adecuados de flexión y extensión de la pierna que interactúa con el apoyo, mejorando ángulo de salida.

Características temporales:

- En un atleta se observa ligero incremento de la duración de la fase de despegue, respecto al rango de valores óptimos declarados en la literatura consultada. Anexo # 6
- Se aprecia cierta variabilidad de la duración de los últimos 4 pasos de la carrera de impulso, en este caso es oscilante. Esto influye en la existencia de una variación del ritmo de pasos, aspecto que pudiera influir negativamente en la precisión para llegar a la tabla de salto. Anexo#7

VALORACIÓN ECONÓMICA Y/O APORTE SOCIAL.

Este tipo de trabajo reporta beneficios de carácter social: en cuanto a la práctica pedagógica la caracterización de los indicadores biocinemáticos estudiados posibilita establecer comparaciones con los valores del modelo técnico y sobre esta base introducir las correcciones pertinentes en el plan de entrenamiento, influyendo de forma favorable en la eficiencia, racionalidad y efectividad del proceso de

perfeccionamiento técnico de las acciones motoras y en cuanto a la práctica deportiva, este perfeccionamiento contribuirá al logro de mejores resultados competitivos de los atletas de la provincia y por tanto influirá en su reconocimiento social.

CONCLUSIONES

El análisis del comportamiento de algunas características biocinemáticas, permitió precisar que los atletas en estudio tienen dificultades en la ejecución de la fase de despegue fundamentalmente en la interacción con el apoyo, causados por una profundización de la flexión de la pierna de despegue en la fase estudiada y la incorrecta estructuración de los últimos dos pasos en la carrera de impulso.

Los estudios biomecánicos proporcionan a entrenadores y atletas una visión más objetiva de la ejecución de la técnica por cuanto, permite una mejor identificación de errores y deficiencias técnicas cometidos por estos últimos durante la realización de las acciones motoras en estudio.

RECOMENDACIONES.

Completar el trabajo con la medición de las características biocinemáticas espacio-temporales, para tener una caracterización cinemática completa de la ejecución técnica del despegue en el salto de longitud en los escolares objeto de estudio, identificar las posibles causas y consecuencias de estas deficiencias.

BIBLIOGRAFÍA.

Acero, J.A. 2004. El análisis cualitativo y cuantitativo en los movimientos deportivos. Revista Palestra. Facultad de Cultura Física – Universidad Santo Tomás, Campus de Floridablanca, Bucaramanga. Colombia.

Baldayo Sierra, M. 2007. Modelo Biomecánico del Salto Largo. II Taller Internacional de Diseño y Validación de Modelos Biomecánicos de Destrezas Deportivas. Villa Clara. Cuba. http://www.gpsportspain.es/Literatura/20

Barris, T. 2008. Referentes históricos del salto de longitud masculino. La prueba más longeva en competiciones de saltos. http://www.barris.org/noticias.html

Bustos Molina, J. y H. Bustos Rodríguez. 2009. Algunas consideraciones biomecánicas en el Salto Largo. Revista Colombiana de Física, Vol 41, No 1, Enero 2009. Bogotá. Colombia. http://revcolfis.org/publicaciones/vol41_1/4101145.pdf

Colina, A. 2009. Análisis comparativo de las variables cinemáticas que se manifiestan durante las fases de la carrera de los 100 metros con vallas, en atletas de la selección nacional de Venezuela. Tesis en opción al título de Máster en Metodología del entrenamiento deportivo para el alto rendimiento. UCCFD. Provincia Habana.

Del valle Soto, M. y J. Azpeitía. 1999. Biomecánica y Entrenamiento Deportivo. Editorial Pila Teleña. Argentina.

Donskoi,D.D. y V.M. Zatsiorski. 1988. Biomecánica de los ejercicios físicos. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación. 312 p.

Donskoi.D.D. 1982. Biomecánica con fundamentos de la técnica deportiva. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación. 306 p.

Doria de la Terga, E. 2003. El empleo del análisis biomecánico en la práctica deportiva; su estrecha y lógica relación con la técnica deportiva. Primera parte. http://www.efdeportes.com (2010)

Fernández Prado. J. y S. C. Martínez. 1985. Cuaderno de trabajo de Biomecánica. Editorial Científico – Técnica. Ciudad de la Habana.

Ferro Sánchez, A. y P. Floría Martín. 2007. La aplicación de la biomecánica al entrenamiento deportivo mediante los análisis cualitativo y cuantitativo. International Journal of Sport Science Volumen III. Año III Páginas: 49-80 ISSN: 1885 - 3137 Nº 7 - Abril - 2007

Fuentes, B. 2005. Atletismo Cubano. Los mejores entre la elite del mundo. 1950-2002.Editorial Científico Técnica. La Habana.

García López, J y col. (S/A) Estudio cinético de la batida del salto horizontal. Tópicos y consideraciones. Facultad de ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León. Nicaragua.

Gutiérrez Dávila, M. 1998. Biomecánica deportiva. Bases para el análisis. Editorial Síntesis. Madrid.

Hay. James G. y J. Gavin Reid. 1988. Anatomía, Mecánica Y Movimiento Humano.

Hochmuth, G. 1973. Biomecánica de los movimientos deportivos. Madrid. Editorial Ciencia y Deporte. 222 p.

IAF Biomechanics Research Project - Athens 1997. Boletín científico Salto Largo. Revista Índice. Año 9 – No 22 – Diciembre de 2000. http://www.crdiaafsantafe.org/boletines_tecnicos/Bol22.pdf

Janes, H. (2004). El despegue en el salto de longitud y otros saltos corrientes. www.education.ed.ac.uk/field-ath/papers/jh.html.

Labrada Morejón, J.L. y H. Hoffmann. 2008. Contribución de la Biomecánica para un entrenamiento más efectivo en el salto largo. I Congreso Internacional de Biomecánica. Venezuela.

Pérez, J. 2010. Análisis del desempeño técnico en la fase de despegue del salto de longitud de atletas escolares de la isla de la juventud. Trabajo presentado en opción del título de Máster en Biomecánica deportiva y del movimiento humano. La Habana.

Mozo Cañete, L. 2004. El Movimiento Deportivo Cubano: Una visión diferente del Deporte.

Muller, H. y W. Ritzdorf. 2000. Correr Lanzar Saltar. La guía IAAF para la enseñanza del Atletismo. Editado por CRD – IAAF – Santa Fe. Área Sudamericana. Argentina.

Ozolin, N.G. y D.P. Markov. 1991. Atletismo. Editorial Científico – Técnica. Ciudad de la Habana.

Sanz Arazuri, E. 1999. Análisis cinemático en el salto horizontal desde parado: Un procedimiento al alcance de todos. Universidad de la Rioja. España.

Talavera, A. y A.J. Hernández. 2008. Análisis biomecánico de la carrera de impulso y el despegue del salto largo en dos atletas universitarios. I Congreso Internacional de Biomecánica. Venezuela.

Zissu, M. y R. Rodríguez. 1990. El Atletismo. Ediciones deportivas Maraven. Caracas. Venezuela.

ANEXO # 1

Características de los sujetos estudiados

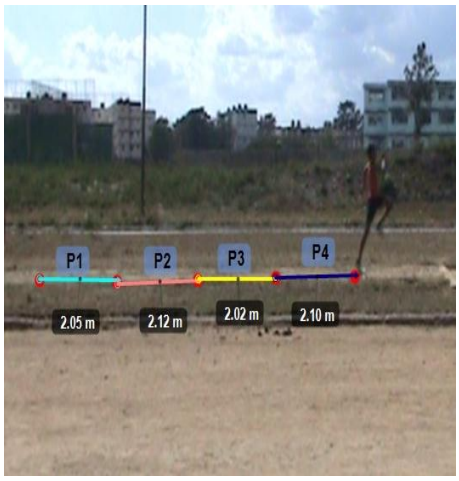
No	Sexo	Edad	Peso (kg)	Talla (cm)	Resultado Salto (m)
1	M	13	52.0	153.5	4.96
2	M	13	58.0	160.5	4.97

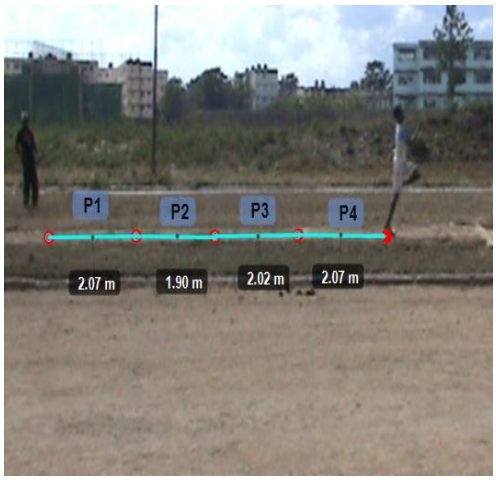
Anexo 2

<u>Características Espaciales.</u>

Longitud del paso en las últimas cuatro zancadas antes del despegue (metros).

Sujetos	1er paso L1	2do paso L2	3er paso L3 (penúltimo)	4to paso L4 (último)	Diferencia 3ro al 4to paso
1	2.05	2.12	2.02	2.10	- 0.08
2	2.07	1.90	2.02	2.07	- 0.05





Penúltimo paso largo, último paso corto, diferencia de 20 cm a 30 cm (Ozolin, 1991)

Anexo #3

Características Espaciales.

Ángulo en la rodilla, entre la pierna y el muslo, de la pierna de despegue, durante las sub-fases de amortiguación y empuje (σ), expresado en grados.

S	σ en fase de Amortiguación	σ en fase de empuje
1	164	174
2	162	170

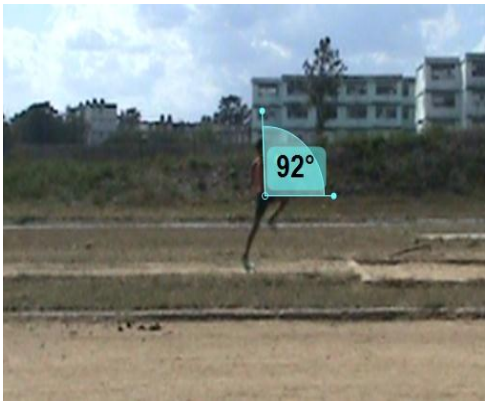
Referencia: 170°- 172° (Ozolin, 1991)

Anexo # 4

Características Espaciales.

Ángulo en la articulación coxofemoral, entre el tronco y la horizontal, durante la fase de despegue (β), expresado en grados.

S	β en Amortiguación	β en empuje
1	90	92
2	90	93



Referencia: 80°- 90° (Ozolin, 1991)

Anexo # 5

Ángulo de salida del CGC, respecto a la horizontal, en el despegue, expresado en grados.

S	Ángulo de salida del CGC (θ)
1	34
2	33

Referencia: 18° a 23° (Ozolin, 1991)

Anexo #6

Duración de los últimos 4 pasos de la carrera de impulso y tiempo de contacto con la tabla, expresada en segundos.

S	1er paso L1	2do paso L2	3er paso L3 penúltimo)	4to paso L4 (último)	Tiempo de contacto
1	0.24	0.28	0.28	0.24	0.12
2	0.24	0.28	0.24	0.24	0.16

Referencia: Tiempo de contacto con la tabla0.10s a 0.13s (Zissu, 1990)

Título: Apoyo Plantar en Gimnastas Juveniles Cubanos. Antecedentes para un Proyecto de investigación en el CIDC

Autora: Dra. C. Sofía León Pérez

Institución: Centro De Investigaciones Científicas del Deporte Cubano

País: Cuba

Resumen

El pie posee una complicada estructura anatómica que garantiza la función de apoyo característica humana, permitiendo mantener la posición erguida en contra de la gravedad. Sobre el esqueleto del pie inciden fuerzas de tensión y compresión, tanto en la estadía bípeda, como durante la marcha, la carrera, los saltos y otros movimientos de propulsión o traslación. Desequilibrios entre ambos tipos de fuerzas influyen negativamente, señalándose entre las causas de las deformidades del pie. La aplicación de cargas físicas en el entrenamiento puede conducir a modificaciones patológicas en los pies. Durante el sistemático control biomédico en la Escuela Nacional de Gimnasia se observó que eran numerosas las deformidades podálicas en los gimnastas juveniles y que se relacionaban con lesiones en otras estructuras osteomioarticulares. Se realizó una investigación prospectiva y de intervención durante el período preparatorio de un macrociclo con 41 atletas de ambos sexos en los equipos nacionales juveniles de Gimnasia Artística, con el objetivo de diagnosticar anomalías estructurales de la cúpula plantar, utilizando el método Hernández Corvo, e identificar los efectos de un programa terapéutico para las modificaciones encontradas. Predominó el tipo de pie cavo – normal. Las modificaciones después de una sesión de entrenamiento fueron variables. Se observó una mejor respuesta a las medidas terapéuticas en las alteraciones con descenso de la bóveda. No se lograron cambios en los gimnastas con tendencias al cavismo. Se comprobó el impacto de la intervención en la disminución de síntomas dolorosos. Se brindan recomendaciones para la profilaxis de dichas deformidades.

Palabras clave: Deformidades del pie, Plantograma, Ejercicios, Fisioterapia

Titulo: Asociación de la Marcha y el Salto Vertical en Jóvenes Activos y Sedentarios.

Autor: Juan Camilo Tabarez Polo, camilotabarez30@gmail.com. Asistente

Forma de Presentación: Poster Impreso

País: Colombia

Resumen:

El impacto que se genera durante la fase de apoyo durante la marcha en personas jóvenes sedentarias frente al de las activas, es un indicador baja absorción y transmisión de energía a las extremidades inferiores. La estimación de la fuerza de reacción del suelo (FRS), permite valorar las asimetrías entre el miembro dominante (MD) y el miembro no dominante (MND). Por consiguiente el objetivo de este estudio fue estipular la posible relación entre la fuerza vertical durante la marcha y el salto en Jóvenes activos y sedentarios. Estudio transversal con 100 jóvenes activos y sedentarios pertenecientes a la Universidad Manuela Beltrán (Col). La investigación empleo la fuerza explosiva (protocolo de Bosco: Squat Jump (SJ), countermovement CMJ, y Abalakov (ABK)) y el análisis de la marcha (Fases: 1 contacto inicial, 2 doble apoyo, 3 pre oscilación) sobre una plataforma dinamométrica (BTS – P 6000 60x40 cm2 de área con una frecuencia de muestreo de 1 kHZ) los datos FRS se obtuvieron en tres repeticiones por cada sujeto siendo analizados empleado estadística paramétrica y no paramétrica. Los datos obtenidos de FRS en marcha y el salto vertical pueden ser validos como parámetros de diagnóstico en la determinación de riesgo de lesión, conforme con el alto impacto generado por la extremidad inferior y las asimetrías en el miembro dominante en los jóvenes sedentarios. Luego, el trabajo con fuerza explosiva puede ser una herramienta en la prevención de lesiones y mejorar la absorción del impacto

Titulo: Dietética y Vida Saludable: Claves para la promoción de la actividad física para la salud

Autor: Dr. C. Rodrigo Soto, Rodrigosotolagos@gmail.com Instructor

Forma de Presentación: Ponencia

País: Chile

Evento: VII Conferencia Internacional de Deporte de Alto Rendimiento y I Simposio Internacional de Ciencias aplicadas al Deporte y I Encuentro de Centros de Investigación del Deporte.

Resumen:

Las Políticas Públicas que promueven la actividad física y el deporte para prevenir las Enfermedades Crónicas No Transmisibles son cada vez más comunes. Éstas asumen fundamentos de la OMS, quien invita a todos los estados del mundo a generar acciones preventivas. Esta investigación estudia el discurso de la OMS respecto a la promoción de actividad física y deporte para combatir la inactividad física.

Objetivos:

1. Analizar el uso y la función del deporte y la actividad física por parte de Organización Mundial de la Salud, en tanto agente portador del discurso de la Organización de las Naciones Unidas respecto al deporte y la actividad física como herramientas para mejorar la

Método: Bajo un marco de referencia de la biopolítica y de la gubernamentalidad, en esta investigación se realiza un análisis de discurso a diversos documentos oficiales por medio de un estudio documental de diferentes publicaciones de la OMS.

Resultados Los resultados muestran que la inactividad física se construye como un problema complejo, en donde participan diversos actores sociales, no sólo el individuo. En este sentido, también se pretende construir un nuevo sujeto social: uno activo para toda la vida. Asimismo, se reconocen lugares promotores y obstaculizadores para la salud, siendo los más importantes la escuela y el trabajo.

Conclusiones Se concluye con la idea de criticar la estandarización de los diagnósticos e intervenciones para generar debate respecto a las condiciones estructurales que condicionan la salud y la enfermedad de la población, así como también para enfocar las políticas de manera regional y local, no desde un

centralismo que invisibiliza problemas y soluciones locales.

Titulo: La aptitud física y la capacidad cognitiva en estudiantes de cultura física de México

Autor: Dr. C. Omar Iván Gavotto-Nogales, ogavotto@gmail.com Profesor Titular

Forma de Presentación: Ponencia

País: México

Evento: VII Conferencia Internacional de Deporte de Alto Rendimiento y I Simposio Internacional de Ciencias aplicadas al Deporte y I Encuentro de Centros de Investigación del Deporte.

Resumen:

El principal objetivo de la investigación es determinar la relación entre la dimensión física y la dimensión cognitiva en estudiantes del tercer semestre de la Licenciatura en Cultura Física y Deporte de la Universidad de Sonora, para favorecer la generación de estrategias que permitan mejorar su aprovechamiento escolar. El diseño de la investigación es no experimental con enfoque cuantitativo. Se aplicó a 90 estudiantes del tercer semestre, una batería de pruebas para obtener un indicador global de la dimensión física y se recolectaron cuatro indicadores que constituyeron la dimensión cognitiva, las variables se cruzaron para obtener el coeficiente de correlación de Pearson, verificando su significatividad estadística. Sin embargo, no se encontró correlación significativa entre la dimensión física y la dimensión cognitiva. Se destaca la heterogeneidad de la población estudiada con respecto a sus hábitos para la ejercitación física y el desarrollo de las capacidades cognitivas. Se ha corroborado que la práctica de ejercicio frecuente es un factor que contribuye al mejoramiento de la salud, sin embargo, no se encontró relación o asociación entre la capacidad cognitiva y la aptitud física, esto significa que obtener una alta puntuación en un test de inteligencia general como es el Test de Dominó o bien, tener un alto promedio en el aprovechamiento escolar, no es posible relacionarlo con el desarrollo de la aptitud física.

Titulo: Caracterización morfofuncional de competidores de artes marciales mixtas de la Ciudad de Bogota.

Autor: Jaime Sneyder Baron Cuervo, jsbaron86@misena.edu.co. Profesor Titular

País: Colombia

Resumen:

Problema

Las artes marciales mixtas (MMA) se definen como un complejo deporte de combate que exige a sus competidores el máximo desarrollo de capacidades físicas condicionales y coordinativas en su desempeño, debido al amplio rango de técnicas de golpeo, lucha y agarres o sumisiones utilizadas en la competencia. El acelerado crecimiento de las artes marciales mixtas tanto a nivel mundial como nacional, reflejado en la cantidad de certámenes deportivos realizados, lugares de entrenamiento y difusión de medios de comunicación han sido antecedentes importantes que evidencian la necesidad de contar con una línea de base que describa el estado actual del competidor de MMA Colombiano.

Objetivo

El objetivo del presente estudio es caracterizar a nivel morfológico y funcional una muestra de competidores de artes marciales mixtas de la ciudad de Bogotá. Así mismo, realizar comparaciones entre estos deportistas y otros practicantes de deportes de combate.

Materiales y Métodos

La presente investigación se define dentro de los parámetros de riesgo mínimo de acuerdo a la resolución 8430 de 1993, Los sujetos se citaron en tres sesiones de medición con intervalos de 48 horas entre sí, estos no realizaron actividad física extra durante la implementación del protocolo de mediciones, la toma de datos se realizó durante el periodo de preparación física general de los participantes. La muestra se compuso por 12 competidores, de 28,75 ±5,2 años, con dos o más años de entrenamiento, participantes activos en torneos de orden nacional.

Resultados

El porcentaje de grasa obtenido mediante antropometría fue de (7,35±0,97), el componente predominante del somatotipo fue la mesomorfia (5,27±0,88) en estos individuos. El Vo2 máx. determinado con el protocolo PWC 170 fue (47,4 ± 4,43 ml/Kg/min), la puntuación en Flexitest (42,6 ± 6,37), el nivel de fuerza máxima abdominal en flexión mediante torsocheck® registró (229,4 ±67,65 N/m), la potencia del tren inferior mediante test de wingate fue (11,3 ± 1,59 W/kg) y en el test de countermovement jump (CMJ) en 30 segundos se obtuvo (17,8 ± 2,82 W/kg), el índice de resistencia específica a la fatiga mediante test de Paiva Y Del Vecchio fue de (0,8 ± 0,21).

Conclusiones

Los competidores de artes marciales mixtas de la ciudad de Bogotá presentan un bajo porcentaje de grasa corporal similar a atletas de disciplinas como el kick Boxing y boxeo, su somatotipo se define como mesomorfo balanceado, relacionado con el tipo de entrenamiento utilizado en este deporte. Se encontraron niveles de fuerza máxima estimada mediante RM en press plano y sentadilla similares en comparación con judocas y luchadores, adicionalmente la potencia en tren inferior mediante test de wingate fue superior a la encontrada en otros deportes de combate. Es importante resaltar que debido al crecimiento de esta práctica deportiva se hace necesario continuar estudios que permitan brindar evidencia que contribuya al direccionamiento objetivo del entrenamiento, además de la validación de test que se ajusten a este deporte.

Palabras Clave: Artes marciales mixtas, composición corporal, potencia, rendimiento.

Título: Concentración de lactato en deportistas pertenecientes a la selección de triatlón de la Universidad del Quindío

Autores: Brayan Steven Grajales Agudelo: Licenciatura en Educación Física y Deportes, brayanstevengrajales@hotmail.com

Juan Camilo Duarte Arbeláez: Licenciatura en Educación Física y Deportes, Juanteck11@hotmail.com

Institución: Universidad del Quindió. Colombia

País: Colombia

Resumen

En este proyecto de investigación denominado "Concentración de lactato de los deportistas pertenecientes a la selección de triatlón de la Universidad del Quindío" se planteó como objetivo general determinar la concentración de lactato de los triatletas de la Universidad del Quindío, estableciendo la concentración de lactato ([] lact) y la frecuencia cardíaca (FC) antes del esfuerzo, al finalizar el esfuerzo y diez minutos después del esfuerzo. Se contó con una muestra de 5 sujetos (3 hombres y 2 mujeres) que cumplieron con los criterios de inclusión del consentimiento informado, a los cuales se les realizó el test de Leger, un test de potencia aeróbica máxima, con el cual a través de sus parámetros se determinó el consumo máximo de oxígeno (VO2 max). En el primer momento se obtuvieron promedios de FC de 68 ppm y de [] lact de 1,3 mmol/l; en el segundo momento la FC marcó una media de 177 ppm y la [] lact una media de11, 7 mmol/l; en el tercer momento la FC disminuyó hasta un promedio de 103 ppm y la [] lact se redujo hasta un promedio de 9,1 mmol/l y un VO2 max de 54,9 ml*kg*min en promedio. Se concluyó que el rendimiento deportivo de los sujetos no está determinado por la capacidad de concentrar menos cantidad del metabolito, sino por la capacidad de tolerar durante mayor tiempo concentraciones altas de lactato en el músculo, además se determinó que las mujeres tienen mejor capacidad de aclaramiento en comparación a los hombres.

Titulo: Dietética y Vida Saludable: Claves para la promoción de la actividad física para la salud

Autor: Dr. C. Rodrigo Soto, Rodrigosotolagos@gmail.com Instructor

Forma de Presentación: Ponencia

País: Chile

Resumen:

Las Políticas Públicas que promueven la actividad física y el deporte para prevenir las Enfermedades Crónicas No Transmisibles son cada vez más comunes. Éstas asumen fundamentos de la OMS, quien invita a todos los estados del mundo a generar acciones preventivas. Esta investigación estudia el discurso de la OMS respecto a la promoción de actividad física y deporte para combatir la inactividad física.

Objetivos:

1. Analizar el uso y la función del deporte y la actividad física por parte de Organización Mundial de la Salud, en tanto agente portador del discurso de la Organización de las Naciones Unidas respecto al deporte y la actividad física como herramientas para mejorar la

Método: Bajo un marco de referencia de la biopolítica y de la gubernamentalidad, en esta investigación se realiza un análisis de discurso a diversos documentos oficiales por medio de un estudio documental de diferentes publicaciones de la OMS.

Resultados Los resultados muestran que la inactividad física se construye como un problema complejo, en donde participan diversos actores sociales, no sólo el individuo. En este sentido, también se pretende construir un nuevo sujeto social: uno activo para toda la vida. Asimismo, se reconocen lugares promotores y obstaculizadores para la salud, siendo los más importantes la escuela y el trabajo.

Conclusiones Se concluye con la idea de criticar la estandarización de los diagnósticos e intervenciones para generar debate respecto a las condiciones estructurales que condicionan la salud y la enfermedad de la población, así como también para enfocar las políticas de manera regional y local, no desde un

centralismo que invisibiliza problemas y soluciones locales.

Titulo: La aptitud física y la capacidad cognitiva en estudiantes de cultura física de México

Autor: Dr. C. Omar Iván Gavotto-Nogales, ogavotto@gmail.com Profesor Titular

Forma de Presentación: Ponencia

País: México

Evento: VII Conferencia Internacional de Deporte de Alto Rendimiento y I Simposio Internacional de Ciencias aplicadas al Deporte y I Encuentro de Centros de Investigación del Deporte.

Resumen:

El principal objetivo de la investigación es determinar la relación entre la dimensión física y la dimensión cognitiva en estudiantes del tercer semestre de la Licenciatura en Cultura Física y Deporte de la Universidad de Sonora, para favorecer la generación de estrategias que permitan mejorar su aprovechamiento escolar. El diseño de la investigación es no experimental con enfoque cuantitativo. Se aplicó a 90 estudiantes del tercer semestre, una batería de pruebas para obtener un indicador global de la dimensión física y se recolectaron cuatro indicadores que constituyeron la dimensión cognitiva, las variables se cruzaron para obtener el coeficiente de correlación de Pearson, verificando su significatividad estadística. Sin embargo, no se encontró correlación significativa entre la dimensión física y la dimensión cognitiva. Se destaca la heterogeneidad de la población estudiada con respecto a sus hábitos para la ejercitación física y el desarrollo de las capacidades cognitivas. Se ha corroborado que la práctica de ejercicio frecuente es un factor que contribuye al mejoramiento de la salud, sin embargo, no se encontró relación o asociación entre la capacidad cognitiva y la aptitud física, esto significa que obtener una alta puntuación en un test de inteligencia general como es el Test de Dominó o bien, tener un alto promedio en el aprovechamiento escolar, no es posible relacionarlo con el desarrollo de la aptitud física.

Título: La valoración cualitativa como complemento esencial del análisis cuantitativo en el chequeo de la preparación del deportista.

Autores: M.Sc. Rolando Medina Pérez. Máster. EIDE Carlos Leyva González. Las Tunas

M.Sc. Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez, yerenistr@ult.edu.cu Universidad de Las Tunas, Facultad de Cultura Física.

M.Sc. Osniel Echevarría Ramírez, osnieler@ult.edu.cu Universidad de Las Tunas, Facultad de Cultura Física

País: Cuba

RESUMEN

Las exigencias técnico-tácticas y fisiológicas actuales del Hockey requieren de alto nivel de cualidades motoras específicas y la evaluación sistemática de las vías metabólicas energéticas implicadas. Evaluar de forma integral mediante los componentes de la preparación el desarrollo de las capacidades motoras y la participación de los metabolismos en la transferencia energética de las hockeistas es el secreto del éxito. Se estudió la selección juvenil femenina de la provincia de Las Tunas durante dos momentos del macrociclo de entrenamiento (inicios de la preparación general y principio de la especial), a través de componentes de la preparación con diversos indicadores. La presente investigación revela las experiencias vivenciales relacionadas con la evaluación de los componentes de la preparación efectuada y su valoración para el chequeo de la preparación, variantes a emplear para la obtención de resultados más veraces, teniendo en cuenta el diagnóstico inicial realizado. Se emplearon métodos del nivel teórico y del nivel empírico que permitieron valorar los parámetros establecidos para la categoría, logrando mayor precisión en los indicadores propuestos, su actualidad radica precisamente en la adaptación del análisis de los componentes específicos de la preparación teniendo en cuenta las exigencias actuales del entrenamiento de los deportes colectivo.

Palabras claves: Test Pedagógicos, Preparación, Evaluación, Control.

SUMMARY

The current technical-tactical and physiological demands of Hockey require a high level of specific motor qualities and the systematic evaluation of the energetic metabolic pathways involved. To evaluate integrally through the components of the preparation the development of the motor capacities and the participation of the metabolisms in the energy transference of hockey players is the secret of success. The female juvenile selection of the province of Las Tunas was studied during two moments of the training macrocycle (beginnings of the general preparation), through components of the preparation with various indicators. The present research reveals the experiences of the evaluation of the components of the preparation carried out and their evaluation for the preparation check, variants to be used to obtain more accurate results, taking into account the initial diagnosis made. We used methods of the theoretical level and empirical level that allowed to evaluate the parameters established for the category, achieving greater precision in the proposed indicators, its actuality lies precisely in the adaptation of the analysis of the specific components of the preparation taking into account the current requirements of collective sports training.

Key words: Pedagogical Testing, Preparation, Evaluation, Control

INTRODUCCIÓN

La planificación y control de los planes de entrenamiento del hockeista se hace indispensable el uso de componentes específicos de la preparación válidos que permitan evaluar integralmente el desarrollo de las capacidades motoras, coincidiendo con elementos técnico-táctico del deporte. De esta manera la evaluación de los componentes específicos de la preparación permite analizar en profundidad los resultados obtenidos por cada atleta según el método de entrenamiento utilizado.

Los componentes específicos de la preparación, son ampliamente utilizados en nuestra área con diferentes propósitos. Las pruebas de eficiencia física, componentes de rendimiento motor, componentes de las capacidades motoras, componentes de asimilación de la técnica y la táctica, se utilizan para evaluar la

asimilación del contenido de la clase de Educación Física o el entrenamiento deportivo con vista a realizar valoraciones objetivas del comportamiento de estas preparaciones.

Antes de profundizar en los componentes específicos de la preparación consideramos imprescindible hablar sobre algunos elementos para facilitar una mejor compresión posterior. En el entrenamiento moderno se trabaja para alcanzar un buen rendimiento deportivo, dirigido siempre hacia un objetivo. En este proceso juega un papel importante los procedimientos de control.

Es importante dominar el procedimiento de control o pruebas en el proceso de conducción del entrenamiento deportivo, hoy se considera imposible una conducción efectiva sin que exista un adecuado proceso de control, por ello los componentes específicos de la preparación persiguen controlar y medir todos los aspectos del deporte.

Estos se pueden aplicar en cualquier nivel a fin de comprobar o averiguar el estado general del deportista y dentro de ella el estado actual de la preparación general, especial, determinar el nivel de las capacidades funcionales orgánicas del rendimiento y comprobar la eficacia de la planificación; todo esto incluye por supuesto, las cargas de entrenamiento, la técnica de ejecución, así como los resultados deportivos y comportamiento en las competencias.

El trabajo se propone como objetivo general evaluar y controlar los componentes de la preparación del equipo juvenil femenino de Hockey Sobre Césped de una forma más eficaz y efectiva.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para realizar las pruebas se tomaron las medidas siguientes:

1. Se separaron de la investigación todos aquellos sujetos que a pesar de entrenar y competir en la categoría juvenil, pertenecen a la categoría escolar.
2. Las pruebas siempre fueron ejecutadas por el mismo personal técnico, debidamente capacitado al efecto.
3. Las pruebas se realizaron después de un previo calentamiento.
4. Todos los test fueron ejecutados en el terreno de Hockey Sobre Césped.
5. Todos los resultados fueron procesados por el mismo personal técnico.

Para la selección de los deportistas que participaron en la investigación se tomaron en cuenta los siguientes aspectos:

1. Que las hockeistas tuvieran como mínimo cuatro años de experiencia en el deporte y pertenecieran a la categoría juvenil.
2. Que todas las hockeistas obtuvieran un promedio de asistencia al entrenamiento superior al 95%.
3. Que las hockeistas tuvieran al menos dos participaciones en campeonatos nacionales de la categoría Juvenil.

Métodos Científicos de Investigación

Métodos Teórico

Análisis y síntesis: Permitieron la interpretación conceptual de las fuentes bibliográficas consultadas para la elaboración de los indicadores, el análisis de los resultados y para la elaboración de la fundamentación teórica, la recogida y procesamiento de toda la información científica consultada al aplicar los diferentes instrumentos.

Inducción y deducción: Permitieron identificar elementos teóricos y prácticos del objeto de estudio y para el procesamiento de la información científica consultada y arribar a conclusiones de la información recogida.

El sistémico estructural: para la estructuración de los indicadores de evaluación y control de los componentes de la preparación, considerando los elementos fundamentales objeto–sujeto, objetivo de la enseñanza, métodos y medios pedagógicos, el contenido y las condiciones.

Métodos del Nivel Empírico

Observación: con el objetivo de constatar el nivel de preparación en que se encuentran las hockeistas y el equipo en general así como el desarrollo que presenta el profesor deportivo a la hora de conducir el proceso de entrenamiento deportivo.

Criterio de los especialistas: Se empleó para valorar la factibilidad de la propuesta de los indicadores para el análisis, evaluación y control de los componentes de la preparación.

Entrevistas: Para aplicar a los profesores deportivos para conocer el nivel de aceptación que poseen para desarrollar la propuesta.

Métodos Matemáticos

Media aritmética ponderada: con el objetivo de hacer las valoraciones cuantitativas y cualitativas de los resultados de los instrumentos aplicados, establecer prioridades para la evaluación.

Metodología para la realización de los test

Pruebas físicas

- Anaerobio alactácido

Objetivo: Medir la potencia anaerobia alactácida

Descripción

Rapidez 20 Mts: Se realiza una carrera en línea recta, la arrancada será estática y desde la posición media. Se medirá en segundos y décimas.

Objetivo: Medir la capacidad anaerobia alactácida

Descripción

Rapidez 60 Mts: Se correrá en línea recta, la arrancada será estática y desde la posición media. Se medirá en segundos y décimas.

- Anaerobio lactácido

Objetivo: Conocer el estado en que se encuentra la potencia anaerobia lactácida

Descripción

Resistencia a la rapidez 250 Mts: Se marcarán 150 Mts desde la salida hasta la línea de llegada, y otros 100 Mts desde la línea de llegada hacia atrás, el atleta correrá hasta los primeros 150 Mts y regresará hasta la marca de los 100 Mts completando los 250 Mts.

RESULTADOS

Propuesta (Inicio de la preparación general)

1er test pedagógico				
Aerobio lactácido		Aerobio alactácido		Evaluación final test físico
20 mts	60 mts	250 MTS	500 MTS	34-40 = MB
-3.35=10 MB	-8.50=10 MB	-41.50= 10 MB	-1.47.60= 10 MB	27-33 = B

3.36-3.40=7 B	8.51-8.55=7 B	41.51-41.60= 7 B	1.47.65-1.47.70= 7 B	20-26 = R
3.41-3.45= 5 R	8.56-8.60= 5 R	41.61-41.70= 5 R	1.47.71-1.47.75= 5 R	13-19 = M
3.46-3.50= 3 M	8.61-8.65= 3 M	41.71-41.80=3 M	1.47.76-1.47.80=3 M	- 13 = MM
3.51-3.55= 1 MM	8.66-8.70= 1 MM	41.81-41.90=1 MM	1.47.81-1.47.85=1MM	

Resultado del 1er test pedagógico de las pruebas físicas

#	20 MTS.			60 MTS			250MTS			500 MTS			total		
	T	Ev	Pts	T	Ev	Pts	T	Ev	Pts	T	Ev	Pts	Pts	Ev	Ubic
1	3.31	MB	10	8.49	MB	10	41.52	B	7	147.56	MB	10	37	MB	1
2	3.34	MB	10	8.52	B	7	41.72	M	3	147.58	MB	10	30	B	5
3	3.35	MB	10	8.61	M	3	41.73	M	3	147.71	R	5	21	R	8
4	3.43	R	5	8.65	M	3	41.78	M	3	147.79	M	3	19	M	9
5	3.28	MB	10	8.53	B	7	41.59	B	7	147.75	R	5	29	B	6
6	3.42	R	5	8.51	B	7	41.58	B	7	147.73	R	5	24	R	7
7	3.44	R	5	8.54	B	7	41.49	MB	10	147.54	MB	10	32	B	3
8	3.37	B	7	8.53	B	7	41.48	MB	10	147.55	MB	10	34	MB	2
9	3.30	MB	10	8.48	MB	10	41.57	B	7	147.74	R	5	32	B	4
10	3.41	R	5	8.57	R	5	41.62	R	5	147.78	M	3	18	M	10
11	3.49	M	3	8.63	M	3	41.79	M	3	147.77	M	3	12	MM	12
12	3.45	R	5	8.60	R	5	41.75	M	3	147.78	M	3	16	M	11
TOTAL	-	B	90	-	R	74	-	M	68	-	R	72	304	R	-

Después de aplicada la propuesta en el caso de la potencia anaerobia alactácida 20 Mts cinco (5) se encuentran evaluadas de MB, para un 41,6 %, una (1) se encuentra evaluada de B, lo que representa el 8,3 %, cinco (5) son evaluadas de R lo que significa el 41,6 % y una (1) es evaluada de M para el 8,3 %.

En cuanto a la capacidad anaerobia alactácida, 60 Mts existen dos (2) evaluadas de MB, lo que equivale al 16,6 %, cinco (5) evaluadas de B para un 41,6 %, dos (2) con evaluación de R representando el 16, 6 % y tres (3) evaluadas de M para un 25 %. Mientras que en la potencia anaerobia lactácida se obtuvo dos (2) hockeistas evaluadas de MB, lo que representa 16,6 %, cuatro (4) evaluadas B, para un 33.3 %, una (1) evaluada de R, lo que representa el 8.3 % y cinco (5) evaluadas de M para un 41,6 %.

Propuesta (Inicio de la preparación general)

1er test pedagógico técnico				
20 mts conducción	60 mts driblig entre obstáculos	Rapidez especial	Resistencia a la rapidez especial	Evaluación final test físico
4.80=10 MB	- 5.00=10 MB	13.60= 10 MB	33.50= 10 MB	34-40 = MB
4.81- 4.85 =7 B	5.01- 5.05=7 B	13.61- 13.70= 7 B	33.50- 34.00= 7 B	27-33 = B
4.86- 4.90= 5 R	5.06- 5.10= 5 R	13.71- 13.80= 5 R	34.01- 34.50= 5 R	20-26 = R
4.91- 5.00= 3 M	5.11- 5.15= 3 M	13.81- 13.90= 3 M	34.51- 35.00= 3 M	13-19 = M
5.01- 5.05= 1 MM	5.16- 5.20= 1 MM	13.91- 14.00= 1 MM	35.50- 36.00= 1 MM	- 13 = MM

Resultados del 1er Test pedagógico Técnico

#	20 mts. cond			60 mts dribling			Vel. Especial			Resist. especial			total		
	T	pts	Ev	T	pts	Ev	T	pts	Ev	T	pts	Ev	Pts	Ev	Ubic
1	4.72	10	MB	4.80	10	MB	13.59	10	MB	33.55	7	B	37	MB	1
2	4.81	7	B	5.04	7	B	13.78	5	R	34.07	5	R	24	R	6
3	4.86	5	R	5.05	7	B	13.75	5	R	34.52	3	M	20	R	10
4	4.92	3	M	5.11	3	M	13.89	3	M	34.55	3	M	12	MM	11
5	4.78	10	MB	5.05	7	B	13.77	5	R	34.35	5	R	27	B	4
6	4.85	7	B	5.12	3	M	13.74	5	R	34.47	5	R	20	R	9
7	4.84	7	B	5.10	5	R	13.64	7	B	34.49	5	R	24	R	7
8	4.83	7	B	5.09	5	R	13.60	10	MB	34.48	5	R	27	B	5
9	4.71	10	MB	5.00	10	MB	13.55	10	MB	34.45	5	R	35	MB	2
10	4.70	10	MB	5.01	7	B	13.57	10	MB	34.47	5	R	32	B	3
11	4.93	3	M	5.25	1	MM	13.88	3	M	34.46	5	R	12	MM	12
12	4.77	10	MB	5.13	3	M	13.76	5	R	34.51	3	M	21	R	8
TOTAL	-	89	R	-	68.00	M	-	78	R	-	56	M	291	R	-

Después de aplicada la propuesta en el caso de los 20 Mts de conducción cinco (5) se encuentran evaluadas de MB, para un 41,6 %, cuatro (4) se encuentran evaluadas de B lo que representa el 33,3 %, una (1) de R, para el 8,3 %, una (1) evaluada de Mal, que equivale el 8,3 %.

En cuanto a los 60 Mts de dribling, existen dos (2) hockeistas evaluadas de MB, lo que equivale al 16,6 %, cuatro (4) evaluadas de B para un 33.3 %, dos (2) con evaluación de Regular lo que representa el 16, 6 % y tres (3) evaluadas de M para un 25 % y una (1) evaluada de Muy Mal para un 8,3%

Mientras que en la Velocidad Especial cuatro (4) fueron evaluadas de MB, lo que representa 33,3 %, una (1) evaluadas B, para un 8,3 %, cinco (5) evaluadas de Regular, lo que representa el 41,6 % y dos (2) evaluadas de M para un 16,6 %.

En cuanto a la Resistencia Especial una (1) evaluadas B, para un 8,3 %, ocho (8) evaluadas de Regular, lo que representa el 66,6 % y tres (3) evaluadas de M para un 25 %.

Análisis del chequeo de la preparación

	P	R	%	E
PFG	2890	2601	90%	B
Evaluación	560 ptos	304 ptos	54,2	R

	P	R	%	E
PFE	2478	2254	91	B
Evaluación	560 ptos	304 ptos	54,2	R

	P	R	%	E
PTT	2478	2230	90	B
Evaluación	560 ptos	291 ptos	69,8	R

	P	R	%	E
Total	8674	7913	91	B
Evaluación	1680 ptos	899 ptos	53,5	R

Escalas de evaluación

Evaluación individual (horizontal)	Evaluación por componentes de la preparación(vertical)	Escala de evaluación general del equipo
34-40 = MB	560-476 = MB	140-130 = MB
27-33 = B	462-378= B	129-98= B
20-26 = R	364-280= R	97-70= R
13-19 = M	266-182= M	69-42= M
- 13 = MM	-182= MM	-42= MM

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

La presente investigación comenzó con entrevistas y realizadas a los entrenadores del equipo de Hockey de la categoría juvenil donde se pudo detectar que el 100% de los mismos plantean que el control y evaluación de los test de manera solo de cuantitativa en el Hockey Sobre Césped no se corresponde con el nivel de preparación del equipo de la provincia, sin embargo, no tienen definido parámetros, dimensiones e indicadores teniendo en cuenta el resultado del diagnóstico inicial.

Todos los profesores plantean que no toman el criterio de un autor en específico que lo hacen por diversos criterios, además de la no utilización de la ciencia aplicada al deporte. El 100% de ellos plantean que el problema fundamental radica en que la valoración de los mismos se realiza teniendo en cuenta los parámetro cuantitativos, lo que no les permite obtener un control más cercano a la realidad objetiva del equipo.

El trabajo tuvo lugar desde el mes de septiembre del 2015 hasta el mes de mayo del 2017. Se trabajó con una muestra de 12 atletas del sexo femenino de la categoría juvenil del Hockey Sobre Césped en la EIDE Carlos Leyva González de Las Tunas contando las mismas con un promedio de 6 años de experiencia en el deporte y 4 años como mínimo de participación en eventos nacionales de ellas (4) cuatro delanteras, (3) tres medios, (1) una portera y (4) cuatro defensas, con una edad promedio de 18 años.

Fue motivado luego de analizar los resultados alcanzados por las hockeistas en los componentes específicos de la preparación en los inicios de la preparación general y principio de la especial siguiendo lo establecido por la comisión nacional del deporte, lo que nos llevó a profundizar en las causas y revisar los métodos y procedimientos utilizados, para ello nos apoyamos en profesionales de la Universidad de Las Tunas.

CONCLUSIONES

1. El análisis de los componentes específicos de la preparación teniendo en cuenta los parámetros propuestos de manera cuantitativa y cualitativa nos permite

obtener resultados más cercanos a la realidad objetiva del estado en que se encuentra la preparación de las hockeistas.

2. El control y análisis de los test pedagógicos teniendo en cuenta los parámetros propuestos de manera cuantitativa y cualitativa permitió rediseñar la planificación del entrenamiento deportivo.

3. Los resultados alcanzados en los test pedagógicos permitieron mayor información por capacidades y de manera integral para la etapa.

BIBLIOGRAFÍA

1. Allier L, E. (2003). La técnica individual en el Hockey Sobre Césped. Escuela Universitaria De educación Física -Tucumán. México: Andros.
2. Amorós N, A. (2002). Manual para entrenadores de la Base de Hockey Sobre Césped. La Habana: Pueblo y Educación.
3. Amorós N, A. (2004) El Rendimiento competitivo bajo la égida de las Situaciones Simplificadas del Juego en el Hockey Sobre Césped. La Habana: Científico Técnica.
4. Amorós N, A. (2010). El Hockey manual II para entrenadores de alto Rendimiento. La Habana: INDER
5. Cruz Jiménez, M. Aspectos metodológicos y de orientación. En: La preparación competitiva de los hockeistas. México: Editorial Diana; 1998 p. 39-55.
6. Bustamante F. (2002). El entrenamiento integrado en el hockey sobre hierba. Situaciones de 3 vs 3. Disponible en: http://www.inder.co.cu/portal/deportes/hockey.
7. Forteza de la R. A. (1999) Las direcciones del entrenamiento deportivo, nueva concepción metodológica. Revista cubana de la Cultura Física, La Habana, 1.
8. Forteza de la Rosa. A (2000) Métodos del Entrenamiento Deportivo. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Nº 20, 2000. http://www.efdeportes.com/efd20a/metod.htm.

9. Pérez Prieto R, Bustamante Fernández-Ranada, M. Análisis de las vías energéticas y los tipos de esfuerzo requerido en el hockey sobre hierba. Rev. Digital *efdeportes* (Buenos aires) 2003; Febrero, 8(57). Disponible en: http://www.efdeportes.com/efd57/hockey.htm
10. Pérez Prieto R, Bustamante Fernández-Ranada, M. El entrenamiento integrado en el hockey sobre hierba (2da.parte): situaciones de 5 vs.5. Rev. Digital *efdeportes* (Buenos aires) 2003; Abril, Disponible en: http://www.efdeportes.com/efd59/hockey.htm.
11. Programa de Preparación del deportista escolar de Hockey sobre Césped. Ciudad de La Habana, INDER, 2001.
12. Programa de preparación del Hockeista. Colectivo de autores. (2007).La Habana: Pueblo y Educación.
13. Programa de preparación del Hockeista. Colectivo de autores. (2013).La Habana: Pueblo y Educación.

Título: Modelo físico-matemático y software para el cálculo de parámetros del vuelo de la jabalina.

Autores:M.Sc. Alfredo González Martínez
Dr.Cs. Arturo Martínez Rodríguez.
Lic. José Antonio Kessell Herrera
País: Cuba

Actividad que beneficia: El proceso de entrenamiento deportivo.

Grado de generalización: Se investigó en el equipo nacional de atletismo de donde se extrajeron los indicadores para la conformación del modelo

Universo a Generalizar: Aplicar a todos los atletas de lanzamiento de la jabalina para perfeccionar el trabajo de los jabalinistas así como sus resultados

Beneficios que reportaría al país: El resultado es un modelo basado en la relación física – matemática la cual tributa al perfeccionamiento de la técnica de los jabalinistas.

Relación Costo – Beneficio:el uso de software libre no genera costo y el resultado final es información de alto valor cognoscitivo para entrenadores y atletas de la disciplina atletismo en particular el área de jabalina.

Organismo beneficiado:INDER

Resumen de la ponencia: En Cuba es importante que en perfeccionamiento de la técnica del lanzamiento de la jabalina el trabajo recaiga sobre los inicio de la práctica de cientos de principiantes que desde su tempana edad se entregan a la práctica del atletismo en su tránsito por las diferentes categorías y las indicaciones que se orientan en los programas de formación deportiva, en este caso para el área de lanzamiento hasta su llegada a los centros del alto rendimiento, siempre que se tenga en cuenta la orientación, dirección del proceso del entrenamiento a largo plazo, así como el conocimiento de los profesionales de la especialidad sobre la influencia de los parámetros iníciales que inciden en el lanzamiento como vía hacia la obtención de un mayor alcance del implemento.

En el trabajo se logra presentar un software para el cálculo de los parámetros del vuelo de la jabalina, el cual permitió la introducción y evaluación de los resultados

alcanzados a partir de los ensayos experimentales, gracias a los métodos de estudio como la revisión documental, análisis y síntesis, histórico lógico, modelación.

Título: Plataforma neurotecnológica aplicada al estudio y entrenamiento de la actividad cognitiva del ajedrecista

Autores:

M.Sc: Osvaldo León Bravo. (Cuba). Profesor Auxiliar de Psicología General. Psicólogo Preselección Nacional Femenina de ajedrez. Laboratorio para el estudio y entrenamiento del Cerebro. Facultad de Cultura Física de Mayabeque. osvaldo@unah.edu.cu

Dr. C. Francisco García Ucha. Profesor Titular de Psicología Deportiva. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. ucha@inder.cu

Lic. Gustavo González García. Profesor Asistente / Especialista en Ajedrez. Laboratorio para el estudio y entrenamiento del Cerebro. Facultad de Cultura Física de Mayabeque. gustavog@unah.edu.cu

País: Cuba

RESUMEN

El ajedrez es un juego que demanda una continua actividad atencional en la solución de problemas lógicos. El entrenamiento adecuado de la actividad cognitiva en el ajedrecista a través del empleo de técnicas neuropsicológicas como el neurofeedback, permite una mayor regulación de la precisión perceptiva, capacidad para integrar y procesar estímulos simultáneos, fiabilidad de la respuesta, tiempo de reacción, y concentración.La investigación tiene como objetivo aplicar una plataforma neurotecnológica que permita el estudio y entrenamiento de la actividad cognitiva de los ajedrecistas. El sistema neurotecnológico presentado es pertinente para el desarrollo de espacios de entrenamientos en el contexto de la preparación psicológica de los ajedrecistas, y en los marcos de los sistemas de entrenamientos contemporáneos; su instrumentación permite la regulación del componente cognitivo, incrementa la tolerancia a la interferencia atencional, la concentración, el control espacial del tablero de ajedrez, la resistencia atencional y la velocidad de procesamiento de la información en la solución de problemas ajedrecísticos.

Palabras claves: neurotecnológias, neurofeedback, entrenamiento cognitivo en ajedrecistas.

A B S T R A C T

Chess is a game that demands a continuous attentional activity in solving logical problems. Proper attention training in chess through the use of neurotechnologies as biofeedbak, allows greater potential for Alpha regulation, aspect that it is translated as the performance indicators such as perceptual accuracy, ability to integrate and process simultaneous stimuli, reliability response, reaction time and concentration of attention. The research aims to design a training model for regulating neurofeedbak potential athletes Alpha chess. The methods and techniques used in the research are bibliometric, the theoretical modeling and process of triangulation in order to test each of the research results. The methodology for using the model form and parameters of evaluation training (planning, visual-spatial abilities, working memory, problem-solving ability and tolerance to interference) from Alpha control occurs as a result.

Keywords: neurotechnologies, neurofeedbak Training, cognitive training in chess players.

INTRODUCCIÓN

El ajedrez constituye un juego que exige una continua actividad cognitiva en la solución de problemas lógicos. A diferencia de otros deportes, en que impera la actividad física, en el ajedrez existe una alta demanda de los recursos cognitivos del ajedrecista. En este convergen muchos procesos cognoscitivos como: el pensamiento lógico y abstracto, memoria a largo plazo y memoria de trabajo, la imaginación, percepciones y un alto nivel de concentración y atención ejecutiva.

Entrenar el ajedrez significa estudiar de manera sistemática distintas situaciones de juego asociadas a la apertura, el medio juego, los finales y el cálculo de variantes; combinadas con un estricto entrenamiento físico que compense la intensa labor del estudio diario del ajedrecista. Luego como componente muy particular una aguda preparación psicológica relacionada con la orientación, el control emocional y el entrenamiento de los procesos cognitivos asociados al ajedrez, fundamentalmente la atención y la memoria. Estos aspectos garantizan una forma deportiva óptima

para el ajedrecista brindando mayor control mental y resistencia física para las largas partidas que caracterizan los torneos y la relación cuerpo mente del ajedrecista.

Para Huerta, citado por Peralta (2013), El entrenamiento del ajedrecista consiste en el proceso de generar auto información sistemática por parte del ajedrecista. Garantizar la forma más óptima de este sistema implica no solo limitarse al cumplimiento de tareas dirigidas al estudio de la apertura, el medio juego y el final de la partida de ajedrez, además, intencional el entrenamiento psicológico, como una de las garantías del buen funcionamiento de los procesos cognitivos, los cuales permiten el correcto procesamiento de la información.

Cada uno de estos aspectos son demandantes para el logro del rendimiento óptimo de la atención en los atletas de ajedrez, deporte de precisión táctica que exige velocidad de procesamiento y control de los mecanismos de inhibición. Esto requiere por lo tanto una elevada actividad del giro cingulado anterior del hemisferio izquierdo, zona activa durante tareas que requieren algún tipo de concentración, y su activación se reduce en tareas que se ejecutan de forma rutinaria.

Nuestra investigación surge como consecuencia de varias necesidades investigativas por parte de los entrenadores y psicólogo del deporte en el tema de la concentración y de la atención ejecutiva en el ajedrez, y de alguna manera dicta la emergencia de emplear formas de intervención competentes que impliquen el uso de tecnologías que de manera precisa el trabajo de preparación psicológica.

DESARROLLO

“El juego de ajedrez constituye un juego didáctico por excelencia, permite el desarrollo de las operaciones lógicas del pensamiento haciéndolo más rápido, preciso y productivo”.(Lebredo, 2003).

Es indudable que en la preparación del ajedrecista se deben integrar aspectos afectivos, cognitivos y volitivos. El entrenador debe considerar esos elementos al enfrentarse a las demandas de la preparación de este deportista, en particular su preparación psicológica.

Cada uno de estos aspectos son demandantes para el logro del rendimiento óptimo en los atletas de ajedrez, deporte que requiere de precisión en la toma de decisión,

velocidad de procesamiento, control de los mecanismos de inhibición y control atencional. Esto requiere por lo tanto una elevada actividad del giro cingulado anterior del hemisferio izquierdo, zona activa durante tareas que requieren algún tipo de concentración, y su activación se reduce en tareas que se ejecutan de forma rutinaria.

Hoy constituye un reto para los psicólogos del deporte y entrenadores emplear métodos que permitan entrenar a los atletas de ajedrez, y usar formas de intervención competentes que impliquen el uso de tecnologías que evalúen de manera precisa el rendimiento de los atletas.

Uno de los objetivos fundamentales del entrenamiento de los ajedrecistas consiste en lograr que el atleta sea consciente de que su nivel atencional este en función de su capacidad para discriminar estímulos y elegir, de entre estos, los más adecuados para programar su respuesta. Además, el desarrollo de la atención, el funcionamiento de la memoria y la concentración en ajedrecistas ha de reducir al mínimo el riesgo de que una distracción imposibilite la consecución de un buen rendimiento en competición. Es necesario, que el atleta sepa orientar la atención hacia los aspectos relevantes de la tarea, aquéllos que pueden ayudarle en el desempeño de la acción deportiva, y no se distraiga ante los estímulos que puedan distraer e interferir en su capacidad de concentración y sincronización cognitiva.

ENFOQUE METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

Para dar solución a las necesidades antes planteadas se propone como **Objetivo de investigación:** instrumentar una plataforma neurotecnológica para el estudio y entrenamiento de la actividad cognitiva del ajedrecista.

Pasos metodológicos para el desarrollo de la investigación**: 1**) Identificar los fundamentos teóricos relacionados con la neurotecnología aplicada al estudio de la actividad cognitiva del ajedrecista. **2**) Seleccionar los componentes teóricos metodológicos que integran la plataforma neurotecnológica para el estudio y entrenamiento de la actividad cognitiva del ajedrecista. 3) Aplicar la plataforma neurotecnológica para el estudio y entrenamiento de la actividad cognitiva del ajedrecista.

La utilización de métodos científicos nos permitió obtener la información necesaria acerca de los antecedentes y estado actual del problema, así como datos empíricos. Los mismos se plantean a continuación: **Métodos para el estudio del contenido teórico (Bibliometría):** Permitieron profundizar en el conocimiento de las regularidades y cualidades esenciales de los fenómenos, posibilitan la interpretación conceptual de los datos empíricos investigados. **Modelación:** permitió reproducir de forma esquematizada la realidad investigada, permite estudiar las relaciones y cualidades del objeto de estudio. El **procedimiento de triangulación** nos facilitó garantizar la confiabilidad de los resultados a través de la contratación entre cada uno de los métodos y técnicas aplicadas. **Método Psicométrico:** Se aplica el test de colores y palabras *STROOP*, el mismo permite evaluar el nivel de tolerancia a la interferencia atencional, se relaciona con el control de los procesos de inhibición y activación de la atención. Interfaz de entrenamiento ***EEG-Neurofeedback Ultra Smart Systems & Technology.*** Se empleó un **sistema computarizado de pruebas ajedrecísticas**, conformado por series de problemas ajedrecísticos que evalúan el tiempo de respuesta y la efectividad de la respuesta. El procesamiento de los datos se realizó a partir del paquete estadístico statgraphics 5.1, versión española, para la comparación entre los resultados y conocer si existe diferencias significativa entre las muestra se emplea prueba de Contraste de Kolmogorov-Smirnov.

PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Uno de los objetivos fundamentales del entrenamiento del componente cognitivo en los ajedrecistas consiste en lograr que el atleta sea consciente de que su nivel atencional este en función de su capacidad para discriminar estímulos y elegir respuestas aceptadas. Es necesario que el ajedrecista sepa orientar la atención hacia los aspectos relevantes de la tarea, aquéllos que pueden ayudarle en el desempeño de la acción ajedrecística, y deje de lado los estímulos que puedan distraer e interferir en su capacidad de concentración. A continuación se muestran los principales componentes que integran **la plataforma neurotecnológica** para el entrenamiento cognitivo del ajedrecista.

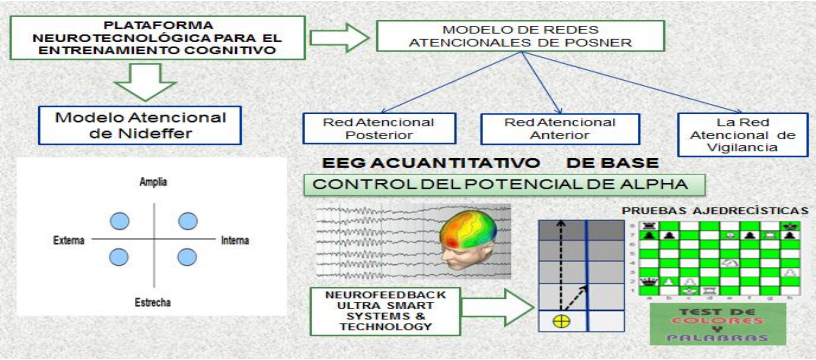


Figura 1. Plataforma neurotecnológica para el estudio de la actividad cognitiva del ajedrecista.

La plataforma neurotecnológica para el estudio y el entrenamiento de la actividad cognitiva del ajedrecista se fundamenta a partir del enfoque de redes atencionales de Posner (1990) y la teoría atencional de Nideffer (1976a).

Para Posner y Raichle (1994), el sistema atencional posterior parece estar relacionado con todo lo referente al control del procesamiento espacial. Sería el encargado de centrar la atención en la posición del campo visual donde está situado el estímulo objetivo. Para ello realiza las operaciones de desenganche de la atención del objeto en el que estaba centrada, movimiento por el campo visual hasta la nueva posición y enganche de la atención en el estímulo designado como objetivo actual.

El modelo de Nideffer (1976b) sirve para cubrir las necesidades de control espacial de los ajedrecistas respecto al tablero, aspecto que requiere de una organización dinámica de la atención en relación a la distribución espacial de las piezas en el tablero de ajedrez. El modelo se organiza en una estructura de dos ejes que oscila entre dos polos, ***la amplitud*** (estrecho y amplio) y ***la dirección*** (interno y externo). Atendiendo al tipo de actividad que realiza el atleta, así deberá orientar su foco de atención hacia las acciones variadas y simultáneas que llevan a cabo en un espacio determinado. Estas leyes perceptuales deben estar en armonía con el principio del espacio ajedrecístico, este se explica a partir de la cantidad de casillas en las que cada jugador ubicará sus fuerzas. La conquista y dominio espacial debe producirse fundamentalmente en el centro del tablero, considerando este como un centro ampliado. El control central puede ejercerse a distancia, por ejemplo, con un arfil de fianchetto, descubrimiento del ajedrez hipermoderno que generó no pocos sistemas de apertura (Pita, 2008, pág. 42). Cada uno de estos elementos que

integran la plataforma neurotecnológica para el entrenamiento cognitivo en el ajedrecista permite desarrollar espacios de entrenamientos como se muestra en la figura 2.

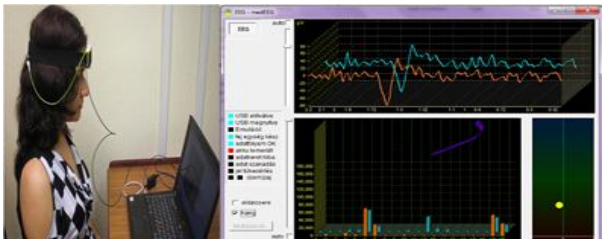


Figura 2.Sección de entrenamiento empleando el Sistema de Neurofeedback de Ultra Smart Systems & Technology.

El neurofeedback electroencefalográfico es una técnica no invasiva usada para controlar la actividad de las ondas cerebrales, permite entrenar la capacidad de autorregulación sobre los patrones de actividad cerebral y por lo tanto sobre los estados mentales. Los cambios en los patrones de las ondas cerebrales se analizan mediante el condicionamiento operante, brindando al individuo información en tiempo real sobre su actividad cerebral.

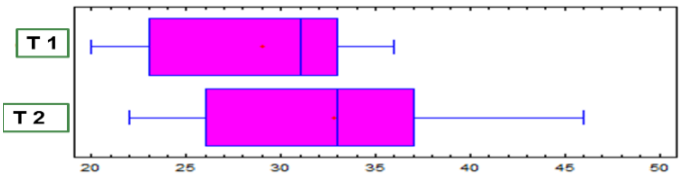
En una sesión de entrenamiento por neurofeedback, las personas usan sus propias ondas cerebrales para controlar la retroalimentación recibida sobre características específicas de las mismas, logrando cambios significativos en su EEG. El neurofeedback es un procedimiento que permite al atleta aprender a potencial su autocontrol y poder influir en las respuestas fisiológicas relacionada con los procesos cognitivos. El protocolo de *neurofeedback Alfa-Theta* que se presenta tiene como objetivo monitorear el potencial de *Alpha* como indicador para entrenar la concentración, la tolerancia a la interferencia atencional y mejorar el rendimiento cognitivo de los ajedrecistas. La instrumentación del modelo se realiza en tiempo real, se muestran registros del comportamiento del potencial de *Alpha* sirviendo como patrón del rendimiento atencional.

Para evaluar los efectos de la plataforma neurotecnológica se propone emplear el test de colores y palabras (*Stroop*). Esta prueba evalúa el control atencional y la capacidad de una persona para cambiar de un tipo de respuesta a otra, de acuerdo a las demandas, y de inhibir una respuesta habitual a favor de una inhabitual,

situación muy común en el ajedrez y que se asocia a los enfoques teóricos empleados en el modelo.

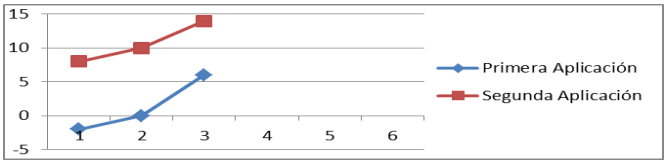
La plataforma neurotecnológica se implementó a partir de nueve secciones de entrenamiento, organizadas a partir de tres encuentros por semanas. La dosificación de las actividades se organizó de la siguiente manera: 1) El tiempo de entrenamiento se organizó a partir de 45 minutos dosificados de forma paulatina con intervalos de descanso, en ocasiones de forma simultánea con las secciones de estudios en formas de circuitos. 2) El número de intervalo de descaso disminuían a medida que aumentaban las secciones de entrenamiento, hasta completar los 45 minutos sin intervalos de descanso. La plataforma neurotecnológica se aplicó a tres atletas de la preselección nacional femenina de ajedrez durante la realización de una base de entrenamiento.

La comparación de los resultados de las pruebas ajedrecísticas que evalúan el tiempo de respuesta de los ajedrecistas en el periodo de entrenamiento mostro diferencia estadísticamente significativa entre las dos distribuciones para un p-valor igual a 0.004. Estos resultados muestran la efectividad del entrenamiento a partir del empleo de la plataforma neurotecnológica en cuanto al tiempo de respuesta, mostrando que existe dependencia entre el entrenamiento en concentración de la atención y el tiempo de respuesta durante la solución de problemas ajedrecísticos.



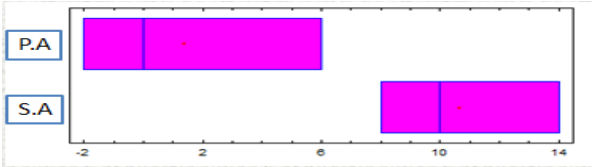
Grafica No. 2. Distribución estadística de las medias respecto a los máximos y mínimos durante la comparación de los dos tiempos de respuesta de los jugadores. T1: primera evaluación del tiempo de respuesta y efectividad de la respuesta. T2: segunda evaluación del tiempo de respuesta y efectividad de la respuesta.

Los resultados de la prueba de Stroop antes y después del entrenamiento, muestran la tolerancia a la interferencia atencional por cada uno de los grupos.



Grafica 1. Resultados de la prueba de Stroop.

En el análisis de los resultados mostrados a partir de la prueba stroop, luego de concluir su base de entrenamiento, expreso un p-valor igual a 0.004, dado que este es menor que 0.05, existe diferencia estadísticamente significativa entre las dos distribuciones para un nivel de confianza del 95 %.



Grafica No. 3. Distribución estadística de las medias respecto a los máximos y mínimos en ambos tiempos de investigación. P.A: primera aplicación. S.A: segunda aplicación.

Los resultados mostrados en cada una de las pruebas realizadas demuestran la efectividad de la plataforma neurotecnológica en el entrenamiento y desarrollo de la forma psicológica de los ajedrecistas, incidiendo en el control atencional durante la solución de problemas ajedrecísticos. El entrenamiento empleando la plataforma neurotecnológica permitió a los ajedrecistas controlar su sistema de respuesta neurofisiológica relacionada con la concentración dinámica de la atención, además de mantener el nivel de respuesta controlada y el autocontrol aprendido en ausencia de la retroalimentación generada durante el entrenamiento.

Por medio del entrenamiento aplicado se incrementan las ondas *Betha,* mientras se reducen las ondas Alpha, con lo cual se logran efectos positivos en la concentración de la atención. La organización del programa a partir de secciones progresivas demuestra la efectividad entrenamiento. El entrenamiento de forma dosificado logra en el participante, por medio del condicionamiento operante, que este aprenda a controlar la actividad atencional que debe disponerse respecto a las exigencias atencionales del ajedrez, convirtiéndose esto en un proceso auto contralado.

CONCLUSIONES

La plataforma neurotecnológica presentada es pertinente para el desarrollo de espacios de entrenamiento del componente cognitivo en el contexto de la preparación psicológica de los ajedrecistas, su instrumentación permite la regulación de los patrones ejecutivos en atletas de ajedrez. Su aplicación incrementar la tolerancia a la interferencia atencional, la concentración, el control

espacial del tablero de ajedrez, la resistencia atencional y la velocidad de procesamiento de la información en la solución de problemas ajedrecísticos. Permite su aplicación a partir de la concepción los sistemas de entrenamiento contemporáneo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez, J. A. y Emory, E. (2006). Executive function and the frontal lobes: A metaanalytic review. *Neuropsychology Review, 16*, 17-42.
2. Anderson P, Anderson V, Lajoie G. (1996). The tower of London test: validation and standardization for pediatric populations. Clinical Neuropsychol; 10: 54-65.
3. Baddeley, A. (1986) *Working Memory*. Oxford University Press. ISBN 0-19-852133-2
4. Coben, R., Linden, M. y Myers, T. (2010). Neurofeedback for Autistic Spectrum Disorder: A Review of Literature. *Applied Psychophysiology y Biofeedback, 35,*83-105.
5. Crone, E. A., Zanolie, K., Van Leijenhorst, L., Westenberg, P. M. y Rombouts, S. A. (2008). Neural mechanisms supporting flexible performance adjustment during development. *Cognitive, Affective and Behavioral Neuroscience, 8*, 165-177.
6. Luria, A. R. (1982). *Las funciones corticales superiores del hombre*. La Habana: Editorial Científico-Técnica.
7. Peralta, Fernando; Dobiitis, Alejo de. (2013). Las dos caras del entrenamiento. Editorial Esferas.
8. Posner MI, Driver J. (1992). The neurobiology of selective attention. Curr Opin Neurobiol; 2: 165-9.
9. Posner, M.I.; Rothbart, M. K.; Rueda, M.R; Tang Yiyuan. (2010). Training Effortless Attention. In Effortless Attention: A New Perspective in the Cognitive Science of Attention and Action (Bruya, B., ed), pp. 410-424.
10. Posner, Michael I. (1990). The attention system of the human brain. Department of Psychology, University of Oregon, Eugene, Oregon 97403 . Annu. Rev. Neurosci. 13:25-4.
11. Posner, Michael, I.; Rothbart, Mary K.; Sheese, Brade. (2007). The anterior cingulate gyrus and the mechanism of self-regulation. Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience,7(4), 391-395.

12. Vernon, D., Frinck, A., y Gruzelier, J. (2004). Neurofeedback as a treatment for ADHD: Methodological Review with Implications for Future Research. *Journal of Neurotherapy, 8, 53-82.*
13. Valdés, Sosa Pedro A., Bringas Vega Maria L., Valdés Hernández, Pedro A. (2010). Módulo Neuroimágenes y Neuroinformática. Programa de Maestría en Neuropsicología. Centro de Neurociencias de Cuba.
14. Xue, Shao-Wei, Tang, Yi-Yuan, Tang, Rongxiang, Posner, Michael I.(2014). Short-term meditation induces changes in brain resting EEG theta networks. Brain and Cognition 87 1–6.
15. Zahedi, Hamid; Shojahei, Masoomeh; Sadeghi, Heidar. (2011). Effect of focus of attention and skill level on basketball free-throw shot under psychological pressure. World Applied Sciences Journal 13 (5): 1047-1052, 2011. ISSN 1818-4952.
16. Ziv, Gal; Yoav, Meckel; Lidor, Ronnie; Rotstein, Arie. (2012). The effects of external and internal focus of attention on physiological responses during running. Journal of Human Sport & Exercise ISSN 1988-5202.

Título: Programa educativo para el mejoramiento del desempeño docente del Licenciado en Cultura Física y Deporte.

Autoras: Dra. C. Niurka Fuentes Duany
Dra. C. Victoria Isabel Martínez Castillo

Resumen

La función docente de los profesionales de la cultura física y el deporte se caracteriza por una alta complejidad, a medida que crece el volumen de conocimientos científico-técnicos y la cultura general de la sociedad con la cual hay que familiarizar a las nuevas generaciones de graduados, Por lo que se hace necesario que los profesionales responsabilizados con estas funciones estén preparados para ello y sean capaces de transmitir estos cambios que se generan en el desarrollo de sus funciones docentes.

Introducción

Fidel ha expresado: "en las condiciones de la revolución científico-técnica contemporánea, no concebimos al maestro con métodos artesanales de trabajo, lo concebimos como un activo investigador, … como un intelectual revolucionario que toma partido ante los problemas y plantea soluciones desde el punto de vista de la ciencia y de nuestros intereses de clase. Todo ello requiere de mucho estudio y del desarrollo de las habilidades profesionales.". (1)

Es por ello que el profesional de una rama debe, saber y saber hacer, todo lo concerniente a su profesión en su actividad, entendida esta última como: "aquellos procesos mediante los cuales el individuo, respondiendo a sus necesidades, se relaciona con la realidad, adoptando determinada actitud hacia la misma.". (2)

Dándole seguimiento a los criterios anteriormente expuestos el Licenciado de la Cultura Física y el Deporte debe lograr en sus estudiantes el desarrollo de habilidades profesionales en correspondencia con las exigencias de la sociedad y el Sistema Nacional deportivo, se debe para ello delinear como metodología de trabajo, un aprendizaje que garantice en el estudiante la apropiación activa y creadora de una cultura profesional; para así propiciar el desarrollo de su auto-

perfeccionamiento, autonomía y autodeterminación, en íntima conexión con los procesos de socialización, compromiso y responsabilidad social.

Un primer acercamiento al término habilidades en el año 1996 momento en el cual consultó una variada bibliografía de autores que abordan definiciones de habilidades como Petrovsky en el año 1985, Brito en el año 1987, Savin en el año 1972, Márquez en el año 1995, Bermúdez y Rodríguez en el año 1996, Silvestre en el año 2002; Álvarez de Zayas opina que habilidad se refiere a la "…dimensión del contenido que muestra el comportamiento del hombre en una rama del saber propia de la cultura de la humanidad; es desde el punto de vista psicológico el sistema de acciones y operaciones dominados por el sujeto que responde a un objetivo.". [(3)]

La calidad de la actuación del Licenciado de la Cultura Física y el Deporte con función docente está relacionada con el desarrollo de habilidades pedagógicas, sin embargo en el proceso de desarrollo de las mismas se detectan **situaciones problemáticas** tales como:

Los cursos de posgrado de Pedagogía para Licenciado de la Cultura Física y el Deporte son escasos y carentes de sistematicidad, según los requerimientos de la nueva formación de recursos humanos de esta carrera.

Por estas razones se formula la contradicción fundamental entre las exigencias de la sociedad y los servicios que asume el Sistema Deportivo para la solución de problemas profesionales que permitan la satisfacción de las necesidades humanas y la preparación de los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte para desempeñarse en la función docente, desde el desarrollo de habilidades pedagógicas que poseen.

CARACTERIZACIÓN DE LA PREPARACIÓN DE LOS LICENCIADO DE LA CULTURA FÌSICA Y EL DEPORTE PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES PEDAGÓGICAS

A partir del objetivo de este capítulo de caracterizar los problemas en la preparación pedagógica para el desarrollo de habilidades pedagógicas del Licenciado de la Cultura Física y el Deporte en su desempeño docente y como parte de la definición asumida de desempeño profesional pedagógico con anterioridad, la autora define operativamente el desempeño docente de los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte como el proceso desarrollado por los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte que ejecutan las funciones docentes en la formación de los técnicos y profesionales de la enfermería, a partir de la aplicación de los métodos educativos, didácticos y pedagógicos que les permita el trabajo con los objetos y objetivos de la actividad pedagógica profesional en la que participa.

Descripción del proceso de determinación de problemas profesionales en el desarrollo de habilidades pedagógicas.

La autora realizó la **parametrización** del objeto de estudio como se observa en la tabla no. 2: estableciéndose como variable el desarrollo de habilidades pedagógicas, estableciendo dos dimensiones: preparación para el desarrollo del trabajo educativo y la preparación para el desarrollo del proceso docente – educativo con sus respectivas sud-dimensiones e indicadores.

Tabla 2. Proceso de parametrización del desempeño docente para el desarrollo de habilidades pedagógicas.

Dimensión 1- Preparación para el desarrollo del trabajo educativo.	
Sub dimensiones	Indicadores
1.1 Disciplina e imagen personal.	1.1.1 Nivel de puntualidad a clases, reuniones, metodológicas, matutinos, vespertinos y al centro. 1.1.2 Nivel de apariencia personal.
1.2 Sentido de la responsabilidad.	1.2.1 Grado de cumplimiento de las orientaciones. 1.2.2 Grado de cumplimiento del reglamento disciplinario. 1.2.3 Nivel de ejemplaridad ante la masa estudiantil.
1.3 Relaciones humanas.	1.3.1 Nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales con sus estudiantes, padres, colectivo pedagógico y el resto de los trabajadores. 1.3.2 Nivel de facilidad para comunicarse. 1.3.3 Nivel de utilización de la caracterización de sus estudiantes para relacionarse con ellos y sus familiares.
1.4 Control de la disciplina.	1.4.1 Nivel de persuasión en el control de la disciplina de sus estudiantes. 1.4.2 Grado de utilización de los métodos educativos. 1.4.3 Nivel de atención del trabajo educativo a los estudiantes con problemas de disciplina. 1.4.4 Grado de caracterización realizada para trabajar los problemas de sus estudiantes. 1.4.5 Nivel de logro en los cambios educativos en sus estudiantes.
1.5 Trabajo político-ideológico.	1.5.1 Nivel de conocimiento del acontecer nacional e internacional. 1.5.2 Nivel de conocimiento de la historia de Cuba y de la localidad donde se desarrolla el proceso docente educativo. 1.5.3 Nivel de protagonismo ante los estudiantes en las actividades políticas y culturales. 1.5.4 Nivel de cumplimiento de las tareas revolucionarias. 1.5.5 Nivel de utilización de la oratoria y el ejemplo personal en la formación de valores de sus estudiantes. 1.5.6 Nivel de control de la preparación política- ideológica de sus estudiantes. 1.5.7 Nivel de análisis de la problemática nacional y del mundo con sus estudiantes. 1.5.8 Nivel de persuasión hacia sus estudiantes en la formación de sentimientos de pertenencia y amor hacia la

1.6 Comunicación.	1.6.1 Nivel de comunicación para escuchar los criterios y opiniones de sus estudiantes, padres y el colectivo pedagógico. 1.6.2 Nivel de factibilidad para ejercer el dialogo la crítica y la autocrítica. 1.6.3 Nivel de interacción durante la comunicación interpersonal. 1.6.4 Nivel de posibilidad de emitir criterios lógicos y coherentes durante la comunicación.
1.7 Trabajo comunitario.	1.7.1 Nivel de conocimiento de la comunidad donde viven sus estudiantes. 1.7.2Grado de caracterización de los grupos docentes.
Dimensión 2- Preparación para el desarrollo del proceso docente – educativo.	
2.1 Superación y auto superación.	2.1.1 Nivel de actualización lo político – cultural. 2.1.2 Nivel de conocimiento para la preparación y funciones como tutor de trabajos científicos. 2.1.3 Nivel de divulgación de los resultados de sus investigaciones científicas 2.1.4 Nivel de utilización de los medios de enseñanza en la clase (información). 2.1.5 Grado de participación en las actividades metodológicas.
2.2 Conducción y producción intelectual.	2.2.1 Grado de participación en eventos científicos. 2.2.2 Nivel de socialización de sus experiencias pedagógicas. 2.2.3 Nivel de participación de sus estudiantes en eventos científicos. 2.2.4 Grado de participación en eventos científicos como tutor y miembro de tribunal.
2.3 Didáctica.	2.3.1 Nivel de selección del método en función del contenido que va a impartir y la caracterización de su grupo docente. 2.3.2 Nivel de selección del método en función del contenido que va a impartir y la caracterización de su grupo docente. 2.3.3 Nivel de aplicación de los principios y funciones didácticas; así como los procedimientos de forma adecuada durante la clase. 2.3.4 Grado de dominio de los principales elementos teóricos acerca de evaluación. 2.3.5 Nivel de aplicación de los diferentes tipos de
2.4 Contenido.	2.4.1 Grado de dominio del contenido que va a impartir. 2.4.2 Nivel de utilización del enfoque interdisciplinario durante la impartición de la clase.

2.5 Problemas profesionales.	2.5.1 Nivel de resolución de los problemas profesionales a los que se enfrenta en su desempeño profesional. 2.5.2 Nivel de conocimiento para el entrenamiento a sus estudiantes en la resolución de problemas profesionales.
2.6 Calidad de la actividad.	2.6.1 Nivel de conocimiento para el entrenamiento a sus estudiantes en la identificación de las necesidades humanas. 2.6.2 Nivel de conocimiento para el entrenamiento a sus estudiantes en las habilidades para la ejecución de acciones de Cultura Física y Deporte independientes. 2.6.3 Nivel de conocimiento para el entrenamiento a sus estudiantes en el desarrollo de un pensamiento interdisciplinario para realizar las acciones. 2.6.4 Nivel de conocimiento para el entrenamiento a sus estudiantes en la el pensamiento científico y lógico en el desarrollo de las habilidades profesionales para realizar las

Fuente: proceso de parametrización.

El proceso descrito con anterioridad, unido a la parametrización del objeto de estudio, condujo al análisis de los resultados de cada instrumento aplicado (Ver anexo 2), aspecto que se realiza en el próximo epígrafe.

Resultados de los instrumentos aplicados.

La autora utilizó la tecnología de la Educación Avanzada para la determinación de problemas, se procedió a caracterizar el contexto en el cual se realiza la investigación. Durante el período del año 2000 hasta 2008 en La Habana existían dos escuelas de formación de recursos humanos de Cultura Física y Deporte anexas a las Sedes de Cultura Física y Deporte las cuales tenían como característica principal la depresión del claustro de profesores en correspondencia con la matrícula de estudiantes; posteriormente se inicia el proceso de descentralización de las sedes hacia el CES rector UCCFD y queda aún más deprimido, el claustro de profesores, téngase en cuenta que además la formación técnica requiere de una sistematización en el trabajo educativo que entra en contradicción con las acciones educativas que se siguen con el estudiante universitario. La autora realizó el análisis de los modelos ideal y real a partir de los resultados de las indagaciones empíricas y teóricas utilizadas.

Modelo Actual de la Escuela de formación de licenciados de cultura física y deporte.

Como resultado de la revisión documental del plan de estudio de los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte, los contenidos de la asignatura Pedagogía; la autora analizó el perfil del egresado, las actividades docentes que deben desarrollar como profesores de educación física identificar un conjunto de elementos que caracterizan la formación del Licenciado de la Cultura Física y el Deporte para su actuación como profesor.

Estado actual del desempeño docente de los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte.

Análisis de los resultados de la encuesta aplicada los profesores.

Las insuficiencias obtenidas fueron:

❖ Breve o escasa oportunidad para participar en eventos y otras formas de superación en referencia a la propia disciplina que imparten los docentes.

❖ Las conferencias que se imparten no hacen referencia a temas pedagógicos, o de experiencias en la formación de los recursos humanos en temas de pedagogía

❖ En la biblioteca de la UCCFD hay poca o está en déficit la literatura de perfil pedagógico o libros de edición nacional de autores de las diferentes Universidades de Ciencias Pedagógicas que puedan ser utilizados en la preparación de los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte.

Resultados de la entrevista a profesores principales y asesores metodológicos.

<u>Insuficiencias obtenidas</u>

❖ Las clases instructivas, demostrativas y abiertas son escasamente utilizadas como vía para el desarrollo de habilidades pedagógicas y elevar el desempeño docente de los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte.

❖ Desconocimiento de los principios, funciones didácticas y la lógica del proceso enseñanza - aprendizaje.

Análisis de los resultados de la observación a sesiones de trabajo metodológico.

La autora identificó las siguientes *<u>insuficiencias</u>*:

❖ Poco dominio del manejo de los diferentes métodos y procedimientos para la ejecución de la clase.

❖ Escasa utilización del método problémico para el desarrollo de habilidades profesionales en los estudiantes ubicándolos en los problemas que se pueden presentar en su práctica profesional.

❖ Desconocimiento de los métodos de trabajo educativo.

Análisis de la revisión de planes de clases.

Insuficiencias:

❖ Predomina la no relación del objetivo de la clase con los objetivos y las habilidades que se declaran en el programa de la asignatura**.**

Análisis de los resultados de la prueba de desempeño aplicada a los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte.

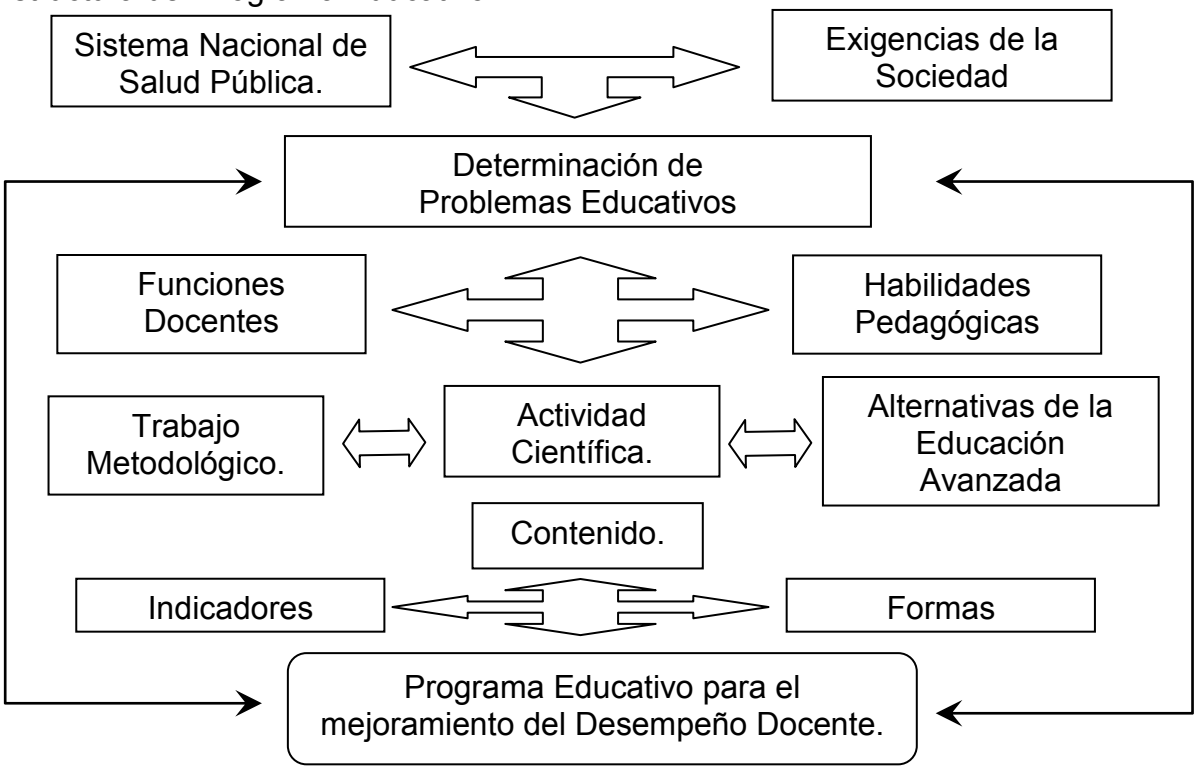
Se realizó una prueba de desempeño inicial con el objetivo de valorar el desarrollo de habilidades pedagógicas en los docentes de la carrera de cultura física, desde su actuación en el proceso docente – educativo.

Resultados de la triangulación metodológica

- Desconocimiento de la existencia de programas de superación pedagógica.
- Los profesores no dominan las acciones de superación pedagógica para el curso escolar.
- No se precisa la superación pedagógica en el plan de desarrollo.
- Utilización inadecuada de la caracterización estudiantil para el desarrollo de acciones de aprendizaje en los estudiantes.
- Desconocimiento de los principios del proceso pedagógico profesional.
- Desconocimiento de los métodos de trabajo educativo y su utilización en el proceso docente- educativo.
- Escasa producción intelectual para la solución de problemas profesionales y la impartición de las clases.
- Incorrecta utilización de las formas de educación en el trabajo.
- Falta de establecimiento de relaciones interdisciplinarias entre las asignaturas rectoras y el resto que corresponden al diseño curricular de la carrera.

PROGRAMA EDUCATIVO PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES PEDAGÓGICAS EN EL LICENCIADO DE LA CULTURA FÌSICA Y EL DEPORTE

Estructura del Programa Educativo.



CONCLUSIONES

1. La caracterización realizada a los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte con funciones docentes, posibilitó la construcción de la variable, las dimensiones y los indicadores que permitieron elaborar y procesar los instrumentos. Los resultados de los instrumentos aplicados en general y en particular de la prueba de desempeño docente posibilitó caracterizar el estado real de la preparación pedagógica y del proceso de desarrollo de habilidades pedagógicas de los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte.

2. El Programa Educativo para la preparación de los Licenciado de la Cultura Física y el Deporte en el desarrollo de habilidades pedagógicas a partir de la utilización de las formas de organización para la superación profesional propuestas por la Educación Avanzada, quedó estructurado en un sistema de talleres, cursos, entrenamientos de posgrado, conferencias especializadas.

BIBLIOGRAFIA

Añorga, J. Tecnología educativa para la determinación de problemas educativos de investigación científica y de organización del trabajo. Soporte digital. La Habana. Cuba. Instituto Superior Pedagógico “Enrique José Varona”. 1995.

Álvarez, R. M. Diseño Curricular. Material impreso. Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño. La Habana. Cuba. 1996

Addine F. La formación pedagógica. Conferencia dictada en el II Taller Internacional de Formación Pedagógica y Orientación Educacional. La Habana, Cuba: Instituto Superior Pedagógico “Enrique José Varona”; 2000.

Addine, F. Didáctica, teoría y práctica. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba. 2004.

Bozu, Z., & Canto, P. El profesorado universitario en la sociedad del conocimiento: competencias profesionales docentes. Revista de Formación e Innovación Educativa Universitaria. 2009.

Cañizares, O., & Sarasa M. La maestría pedagógica no es una panacea. Edumecentro. 2014.

Cañizares, J. L. Alternativa pedagógica para el perfeccionamiento del diagnóstico pedagógico integral del estudiante en la Escuela Provincial del Partido José Smith Comas. Segundo Seminario anual de Pedagogía del Sistema de Escuelas del Partido. La Habana. Cuba. 2009.

Carrillo, O. B. G., Espinosa, J. R. L., Oñate, C. M. C., Trejo, J. M. L., & Roche, L. C. Metodología para la caracterización del desempeño pedagógico en la Sede Universitaria Municipal de Placetas. EDUMECENTRO, Cuba. 2013.

Díaz, F. & Barroso R. Diseño y validación de una propuesta de evaluación auténtica de competencias en un programa de formación de docentes de Educación básica en México. Perspectiva Educacional. 2014.

Díaz, E. Gestión del conocimiento en educación médica, una propuesta novedosa. Edumecentro. 2013.

Gómez, J. Modelo de dirección de los recursos humanos para la profesionalización del desempeño profesional pedagógico de directivos y reservas de la U. C. P. Enrique José Varona. Tesis en opción al grado científico de Doctor

en Ciencias Pedagógicas. Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona. La Habana. Cuba. 2010.

Título: Software. CC- CSRH para el control de la composición corporal.

Autores: M.Sc. Carlos Silvio Rodríguez Hernández. Profesor Auxiliar.

M.Sc. Leidys Yaumara Rodríguez Marrero. Profesor Asistente.

Dra. María de las Mercedes Saballa González

Dr. Raúl Valle Lezama

Dr. Remberto Pérez Farfán

Institución: Universidad de Sancti Spíritus "José Martí Pérez" Facultad de Cultura Física

País: Cuba

Resumen

El objetivo del presente estudio consistió en la automatización del control y evaluación de la composición corporal en atletas para aumentar la eficiencia y exactitud en los cálculos de los resultados de la composición corporal de la provincia espirituana y potenciar la planificación del entrenamiento atendiendo a las características individuales de los atletas de la EIDE provincial de Sancti Spíritus. Se realiza por el proyecto perfeccionamiento de la actividad física y deportes para el desarrollo humano yayabero. Da respuesta a las diferentes variables a controlar se encuentran el peso corporal, la estatura, índice de masa corporal, porcentaje de grasa, kilogramos de grasa, el índice de AKS. Para la evaluación de la composición corporal se utilizo el método Withers y Yu Hans basada en los resultados de las mediciones de los 6 pliegues cutáneos, peso y la estatura. Estos resultados permitirán conclusiones de la correspondencia del comportamiento de los cambios de composición corporal y los resultados físicos y competitivos. El software creado es aplicable a todos los atletas o personas que practiquen el deporte entre las edades de 11 a 41 años en el sexo femenino y en el masculino en el periodo de 15 a 39 años. En el curso escolar 2016 – 2017, el mismo puede ser generalizado en todos los deportes de la provincia y es de aplicación en el resto del país.

Introducción

La valoración de la composición corporal es especialmente importante en el control de la respuesta al entrenamiento. Cualquier oscilación en la masa corporal de un deportista merece la atención del entrenador. Por ejemplo, con el entrenamiento de fuerza cabe esperar un aumento de la masa muscular debido a la hipertrofia de la musculatura. Sin embargo, la masa corporal podría haber aumentado debido a un incremento de la masa adiposa, relacionada con un exceso de ingesta calórica. Por otro lado, es posible que un programa de entrenamiento no produzca cambios en la masa corporal total, pero sí que modifique la composición corporal, aumentando la proporción de tejido muscular y disminuyendo la proporción de tejido adiposo.

Atendiendo a que se esta realizando en el deporte espirituano el control de la composición corporal por el centro provincial de medicina deportiva, los entrenadores reciben el resultado del comportamiento de esta características, y las indicaciones medicas relacionada con la alimentación y el trabajo para el control del peso corporal con el desarrollo de las capacidades físicas en función del resultado deportivo de los atletas, este se realiza por el método de Withers, el cual presenta un gran cumulo de operaciones y ecuaciones matemáticas es muy engorroso realizar las operaciones para realizar las evaluaciones. Se considera como situación problémica la necesidad de la automatización de este método.

OBJETIVO GENERAL

Realizar la automatización del control y evaluación de la composición corporal en atletas para aumentar la eficiencia y exactitud en los calcular los resultados de la composición corporal de la provincia espirituana y potenciar la planificación del entrenamiento atendiendo a las características individuales de los atletas de la EIDE provincial de Sancti Spíritus.

Objetivos:

1. Determinar las variables y fórmulas matemáticas utilizadas en el método de Withers para determinar la composición corporal.
2. Crear el software para calcular la composición corporal para el sexo masculino y femenino para atletas y no atletas.

Desarrollo

El conocer las características individuales de los atletas permite la diferenciación al establecer y perfeccionar la técnica del entrenamiento con la planificación adecuada de las cargas. (7)

Las experiencias del desarrollo de los equipos más destacados y de sus resultados y valoraciones demuestran que el deporte moderno evoluciona hacia un aumento de la talla, la masa muscular activa, el ritmo, la intensidad, el dinamismo y el perfeccionamiento táctico de sus acciones competitivas. (3)(8)(9).

Los estudios antropométricos permiten conocer la estructura morfológica observando las modificaciones que son provocadas por el crecimiento, entrenamiento y la relación positiva que existe entre ambos fenómenos.

En el mundo deportivo son variadas las investigaciones que se han realizado en el campo de la biomedicina (la Informática, etc.) con el propósito de tener referencias sobre el fenotipo de los atletas elites de alto rendimiento. Si bien no se han llegado a conclusiones definitorias respecto a las características morfológicas que debe poseer un deportista de nivel para un evento dado, si hay cualidades que influyen o determinan el desempeño de los atletas en la práctica de un deporte. (10)

Con estos conocimientos se procedió a la elaboración del software utilizando las aplicaciones y funciones del Microsoft Excel 2010 y la programación del Visual Basic para garantizar la funcionabilidad de los procesos necesarios aplicando los procederes del método de Withers, el software quedo conformado de la siguiente forma.

El software fue programado bajo la plataforma Microsoft Excel 2010 y con aplicaciones VBA del Visual Basic, le posibilita al usuario realizar la evaluación de la evaluación corporal a los atletas del método de Withers, el mismo permite a través de su planificación de las mediciones antropométricas utilizados en los procesos de la selección deportiva y durante la preparación de los atletas en los juegos deportivos y otros deportes priorizados..

1. Portada del software para evaluar la composición corporal

En la página inicial se muestra el botón de iniciar el trabajo para la evaluación de la composición corporal (CC) en las categorías escolares y juveniles, en la parte inferior se muestra el total de usuarios que utilizan. El software

Al dar un clic en el botón denominado ***Iniciar*** se muestra la ventana que permite pasar al control de un nuevo usuario, para ello tiene que dar un clic en el botón nuevo usuario de los usuarios que utilizan el software.

2. Formulario para pasar al control de un nuevo usuario

Al dar un clic en el botón ***Nuevo Usuario*** se pasa la entradas de los datos de los usuario usan el software, si decide salir del ***sub menú*** se pasa al sub menú para elegir el sexo para entrar los datos de la mediciones.

En este formulario se entran los datos:

1. Nombres, apellidos
2. Municipio
3. Profesión.
4. Fecha de la consulta en el formato de dd /mm /aaaa
5. El código es igual “1” (este permite tener el control de cuantos usuarios han trabajado con el software.)

Si al introducir los datos del usuario de existir alguna equivocación usted puede borrar los datos dando un clic en el botón de la izquierda nombrado ***limpiar*** que elimina todos los datos del formulario

Una vez completado el llenado de los datos que se solicitan de un clic encima del

botón ***Grabar*** para que los datos se introduzcan en una base de datos que se genera. Si desea listar los usuarios de un clic en el botón ***listar usuario*** y se muestran una tabla con los usuarios con sus datos personales solicitados.

Si da un clic en el botón ***Cancelar*** pasa al sub menú para elegir el sexo para entrar los datos de la mediciones.

3. Sub menú para elegir el sexo para entrar los datos de las mediciones

En este sub menú el usuario puede navegar por la determinación de la composición corporar para el sexo femenino y el masculino, donde se muestra el ramgo de edades que permite el metodo para ese sexo, de igual manera si se decide el sexo masculino se muestra otro rango de edad diferentes para cada sexo, al dar clic en el botón ***Femenino*** se muestra un formulario para la entrada de los datos de cada atleta, en el mismo se recogen los siguiientes datos:

4. Formulario para la entrada de los datos para el método aplicado en el sexo femenino.

En este apartado se comienza entrando los datos de los atletas comenzando por Nombre y apellidos de los atletas, Dia de nacimiento.Mes de nacimiento, Año de nacimiento, Mes de medición y Año de medición

Estos datos de la fecha de naciiento y de la medición nos permiten el calculo de la edad decimal del atleta al momento de la aplcación de la prueba.

Seguidamente se entran los resultados de las mediciones de los 6 pliegues cutáneos que se utilizan en el método para la determinación de la composición corporal (CC).

Tambien se entra el deporte que práctica, su posición para los deportes colectivos o la división para los deportes de combate.

Presenta 5 botones que permiten la navegación del usuario por las particularidades del sexo que se evalua, el botón ***limìar*** permite borrar los datos del formulario si existe alguna equivocación , con el botón ***Grabar*** posibilita guardar los datos en una

base de datos, para ello siempre tiene que llenarse todas las casillas del formulario. Si no se ha completado el llenado de las casillas y se oprime el notón Grabar el software muestra la sigiente ventana de aviso para que se resuleva el error.

5. Formulario der aviso para la corrección de el llenado de los datos para el método aplicado en el sexo femenino.

Al mostrase el error por el no llenado completo del formulario, accionando el botón ***Aceptar*** se mantiene en el formulario, y dando clic en el botón ***Resultados*** se visualiza los resultados de la c composición corporal, también puede visualizar los datos entrados accionando el botón ***Bases de Datos*** se muestra la tabla con las mediciones antropometricas realizadas.

6. Tabla de los resultados de la composoción corporal del sexo femenino

En esta tabla se expresan los resultados de los indicadores que se evalúan con el método Withers, el software calcula la edad decimal de los atletas evaluados en cada instante que se realice, devuelve el resultado de los porcientos de grasa por el método de Yuhazs y Canter (YUH) y el Withers, (WIT)determina los kilogramos de grasa (Kg G), y los de masa magra o masa corporal activa (Kg MCA), el índice de(AKS) y la adiposidad representada en la sumatoria de los pliegues cutáneos (∑ 6PL), se recoge el deporte a que pertenece el atleta , la posición o división y se calcula el peso adecuado o ideal en correspondencia con la estatura el peso y el porciento de grasa, lo que posibilita al entrenador y el medico deportivo que lo atiende determinar el régimen alimentario y la carga de entrenamiento que más necesita según el resultado. Al accionar el botón continuar que se muestra en esta tabla se muestra un formulario de las opciones que permite realizar el software. Al dar clic en el botón ***Continuar*** se pasa al menú de las opciones a realizar con los resultados.

7. Menú de las opciones que el usuario puede realizar con los resultados en el sexo femenino en la composición corporal (CC)

P ara Guardar estos resultados solo con dar un clic encima del botón ***Guardar,*** se muestra una ventana con un cuadro de texto que permite entrar un nombre al fichero que se va a guardar.

8. Formulario para que el usuario nombre el fichero a guardar del resultados en el sexo femenino en la composición corporal (CC)

En el caso que el usuario omita nombrar el fichero el software le muestra otro formulario de recordatorio que necesita para completar la acción de guardado poner un nombre al fichero.

9. Formulario recordatorio de nombrar el fichero a guardar del resultados del composición corporal (CC) en el sexo femenino y subsanar el error

Para salir de esta ventana informativa y regresar de nuevo a la acción de guardar de un clic en el botón ***aceptar***. Si decide no guardar el resultado de clic en el Botón

Cancelar y se devuelve al menú de las opciones de esta sesión ver formulario

esde el mismo pude realizar la impresión del resultado de la evaluación de la composición corporal, dando un clic en el botón ***Imprimir*** debiendo tener instalada una impresora a la PC , o puede salir del menú de las opciones dando un clic encima del botón ***Cerrar*** del menú y la navegación pasa al menú de las opciones para decidir el sexo a

evaluación.

Para evaluar el sexo masculino desde el Sub menú para elegir el sexo, para entrar los datos de la mediciones de los 6 pliegues cutáneos para determinar la composición corporal

10. **Sub menú para elegir el sexo para entrar los datos de la mediciones en el sexo femenino, masculino y los autores**

En este sub menú el usuario puede navegar para la determinación de la composición corporar para el sexo femenino y el masculino, donde se muestra el ramgo de edades que permite el metodo para ese sexo, de igual manera si se decide el sexo masculino se muestra otro rango de edad diferentes para cada sexo, al dar clic en el botón ***Maculino*** se muestra un formulario para la entrada de los datos de cada atleta, en el mismo se recogen los siguiientes datos:

11. Formulario para la entrada de los datos para el método aplicado en el sexo femenino.

- Nombre y apellidos de los atletas.
- Dia de nacimiento
- Mes de nacimiento
- Año de nacimiento
- Mes de medición
- Año de medición

Estos datos de la fecha de naciiento y de la medición nos permiten el calculo de la edad decimal del atleta al momento de la aplcación de la prueba.

Seguidamente se entran los resultados de las mediciones de los 6 pliegues cutáneos que se utilizan en el método para la determinación de la composición corporal (CC).

Tambien se entra el deporte que práctica, su posición para los deportes colectivos o la división para los deportes de combate.

Presenta 5 botones que permiten la navegación del usuario por las particularidades de l sexo que se evalua, el botón ***limìar*** permite borrar los datos del formulario si existe alguna equivocación , con el botón ***Grabar*** posibilita guardar los datos en una base de datos, para ello siempre tiene que llearse todas las casillas del formulario. Si no se ha completado el llenado de las casillas y se oprime el notón Grabar el software muestra la sigiente ventana de aviso para que se resuleva el error.

12. Formulario de aviso para la corrección de el llenado de los datos para el método aplicado en el sexo masculino.

Al mostrase el error por el no llenado completo del formulario, accionando el botón ***Aceptar*** se mantiene en el formulario, y dando clic en el botón ***Resultados*** se visualiza los resultados de la c composición corporal, también puede visualizar los datos entrados accionando el botón ***Bases de Datos*** se muestra la tabla con las mediciones antropometricas realizadas.

13. Tabla de los resultados de la composoción corporal del sexo masculino

En esta tabla se expresan los resultados de los indicadores que se evalúan con el método Withers, el software calcula la edad decimal de los atletas evaluados en cada instante que se realice, devuelve el resultado de los porcientos de grasa por el método de Yuhazs y Canter (YUH) y el Withers, (WIT)determina los kilogramos de grasa (Kg G), y los de masa magra o masa corporal activa (Kg MCA), el índice de(AKS) y la adiposidad representada en la sumatoria de los pliegues cutáneos (∑ 6PL), se recoge el deporte a que pertenece el atleta , la posición o división y se calcula el peso adecuado o ideal en correspondencia con la estatura el peso y el porciento de grasa, lo que posibilita al entrenador y el medico deportivo que lo atiende determinar el régimen alimentario y la carga de entrenamiento que más necesita según el resultado. Al accionar el botón continuar que se muestra en esta tabla se muestra un formulario de las opciones que permite realizar el software.

14. Menú de las opciones que el usuario puede realizar con los resultados en el sexo masculino en la composición corporal (CC)

Para Guardar estos resultados solo con dar un clic encima del botón ***Guardar,*** se muestra una ventana con un cuadro de texto que permite entrar un nombre al fichero que se va a guardar.

15. Formulario para que el usuario nombre el fichero a guardar del resultados en el sexo masculino en la composición corporal (CC)

En el caso que el usuario omita nombrar el fichero el software le muestra otro formulario de recordatorio que necesita para completar la acción de guardado poner un nombre al fichero.

16. Formulario recordatorio de nombrar el fichero a guardar del resultados del composición corporal (CC) en el sexo masculino y subsanar el error

Para salir de esta ventana informativa y regresar de nuevo a la acción de guardar de un clic en el botón ***aceptar***. Si decide no guardar el resultado de clic en el Botón ***Cancelar*** y se devuelve al menú de las opciones de esta sesión ver (formulario 9.)

Desde el mismo pude realizar la impresión del resultado de la evaluación de la composición corporal, dando un clic en el botón ***Imprimir*** debiendo tener instalada una impresora a la PC , o puede salir del menú de las opciones dando un clic encima del botón ***Cerrar*** del menú y la navegación pasa al menú de las opciones para decidir el sexo a evaluación.

Para evaluar el sexo masculino desde el Sub menú para elegir el sexo para entrar los datos de la mediciones de los 6 pliegues cutáneos para determinar la composición corporal.

17. Sub menú para elegir el sexo para entrar los datos de la mediciones en el sexo femenino, masculino y los autores

Estando de nuevo en el sub menú para elegir el sexo para entrar los datos de la mediciones en el sexo femenino, masculino y los autores al elegir autores se pasa a la ventana para elegir autores o colaboradores

18. Ventana para seleccionar los datos de los autores o colaboradores del software

Al elegir mostrar los datos de los autores se mostrara una nueva ventana donde se muestran los datos principales de los autores o de los colaboradores para ello de clic en los botones

Autores o colaboradores, dando un clic en autores se muestra la ventana.

19. Ventana con los datos fundamentales de los autores principales del software

En misma se muestran los nombres de los autores principales, con su categoría docente y científica, su especialidad y las principales responsabilidades que posee en la universidad, así como las direcciones electrónicas para la comunicación.

Desde esta misma ventana usted puede acceder a constatar con los datos de los colaboradores del software solo con dar un clic en el botón ***Colaboradores*** se muestra la ventana que los representa.

20. Ventana con los datos fundamentales de los colaboradores del software.

En este formulario se muestran los datos generales de los colaboradores de la elaboración del software, representados por los integrantes del proyecto de la cátedra del voleibol Espirituano y el colectivo de médicos y los técnicos del departamento de cine antropometría del CPROMED de Sancti Spíritus. Para salir de este formulario de clic en botón ***Cerrar*** y pasa al menú de decidir el sexo a evaluar.

Conclusiones.

1. Quedo elaborado el software para calcular la composición corporal aplicando el método Withers y Yu Hansz.
2. El software evalúa en apartados diferentes el sexo masculino Y el femenino.
3. Se encuentra ejecutándose en los deportes escolares y juveniles de la provincia con resultados excelente en la determinación de la masa corporal activa según rangos para el deporte.

El Software presenta el No 0896-03-2017. Del Registro Facultativo de Obras Protegidas y de Actos y Contratos Referidos al Derecho de Autor, en el Centro Nacional de Derecho de Autor (CENDA) Habana Cuba.

- El Software se encuentra en fase de validación con los atletas de la EIDE provincia en 8 deportes.
- El Software forma parte de los resultados del proyecto “Perfeccionamiento de la Actividad Física y el Deporte para el desarrollo humano yayabero” perteneciente al Departamento Didáctica del Deporte.
- Se presentó en el ciclo de los Fórum de la Facultad de Cultura Física Sancti Spíritus para el año 2017.

- Se envió para su participación en un evento científico internacional EPES 2017 en la Universidad de las Fuerzas Armadas de Ecuador para su visibilidad internacional

Bibliografías

Franco, B.: Fisiología del Atletismo. Archivos de Medicina del Deporte. Rev. FEMEDE. 1998; XV (68): 41-47.

Portal J, González J, Galiano, D Tejedo A. Valoración de la composición corporal. Análisis crítico y metodológico. Car. New.1995; 7-8:10-25.

Durruthy Moracen, J. Control médico del entrenamiento de la selección femenina de Atletismo de Cuba en dos macrociclos de Entrenamiento. Trabajo para optar por el título de Especialista de 1er Grado en Medicina Deportiva, 2000. Facultad "Enrique Cabrera". Instituto de Medicina del Deporte. Ciudad de la Habana.

Sánchez Ramírez, G. Folleto de Cine antropometría. Recopilación temática del programa docente de la especialidad de Medicina del Deporte. Laboratorio de Desarrollo Físico. Instituto de Medicina del Deporte, La Habana, 1987.

Mendoza Figueira, C. Control médico del entrenamiento en deportistas de baloncesto femenino de Cuba en el macrociclo 98-99. Trabajo para optar por el título académico de Máster en Control Médico del Entrenamiento Deportivo, 1999. Facultad "Enrique Cabrera". Instituto de Medicina del Deporte. Ciudad de la Habana.

Vidal González, Aida. Potencia aerobia y anaerobia en deportistas de la preselección nacional femenina de Atletismo. Trabajo para optar por el título académico de Máster en Control Médico del Entrenamiento Deportivo, 2005. Facultad "Enrique Cabrera". Instituto de Medicina del Deporte. Ciudad de la Habana.

Mc Ardle, W.; Match, F.I.; Match, V. L. Fisiología del ejercicio. Madrid: Alianza S.A.; 1990.

García, F.: El defensa cubano de Polo Acuático y su estructura morfológica con respecto a la tendencia internacional. Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física. No.2 (1): 1-10. 1991.

Carter JEL, Yuhasz MS. Skinfold and Body Composition of Olympic

Pacheco del Cerro JL. Valoración antropométrica de la masa grasa en atletas elites. En: Métodos de estudio de la composición corporal en deportistas. ED. Ministerio de educación y cultura, Madrid IDC 1996;

Porta J, González J, Galiano D, Tejeda A. Valoración de la composición corporal. Análisis crítico y metodológico. Car. New.1995.

Quiroz Bastida, O. L. Características antropométricas de las gimnastas participantes en el 5to Campeonato Panamericano, julio 1997, Medellín- Colombia.

Título: The Effects of 6 Week Intermittent Hypoxia Exposure on Maximal Oxygen Consumption and Isokinetic Knee Fatigue Index

Autores: Izzet Kirkaya*, izzet.kirkaya@btu.edu.tr. Máster en Ciencias

Celil Kaçoglu**

Elvin Onarici Güngör

Gülsün Güven

Ilker Yilmaz

Forma de Presentación: Ponencia

***Bursa Technical University, Bursa, Turkey

**Anadolu University Faculty of Sport Sciences, Eskisehir, Turkey

País: Turquía

Resumen:

The aim of this study is to determine maxVo2 and isokinetic knee extensor-flexor fatigue indexes of the participants who exposed to 6 weeks intermittent normobaric hypoxia and compare it to control group. 17 male participants [(hypoxia group n=10; age=21,2±1,4years, body weight=73,28±6,5kg), (control group n=7; age=22,4±2,8years, body weight=69,37±8,86kg)], attended in this study. During the intermittent normobaric hypoxia, participants spent their time in the room simulated at the level of 3000m oxygen three days a week. Every training bouts lasted 60 minutes. MaxVo2 was determined with progressive cycle protocol. Isikinetic fatigue index calculated with the formula “Fatigue Index = 100-[(work last 3 repetitions/work first 3 repetitions) x100]” In evaluation of the diffrence between hypoxia and control group, mixed ANOVA was used and confidence level of the measurements was established as %95 and p valued as p<0,01-0,05. Before and after 6 weeks tests were repeated. Right and left knee extensor-flexor isokinetic fatigue index did not Show any statisticaly significant changes (p>0,05). Control group’s preliminary maxVo2 35,93±2,04mmol/lt post test maxVo2 35,45±1,43mmol/lt these values for hypoxia group as pre test=37,48±1,17mmol/lt; post test=39,01±1,16mmol/lt (p>0,05). Even if a little increase was observed in

hypoxia group, this increase is not statistically significant. Katayama et al (2003), observed a similar increase in maxVo2 at 4500m intermittent simulated hypoxia. Ivamoto et al (2014) steted that decreasing arterial oxygen does not not affect isokinetic muscle force. To work out submaximal at simulated altitude or altering the height might change maxVo2 and isokinetic knee fatigue index ratio.

Key Words: hypoxia, maxVo2, fatigue index

Título: Alternativa didáctica para la preparación de los profesores de beisbol. Software educativo técnico-metodológico

Autor. Lic. Serafín Jorge Fernández González. Licenciado en Cultura Física. Jefe departamento servicios técnicos docentes. Email: jsfernandez@re.vc.rimed.cu

Coautor: Ing. Jorge Luís Fernández Navarro

Institución: Dirección Municipal de Educación. Remedios

País: Cuba

Resumen

Nuestro trabajo nos a favorecido con una preparación actualizada de viejos y nuevos conocimientos en las diferentes direcciones del trabajo docente-metodológico y científico metodológico las cuales sintetizan las vías y medios con los cuales hemos dado cumplimiento a la planificación del programa de enseñanza y sus clases los excelentes resultados alcanzados durante cuatro años con un grupo de 30 niños, donde se ha comprobado un nivel de conocimientos técnico táctico muy superior al de alumnos de otros grupos del municipio, de otros municipios y de otras provincias,(así como alumnos nuestros en años anteriores) los resultados en competencia y una selección de talentos nunca antes alcanzadas por un grupo clase lo demuestran. Se debe destacar el trabajo político ideológico la formación de valores con la disciplina y los resultados docentes alcanzados por los alumnos del grupo en sus centros. Lo consideramos como un excelente material de consulta contiene todos los componentes necesarios para facilitar la auto preparación del profesor con bibliografías, fotos, videos, figuras, que facilitan la asimilación de las técnicas, tácticas y demás situaciones de una forma atractiva, actualizada y novedosa a su vez incrementa el nivel profesional del docente, puede ser adaptado a otros deportes, asignaturas docentes e idiomas

Palabras clave: didáctica, preparación, planificación, científico metodológico técnico táctica,

Introducción

En la medida en que un educador esté mejor preparado, en la medida que demuestre su saber, su dominio de la materia, la solidez de sus conocimientos así será respetado por sus alumnos.

En los últimos años se ha evidenciado en nuestro país un gran descenso en la calidad del Béisbol o pelota como llamamos los cubanos a este deporte, arraigado en la psicología de nuestro pueblo, parte de nuestra cultura y considerado el deporte nacional. Muchas son las causas que atribuyen a este descenso entre ellas. La falta de implementos, el éxodo de atletas, los sistemas de competencias, la cantidad de equipos, el trabajo en la base etc., si analizamos estas causas podemos afirmar que se cuenta con más recursos que en los años del periodo especial, que el éxodo de atleta también ocurre en otros países, que el sistema de competencias y la cantidad de equipos pueden afectar la calidad del espectáculo, pero nunca la calidad individual de los atletas, ¿qué ocurre con el trabajo en la base? Por más 30 años trabajé en la enseñanza del Béisbol en la educación primaria, a pesar de haber obtenido muy buenos resultados en la formación y promoción de atletas, a centros de alto rendimiento, equipos provinciales y nacionales así como en diferentes niveles de competencia siempre he pensado que el trabajo pudo ser mejor, Enseñar es una profesión bella, pero el ejercitarla conlleva al sacrificio de una constante preparación y superación, desde su surgimiento se consideró ciencia, el arte de enseñar, por la tanto no podemos igualar lo didáctico, lo pedagógico a lo tradicional. En las condiciones actuales de desarrollo científico-técnico se acumula una gran cantidad de conocimientos científicos y resultados tecnológicos. El movimiento deportivo internacional muestra un desarrollo vertiginoso. Esto nos obliga a una constante superación de los profesores en la base para solucionar la contradicción que existe entre el desarrollo científico –técnico en la enseñanza deportiva y la tendencia a la estabilidad recordemos que el desarrollo del rendimiento deportivo está unido a la reducción de la edad apta , lo que obliga a un temprano comienzo para disponer de suficiente tiempo para la adquisición de numerosas cualidades atléticas y acciones técnico- tácticas en las edades tempranas .Por lo expresado

anteriormente podemos afirmar que la educación primaria constituye la escuela básica fundamental en la enseñanza deportiva, enfrenta retos educativos cada vez de mayor alcance en cuanto al desarrollo a lograr en alumnos y los procesos que en ella tienen lugar´,Su finalidad es proporcionar a todos los alumnos una formación común que haga posible el desarrollo de las capacidades individuales motrices, de equilibrio personal; de relación y de actuación social con la adquisición de los elementos básicos culturales. Si observamos la preparación de un profesor docente para una clase de matemática, historia, etc. podemos ver que cuentan con la introducción de las tecnologías de la información lo que les permiten trasmitir y adquirir viejos y nuevos conocimientos, el tema de la informática lo que brinda un sentido muy moderno que actualiza y facilita su preparación, esto no ocurre en la educación primaria de la enseñanza deportiva, en nuestro caso el Béisbol donde los profesores no cuentan con los suficientes medios que les actualice y facilite su preparación a la hora de planificar y desarrollar la clase como célula fundamental del proceso de enseñanza ,.esto ha dado lugar a observar un sin número de regularidades en la planificación y ejecución en las clases de béisbol, lo que hace que los alumnos transiten a otras enseñanzas o categorías sin haber adquirido los conocimientos necesario de algunas habilidades técnicas, tácticas psíquicas ejemplos como la técnicas del toque de bola, el robo dé base ,los desplazamientos tácticos, el pensamiento operativo, la concentración etc., se pueden observar en nuestros jugadores de las series nacionales Por ello no solo la tendencia a la estabilidad sino un gran descenso en la calidad de nuestro deporte nacional. Dentro la didáctica especial o específica se ubica a la Didáctica tecnológica. Con la incorporación de distintas tecnologías en educación, es necesario pensar en estrategias de enseñanza y formas de uso adecuado que posibiliten mejores vínculos con el conocimiento. A partir de la década del 90 y con el aporte de diferentes teorías (lingüísticas, culturales y cognitivas) el acercamiento de la tecnología educativa y la didáctica fue mayor. Por ello el campo de la didáctica tecnológica se conformó como un cuerpo de conocimientos referidos a las nuevas prácticas de enseñanza. Pero este cuerpo teórico necesitó y necesita constantemente incorporar trabajos

empíricos y analizados a la luz de los debates teóricos y prácticas referidas a la tarea de enseñanza

Nuestro trabajo lo consideramos como un material de gran ayuda para la preparación de los profesores en la enseñanza primaria de este deporte .El mismo cuenta con la fuerza de la imagen audiovisual, de todos los elementos técnico tácticos sus indicaciones metodológicas, la estructura de los componentes del proceso de enseñanza aprendizaje, la dosificación por edades de todos los temas con un sentido moderno y de actualidad el mismo puede ser modificado a los diferentes deportes y asignaturas docentes, así como traducido a otros idiomas

Esperamos que este trabajo cumpla el objetivo de facilitar a los profesores en su preparación para una mejor enseñanza del deporte en la educación primaria, elevar su nivel profesional y que el mismo pueda llegar a todos ellos.

Desarrollo

Es preocupación para todos los cubanos el descenso en la calidad de nuestro deporte nacional, a nuestro criterio una de sus principales causa lo es una deficiente preparación de nuestros profesores en la base. En consulta con gran número de ellos concuerdan que la falta de bibliografías, medios o herramientas, que faciliten su preparación para la planificación y ejecución de la clase (célula fundamental del proceso de docente educativo)

Esta ausencia de medios para su preparación ha provocado que:

-- La selección de las actividades que realiza el profesor para dirigir el proceso de enseñanza-aprendizaje durante la clase no siempre presenta el nivel de complejidad y exigencia que se requiere de acuerdo al grado y características de los alumnos,

-- La no adecuada selección de los métodos de trabajo en correspondencia con el contenido,

-- No correspondencia entre objetivos, métodos y tipología de la clase.

-- Poco interés de los alumnos por la actividad por la poca motivación del profesor

-- Dificultades en el dominio de los contenidos a impartir principalmente en los elementos técnicos-tácticos

-- Muy poca o ninguna utilización de los medios de enseñanza, indispensables en la enseñanza deportiva (nula en los medios audiovisuales)

--No siempre se logra desde el contenido de enseñanza abordar la formación en valores y el trabajo político ideológico

Por lo tanto observamos como realidad o problema especifico la autopreparación del profesor deportivo en la base a la hora de planificar y desarrollar la clase

En la concepción de la enseñanza deportiva es necesario detallar algunas cuestiones de interés relacionadas con la labor metodológica del profesor,

No se puede olvidar que.

-- Es un proceso pedagógico complejo,

-- Contiene aspectos muy variados con formas específicas de organización.

-- Se busca las adquisiciones de múltiples y variados conocimientos especiales de habilidad motora, desarrollar las capacidades condicionales del rendimiento del organismo para una mejor asimilación de los elementos técnico-tácticos

- Debe tener siempre presente la forma de comportamiento ante la sociedad

Por lo tanto si importante es conocer lo anterior decisivo será tener presente que el desarrollo de las ciencias pedagógicas exige que el trabajo científico-metodológico del profesor se inserte de forma orgánica con su trabajo docente-metodológico desde su autopreparación, la preparación de su deporte, hasta el control de la actividad docente por lo que se hace indispensable costar con medios que le permitan una autopreparación actualizada de viejos y nuevos conocimientos en las diferentes direcciones del trabajo docente-metodológico y científico-metodológico.

Por el amor a muestra profesión a los niños a nuestro deporte nacional y las interrelaciones con los profesores de este y otros deportes utilizamos como método de investigación pedagógica investigación-acción ya que solo no queríamos conocer la realidad o problema sino cooperar en la solución o transformación del mismo.

Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, elaboramos un medio titulado **la Enseñanza del Beisbol** alternativas didácticas para la autopreparación del profesor de beisbol principlmente el l**a** b**a**se, es un material de gran ayuda para la autopreparación de los profesores en la enseñanza primaria de este deporte, el mismo cuenta con la fuerza de la imagen audiovisual, de todos los elementos técnico tácticos sus indicaciones metodológicas, la estructura de los componentes del proceso de enseñanza aprendizaje, la metodología de la enseñanza , la dosificación por edades de todos los temas con un sentido moderno y de actualidad sugiriendo diferentes herramientas de trabajo para desarrollar un pensamiento creativo y corporativo ,teniendo en cuenta que según la preparación que posea el profesor así será la calidad de sus clases y la preparación de sus alumnos, la puesta en práctica de este medio con un grupo de 30 alumnos por cuatro cursos ha demostrado excelentes resultados en los niveles de conocimientos y desarrollo de habilidades fundamentalmente, habilidades técnico-coordinativas, capacidades tácticas-cognoscitivas y psíquicas por ello la importancia de una buena preparación de los profesores en la base y de los medios que le faciliten la misma ,recordemos que ante todo la enseñanza atañe al sentido auditivo y la finalidad de la educación, el carácter y la jerarquía de los temas se relacionan con la pregunta ¿qué enseñar? La estructura y la secuencia de los contenidos son abordados al resolver el interrogante sobre ¿cuándo enseñar?, al tiempo que el problema metodológico vinculado con la relación y el papel del profesor, el alumno y el saber, nos conduce a la pregunta ¿cómo enseñar?. El carácter y la finalidad de los medios, las ayudas y los recursos didácticos, provienen de resolver la interrogante ¿con qué enseñar? .Nuestra finalidad es proporcionar a todos los profesores en la enseñanza deportiva la adquisición de un recurso didáctico que favorezca su preparación, su formación y por ende su desarrollo profesional y a la vez de respuesta a las interrogantes anteriores, entonces .podemos afirmar que las posibilidades que aporta el software educativo Alternativas didácticas para la preparación de los profesores deportivos en la educación primaria incide en la calidad de las clases ya que los

profesores pueden participar en la búsqueda de conocimientos, de una forma motivada por la atracción propia de la computación.

El software esta compuesto de varias carpetas con temas específicos para le enseñanza deportiva a continuación ejemplo de los principales contenidos y modo de utilizacion.del software

Carpeta no 1 Componentes del proceso docente educativo

Material de orientación y consulta para la planificación de clases de Béisbol, Conocimientos y habilidades que debe poseer el profesor para realizar una adecuada preparación de la clase, Documentos a tener en cuenta por el profesor previo a la preparación de la clase Partes de la clase y sus características fundamentales, Objetivos del proceso de enseñanza – aprendizaje

Los objetivos en la enseñaza deportiva, Determinación de los objetivos de la clase, Formas básicas de organización y procedimientos organizativos más empleados en las clases deportivas Medios Métodos del proceso enseñanza – aprendizaje,

Otros aspectos a tener en cuenta

Concepto de método de enseñanza, Aspectos a tener presentes en el método. Clasificación de métodos Caracterizaciones individuales y de grupo Trabajo diferenciado

Carpeta no 2 Fundamentos generales defensivos

Manejo de la bola El agarre de la bola, el Tiro, Manejo del guante Formas de recibir los tiros, El fildeo de la bola Colocación Fideo de flys, de líneas de rolling, Indicaciones metodologiítas, metodología de la enseñanza Errores comunes, ejercicios para erradicarlos

Carpeta no 3 Fundamentos generales ofensivos

El bateo, Selección del bate Agarre del bate Posición para batear (colocación El swing, el paso, la terminación del movimiento, El toque de bola. Posición para el toque sacrificio sorpresa Squeez play De frente, con giro, por 1ra, por 3ra a la derecha a la zurdaToque con robo Amago de toque y bateo, El corrido de las bases Pisa y corre Adelantar y regresar Salir al robo Doble robo, Robo demorado Sorprendido entre bases El deslizamiento En forma

Indicaciones metodologiítas, metodología de la enseñanza Errores comunes, ejercicios para erradicarlos

Carpeta no 4 Receptores- Lanzadores

Receptores Forma de colocarse los implementos Posición detrás de home Colocación detrás del bateador Mecánica para recibir los lanzamientos Mecánica para tira a las bases Bloqueo de wild Bola franca Out forzado

Lanzadores Calentamiento del brazo posiciones El pívot, Método para cubrir las bases Lanzamientos básicos Fildeo de rolling, y tiro Virada a las bases Fideo de toques El control Base intencional

Carpeta no 5 Jardineros- Jugadores de cuadro

Jardineros Posición El fildeo de los rolling y los tiros a las bases El fideo de los fly, los tiros a las bases El uso de la vos El fildeo de líneas

Jugadores de cuadro Posición El fildeo de rolling y los tiros Forma de cubrir la base Desplazamientos para recibir los tiros Out forzado Inicio del doble play Terminación del doble play Cuadro por dentro Corredor sorprendido entre bases El fildeo de fly el uso de la voz El fildeo de los toques de bola y tiro Errores comunes, ejercicios para erradicarlos

Carpeta no 6 Tácticas defensivas

Flys y rolling al cuadro Sin corredores en base Corredor en 1ra Corredores en 1ra y 2da Corredores en 2da y 3ra,

Hit, doble, triple Sin corredores en base Rolling o fly a los jardines Sin corredores en base

Hit a los jardines Corredor en 2da o 1ra y 2da o bases llenas, Doble posible triple Corredor en 1ra o 1ra y 2da o bases llenas, Wild pitch o pass ball Con corredor en 3ra o 1ra y 3ra

Carpeta no 7 Preparación psicológica

Fundamentos, tareas, características, (enseñanza, entrenamiento, competencias, etc)

Desarrollo de la atención., Autorregulación adecuada Desarrollo de cualidades, Pensamiento operativo volitivo, Elevación del colectivismo, Modelo de output posible de la versión ipsativa

Carpeta no 8 Capacidades físicas

Rapidez velocidad de reacción Ejercicios para el desarrollo de la velocidad.

Fuerza Ejercicios para el desarrollo de la fuerza. Ejercicios con el peso del propio cuerpo (resistencia muscular) Ejercicios en parejas, Resistencia Ejercicios de resistencia., Ejercicios de flexibilidad

Carpeta no 9 Preparación teórica

Reglas oficiales del Béisbol, Historia del Béisbol Sus orígenes, orígenes en Cuba resultados después del triunfo de la revolución,

Carpeta no 10 Preparación político ideológico

Trabajo de formación de valores (plan de acción) Efemérides

Carpeta no11 Direccion de equipos

Considerciones previas

Carpeta no12 Juegos

Juegos pre- deportivos. Juegos con exigencias. Juego a 9 out. Juegos con tareas. Juego oficial

Conclusiones

El uso de la tecnología, el recursos informático con que hoy contamos, nos ha favorecido con una preparación actualizada de viejos y nuevos conocimientos en las diferentes direcciones del trabajo docente-metodológico y científico metodológico las cuales sintetizan las vías y medios con los cuales hemos logrado impartir clases con mayor calidad, y que estas resulten más atractivas e interesantes para los educandos esto ha incidido notablemente en los resultados obtenidos por nuestros alumnos en los últimos dos cursos y el desarrollo alcanzado en nuestro nivel profesional. De esta forma hemos podido ofrecer una enseñanza deportiva más acorde con los tiempos que vivimos.

Esperamos que este trabajo cumpla el objetivo de facilitar a los profesores en su preparación y formación permanente, que posibilite una actuación pedagógica sistemática, actualizada en la enseñanza del Béisbol en la educación primaria y de esta forma aportar al cumplimiento de nuestro rol como protagonistas y responsables de la enseñanza, como agente de cambio que participa desde sus

saberes, en el enriquecimiento de los conocimientos y valores mas preciados de la cultura y la sociedad .Asumimos la dirección creadora del proceso de enseñanza-aprendizaje ,planificando y organizando la situación del aprendizaje, orientando a los alumnos y evaluando el proceso y su resultado .

Basando nuestra autoridad como profesional en el conocimiento de nuestra disciplina, en la metodología de la enseñanza y en el dominio de una concepción humanista-dialéctica del aprendizaje del crecimiento humano y del proceso grupal

El Software educativo La Enseñanza del Beisbol, para la preparación de los profesores deportivos en la educación primaria, actualmente es de interés a las direcciones municipal y provincial de nuestro deporte ya que se ha podido constatar como resultado transformaciones positivas en los docentes para dirigir el proceso de enseñanza aprendizaje.

No se quiso proteger con contraseñas que limitaran su modificación o actualización, para que aquellos docentes que lo deseen, puedan hacerlo libremente y de esta forma tener un producto mejor terminado y de mayor calidad esperamos y deseamos que el mismo pueda llegar a todos los profesores deportivos de nuestro país.

Bibliografías

Ealo de la Herrán Juanés. **Béisbol** Ed. Pueblo Nuevo. La Habana1984.

Colectivo de Autores. **Guía Metodológica Planes de Entrenamientos A.D.E**. Empresa Medios de Propaganda deportiva INDER.1975

Colectivo de Autores.

Colectivo de Autores Orientaciones Metodológicas. Ed. Pueblo Nuevo .Empresa Grafica.”J. Marinello”2 006

Colectivo de Autores .**Programas para la enseñanza Primaria**. Ed. Pueblo y Educación.2006

Colectivo de autores. **Manual de Béisbol** EPEF 1975.

Arnold Gesell Franes L Louisi Bates Ames y Glenna E Bullps

Fátima Advine Fernández y coautoras, **Didáctica teoría y practica** Editorial Pueblo y Educación, 2004, segunda edición, 2007

El niño de 5 a 10 años Departamento de psicología Universidad de Buenos Aires. Instituto del libro 1969.

Fuente: Litwin Edith; Tecnologías educativas en tiempos de Internet; 1995; Amorrortu Editores

Postgrados. Futsal La Habana, Metodologia de la educacion fisica Villa Clara Psicologia.Editorial fisikultura y sport Moscu 1974, impreso Editorial PUEBLO Y EDUCACION

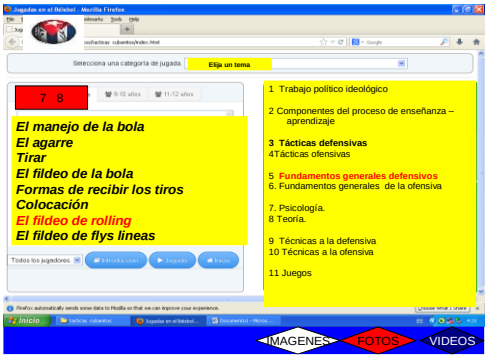
Carpeta no 1

Contiene 110 jugadas, distribuidas en las diferentes categorías, 30 en las edades de 6 y 7 años grados 1ro y 2do, 30 en las edades de 8 y 9 años grados 3ro y 4to40 en las edades de 11-12 5to y 6to grados y 10 generales

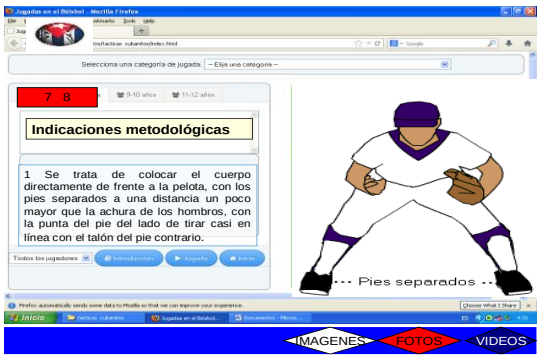
Carpeta no 2 Fundamentos generales defensivos

Presionar seleccionar categoría sale todas las jugadas de esa Categoría, presione la jugada deseada (figura no 1) sale la jugada y sus indicaciones metodológicas, presione el botón imágenes fotos o videos saldrán las imágenes fotos o videos de acuerdo a las indicaciones metodologiítas que van apareciendo, imágenes 2, 3, 4, 5

(Figura no 1)

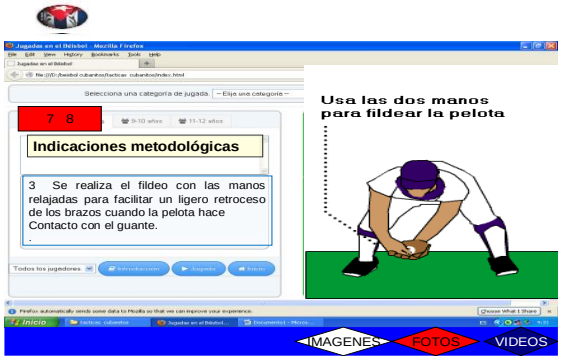


(Figura no 2)



(Figura no 3)

(Figura no 4)



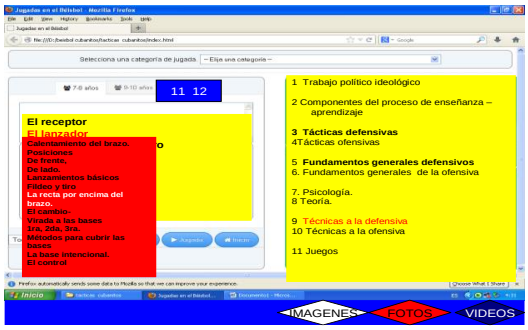
(Figura no 5)

Contiene las técnicas, de cada posición sus indicaciones metodologiítas imágenes, fotos o videos de acuerdo a la técnica selecciona

Carpeta no 4 técnicas

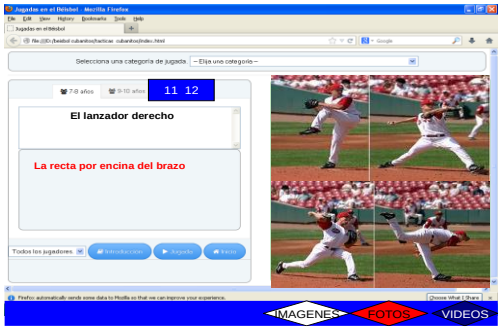
Presionar seleccionar categoría salen todas las posiciones, seleccione la posición deseada y saldrán todos los elementos técnicos de esa categoría y de esa posición presione el elemento técnico deseado (figura no 1) sale la jugada y sus indicaciones metodológicas, presione el botón imagen, foto o video saldrán las imágenes fotos o videos de acuerdo a las indicaciones metodologiítas que van apareciendo, imágenes 2, 3

(Figura no 1)



(Figura no 2)

(Figura no 3)



Ficha del ponente

Título: Análisis del comportamiento de la efectividad de la ofensiva de los bateadores cubanos en el IV Clásico Mundial en los diferentes conteos.

Autor: M.Sc. Reinaldo G. Batista Fernández. Profesor Auxiliar FCM 10 de octubre
País: Cuba

Resumen:

El béisbol en nuestro país constituye el espectáculo de mayor afición a lo largo y ancho de toda la isla, por tal motivo se hace cada día necesario trabajar por la calidad deportiva de nuestros jugadores desde la base, principalmente en nuestras series nacionales y sobre todo en el ámbito internacional con el objetivo de poder elevar la calidad de nuestro beisbol aspecto este que ha venido teniendo serias dificultades en los últimos años como ha quedado demostrado en los resultados obtenidos internacionalmente sobre todo en categorías mayores.

El presente trabajo analiza una temática que si bien no ha sido el de mayor dificultad en los eventos internacionales tampoco se ha comportado a la altura y a los niveles de exigencias que presentan los principales eventos en el calendario internacional del Beisbol. La Ofensiva de los últimos equipos Cuba se ha visto limitada y con muy pocos recursos capaz de tener una respuesta positiva en el enfrenamiento ante lanzadores profesionales que poseen no solo una alta calidad desde el punto de vista técnico y físico sino que en la mayoría de los casos es su alta experiencia competitiva que marca la diferencia para con nuestros jugadores.

El estudio de la efectividad de los bateadores cubanos en los diferentes conteos en el IV Clásico Mundial de Béisbol constituye una herramienta de gran significación para el perfeccionamiento y desarrollo de la preparación del bateador cubano en los aspectos de ubicación mental y práctica, con el objetivo de trazar una buena estrategia para batear que garanticen una eficiencia ofensiva.

Título: Desarrollo motriz en la infancia prescolar identificado con el juego de Béisbol.

Autor: M.Sc. Diorge Agustìn Miranda Yero, diormiranda@inder.cu

Dr. C. Bernardo Jeffert Duarte

M.Sc. Ana Marìa Pon Nùñez

Institución: Dirección Municipal de Deportes. Ciego de Ávila

País: Cuba

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo, la creación de una metodología que oriente y conduzca el proceso de articulación de las habilidades motrices básicas y su identificación con los fundamentos del béisbol que según sus determinaciones psicofísicas puedan realizar los niños y niñas de 4 a 6 años en el contexto educacional del Educa a tu Hijo. A propósito hubo de realizarse el estudio y análisis de los principales referentes teóricos sobre el proceso educativo en la primera infancia y las modalidades de atención existentes, centrando nuestra atención en el Programa Educa a tu Hijo como nuestro campo de acción. Mediante el empleo de métodos teóricos, empíricos y matemáticos se exploró y diagnosticó el tratamiento dado a estos contenidos y fueron constatadas las principales necesidades y carencias. Se establece una relación estrecha con la familia, considerada como el centro del proceso educativo, como la primera y permanente educadora de los niños. Desde un enfoque lúdico praxiológico se articula el desarrollo motriz básico con las habilidades iniciales del béisbol, aportando propone una metodología, que contiene un manual de Juegos dirigidos a los Promotores y Ejecutores del Programa Educa a tu Hijo, para la preparación del personal docente y la familia, con las exigencias, alternativas metodológicas y requerimientos para organizar el proceso educativo, donde se explica la articulación del juego familiarizado con el béisbol en el ambiente motriz básico durante este proceso y el proceder. Se valora en todo momento el desarrollo que muestran los niños, estimulando el tránsito de un eslabón a otro.

Introducción

Cuba acomete con gran responsabilidad una Revolución Educacional que tiene como principal propósito el desarrollo integral de los niños/as y jóvenes, recogidos dentro de las prioridades del séptimo Congreso del PCC, en los lineamientos están concentrados los elementos que determinan la eficacia de estas políticas educativas para alcanzar cada día mayores resultados, cuyos logros trascienden nuestras fronteras.

Esto no es ajeno al ámbito del deporte, donde cuba ha obtenido resultados tanto en el continente como fuera de él. Cada uno de estos resultados responden a un adecuado tratamiento de la enseñanza en las edades infantiles y escolares, en la que el béisbol, como en otros deportes ha sabido dirigir su proceso de enseñanza aprendizaje con maestría para el logro de sus principales objetivos.

Sin llegar absolutos, en su gran mayoría, los atletas que hoy son Gloria del Deporte Socialista Cubano, han sentado sus bases en los principios de la enseñanza de los deportes, en la que el béisbol ostenta hermosas páginas de atletas, que desde muy temprana edad, ya mostraban sus dotes para demostrar que a través de un proceso consciente y dirigido podían alcanzar los resultados que un día soñaron.

Continúa siendo una prioridad en la sociedad cubana la práctica de la actividad física por parte del pueblo, de ahí que los programas educacionales estén sometidos a constantes transformaciones, como una de las vías que posibilitan el logro de una práctica de acuerdo con las potencialidades de cada integrante. La actividad física está siempre relacionada con acciones motoras denominadas ejercicios físicos, los cuales en su desarrollo, estimulan los procesos cognoscitivos del hombre, pues este, necesariamente, aprende y sistematiza hábitos, habilidades y desarrolla capacidades físicas.

El programa de enseñanza para las edades de 7 y 8 años contiene los principales fundamentos técnicos del béisbol que deben de tratarse para establecer un aprendizaje duradero que se manifiesta en todas las etapas de la vida deportiva del atleta. Se ha podido comprobar que identificando y motivando a los principiantes en la práctica del Béisbol a través de las clases bien planificadas, se

pueden obtener buenos resultados en este deporte de equipo, el cual desarrolla además valores de camaradería, colectivismo y honestidad dentro del grupo y para la sociedad. Trabajar con niños de esta edad con el menor grado del esfuerzo físico de forma orientada y dirigida, articulado con los elementos técnicos, reglamentos de manera especial para la categoría así como las primeras orientaciones sobre las Reglas del Béisbol ha permitido obtener como resultado una adecuada optimización del deporte nacional de forma general.

Sin embargo, a pesar de estos resultados antes expuestos, se manifiestan en la práctica pedagógica y cotidiana en niños de 4 a 6 años potencialidades psicomotrices para la familiarización con los elementos teóricos iniciales del béisbol. De acuerdo a los antes citado, se aprecia cómo no se aprovechan con eficiencia en este grupo etario, la motricidad básica y la pertinencia psicofísica para un aprendizaje desarrollador manifiesto en ellos.

Se ha podido comprobar que en el contexto institucional y familiar la enseñanza de los elementos técnicos iniciales del béisbol se identifica en su contenido con patrones de adultos, predominando una dirección conductista en función de la adquisición de los conocimientos por parte de los niños.

Otro aspecto importante a tener en cuenta es la invasión de juegos digitales presentes en nuestra sociedad actual, que limita el desarrollo psicomotriz de los niños en estas edades. Las familias han abandonado el uso de los juegos tradicionales, y han provocado que sus hijos se conviertan en altos consumidores de la tecnología más moderna, la cual rompe los esquemas del juego libre, desarrollador, ambientalista, creativo, que responda a su identidad como cubano.

Esto nos conduce a un *problema de científico*:

Como contribuir al desarrollo de las habilidades motrices básicas y su articulación con las habilidades iniciales del béisbol en la infancia preescolar?

Nuestro *objetivo* ha estado dirigido a la creación de una metodología que oriente y conduzca el proceso de articulación de las habilidades motrices básicas y su identificación con los fundamentos del béisbol que según sus determinaciones psicofísicas puedan realizar los niños y niñas de 4 a 6 años en el contexto educacional del Educa a tu Hijo.

Por estas razones, la familia y otros adultos que interactúan con el niño y la niña, en el medio en que nacen, crecen y se desarrollan, deben de ser preparados, capacitados, a partir de sus propios saberes para que ejerzan una influencia cada vez más positiva en la formación y desarrollo de ese ser de forma integral.

Aporte Teórico: Enfoque Lúdico – praxiológico de habilidades motrices básicas identificado con el juego de béisbol en el Programa Educa a tu Hijo.

Aporte práctico: Como aporte práctico se propone una metodología, que contiene un manual de Juegos dirigidos a los Promotores y Ejecutores del Programa Educa a tu Hijo, para la preparación del personal docente y la familia, con las exigencias, alternativas metodológicas y requerimientos para organizar el proceso educativo, donde se explica la articulación del juego familiarizado con el béisbol en el ambiente motriz básico durante este proceso y el proceder.

Métodos del nivel teórico.

Histórico-lógico: se utilizó para corroborar cómo ha sido el desarrollo, funcionamiento y regularidades del Programa Educa a tu hijo en su devenir histórico en Cuba, sus diferentes formas organizativas, y el uso del juego motriz como medio en este nivel educativo.

Analítico-sintético: durante el estudio de las fuentes que aportaron los fundamentos teóricos, el análisis, selección de los contenidos y objetivos básicos para la organización del proceso educativo de la dimensión motricidad en la infancia pre escolar en el contexto de la clase del programa Educa a tu Hijo , lo que permite interpretar los resultados derivados de los instrumentos en la etapa de diagnóstico, introducción, proposición y evaluación de la propuesta, así como las conclusiones parciales y generales.

Inductivo-deductivo: para la elaboración de la metodología, precisando su comportamiento de lo singular a lo particular y de este a lo general, por lo que permitió llegar a conclusiones precisas acerca de la organización del proceso educativo de la dimensión motricidad en la infancia pre escolar en el contexto de la clase del programa Educa a tu Hijo sobre la base de direcciones de transformación y sus indicadores.

Enfoque Holístico Configuracional: se utilizó para analizar el carácter holístico de la metodología que se propone en el Programa Educa a tu Hijo, teniendo en cuenta el carácter sistémico de sus categorías, las que conforman una estructura del conocimiento sobre el objeto investigado.

Modelación: para la elaboración de la metodología donde se integre la dimensión motricidad en la infancia pre escolar en el contexto de la clase del programa Educa a tu Hijo, propiciando su organización, así como la determinación de su objetivo, estructura y demás elementos que lo componen.

Hipotético deductivo: Guió la conducta investigativa, a partir de la hipótesis que funcionó como respuesta adelantada al problema científico.

Los métodos analítico – sintético e inductivo – deductivo que permitieron analizar y procesar toda la información, valorar la situación actual del problema en la muestra, así como los resultados obtenidos en la fase de aplicación del pre - experimento.

Métodos y técnicas del nivel empírico.

Análisis documental: permitió determinar la manera en que se han concebido los contenidos en los documentos oficiales (Modelo del Programa Educa a tu Hijo, Exigencias del Modelo de la Educación Preescolar y las precisiones para elaborar las clases del dimensión motricidad), lo que permitió reflexionar sobre las exigencias del currículo, el papel del promotor, del ejecutor, la familia y el desarrollo del proceso que se realiza en la comunidad.

Observación estructurada: la misma se empleó para constatar los conocimientos, habilidades y aptitudes en el proceder de los niños durante las clases, familias mediadoras, en la organización del proceso educativo de manera activa y consciente motivado por el promotor.

Encuesta: se aplicó al personal docente y familias como fuentes de información, para comprobar el estado de satisfacción que poseen acerca de la organización del proceso educativo de la dimensión motricidad en la infancia pre escolar en este contexto y sobre la propuesta después de su aplicación.

Entrevista: se utilizó en la búsqueda de información a Jefes de Enseñanza de la Educación Preescolar, para determinar las opiniones sobre la organización del

proceso educativo en esta modalidad de enseñanza del municipio Ciego de Ávila durante el desarrollo de las clases de la dimensión motricidad y familiares para constatar sus opiniones acerca de la propuesta.

Desarrollo

En nuestro país se prioriza la atención a los Niños y niñas cumpliéndose con la máxima martiana de que “Los niños son la esperanza del mundo”. Todo niño puede crecer y desarrollarse mejor si se le ayuda, si se le estimula. Una adecuada atención en la primera infancia es garantía para un favorable desarrollo futuro; el éxito del aprendizaje en la escuela y en el deporte dependerá de las experiencias en sus primeros años de vida. Antes de un niño o una niña llegar a la escuela, desde el vientre materno y desde el entorno familiar, existen factores condicionantes que inciden en su desarrollo posterior.

Con ese fin se han puesto en práctica diversos proyectos, programas culturales, deportivos, comunitarios y educativos, constituyendo uno de los más actualizados el programa “Educa a tu hijo”, término con el que se designa al trabajo con niñas (os) de 0 a 6 años que no asisten a vías institucionales, encargado de velar por los derechos de los niños y las niñas, motivar su inteligencia, orientar y fortalecer el vínculo con la familia y comunidad, conducir su desarrollo psicosocial. Este ofrece a los padres, y a la familia en general, orientaciones para la educación y desarrollo de los niños y las niñas de 0 a 6 años en el hogar, donde se le explican las características del pequeño desde el primer mes de vida hasta el final de la edad preescolar; se recomiendan las actividades necesarias para estimular su desarrollo, para que crezca sano feliz, rodeado del amor, del cariño y de la comprensión que deben prodigarle todos. Además, se brindan los indicadores que permiten a la familia conocer qué ha logrado su niño al final de cada período.

La en la infancia preescolar ocurre toda una adquisición de patrones motores básicos, con los cuales, se pueden construir nuevas opciones de movimiento y desarrollar correctamente las capacidades motrices y las habilidades básicas, esto es precisamente lo que se persigue con la intervención de los agentes educativos, aprovechar el periodo sensitivo, con particularidades que no se repiten en ninguna

otra etapa de la vida. En el desarrollo físico de las niñas y de los niños están involucrados el movimiento y la locomoción, la estabilidad y el equilibrio, la manipulación, la proyección y la recepción como capacidades motrices.

La etapa evolutiva o periodo sensitivo se tomará siempre como un punto de referencia para diseñar el proceso de enseñanza y aprendizaje; proceso que se organizará a partir del punto de partida de los niños, de sus conceptos y aprendizajes previos, procurando que vaya construyendo otros nuevos, siguiendo una secuencia de adquisición que proceda de lo global y amplio a lo específico, y primando el criterio de diversidad sobre el de especialización. El componente lúdico les brinda a los niños la oportunidad de que le tomen amor al deporte. Lo fundamental es que desarrollen destrezas que les permitan correr, atrapar, saltar, en el cual el juego motriz es enriquecido por la realidad contextual del infante.

De acuerdo con la caracterización del desarrollo de los niños y niñas cubanos en la infancia prescolar realizada por las prestigiosas investigadoras DrC. Hilda Pèrez Forest, DrC. Leyda Cruz Tomàs, DrC. Gladys Bequèr Dìaz y DrC. Xiomara Morejòn, se asume que el proceso educativo dirigido por la Pedagogìa Prescolar cubana debe de estar orientado fundamentalmente al logro de un desarrollo integral (desarrollo físico como a sus particularidades, cualidades, procesos y funciones psicológicas y a su estado nutricional y su salud); el desarrollo integral se plantea como el fin de la educación preescolar cubana dentro del sistema nacional de educación, de ahí perfeccionando la unidad entre sus subsistemas.

Lo expresado, tiene sus bases en la idea esencial y básica acerca de la concepción del proceso educativo: la relación existente entre la educación y el desarrollo. En la concepción de la pedagogía cubana, la educación adquiere el valor de promotor del desarrollo, de su conductor e impulsor. La educación debe de ir por delante y guiar el desarrollo. (Rivera Ferreiro. I. Silverio Gòmez. A .M. 2010. Pag: 13)

Los retos actuales de la educación cubana, para convertir tanto a las familias como a los agentes educativos y educadores en potenciadores del desarrollo revelan la importancia de la estimulación del desarrollo en los primeros años de vida.

Este decir, teóricamente el tema ha sido abordado por numerosos autores cubanos, dentro de los que se destacan J. López Hurtado (2001) al expresar que: ¨La infancia temprana constituye un período con amplias posibilidades, por lo que resulta de gran interés conocerlo en toda su profundidad para sobre la base de este conocimiento, científicamente fundamentado, poder organizar y estructurar las fuerzas educativas dirigidas a lograr el máximo desarrollo posible en cada niño".

Todo lo expresado fundamenta la necesidad de conocer las particularidades de tan importante momento del desarrollo infantil y de preparar, capacitar a las personas, familias y educadores de su educación.

Todas y cada una de las posiciones asumidas en torno al desarrollo de las habilidades motrices básicas, evidencia una interpretación particular, lo cual muestra que estamos ante un tema que aún no ha sido agotado y que reclama de la pedagogía para que se profundice al respecto, en virtud de contribuir al mejoramiento del subsistema de educación preescolar, por vía no institucional.

En Ciego de Ávila, hace tres años, se viene desarrollando un proyecto que vincula a los niños de 4 a 6 años con las habilidades iniciales de béisbol en el contexto institucional Educa a tu Hijo. El entusiasmo de las familias y de la población infantil de la ciudad capital se ha sido elevando progresivamente, al punto que hoy se recogen los resultados de un modo sorprendente. Actualmente se cuenta con una población de 25 niños los cuales representan la muestra de esta investigación. Este proyecto es conocido como "**Los Tigresitos Avileños**"

Realizando una valoración de los diferentes autores que tratan el béisbol y sus diferentes aspectos en el orden ofensivo, defensivo y táctico, referimos la obra de Franger Reynaldo Balbuena en su obra Del Béisbol casi todo (2016) por ser abarcadora y precisa en la manera de recoger todos los aspectos antes mencionados.

En el proceso de enseñanza del béisbol como deporte, el profesor para alcanzar las metas propuestas debe interactuar y aplicar los aportes de la teoría pedagógica relacionados con enfoques que le permitan escalonadamente y de

manera flexible, incorporar los elementos que enriquecerán el acervo beisbolero del alumno que da sus primeros pasos en este deporte.

Reynaldo Balbuena, aborda los fundamentos técnicos del béisbol desde un enfoque pedagógico, organizado por áreas y proyectado hacia el fomento de la integralidad en las situaciones de juego ofensivas y defensivas de intencionalidad táctica, lo que nos permite dividir para el análisis praxiológico motriz los elementos en dos grupos, Habilidades motrices básicas presentes en el juego de béisbol y Fundamentos técnicos del béisbol por posiciones.

Sin embargo, teniendo en consideración las potencialidades que existen en la edad preescolar, y las posibilidades de que la familia juegue un rol fundamental en el tratamiento de las habilidades motrices del niño presentes en el juego de bèisbol, Reynaldo Balbuena no reflexiona en este aspecto, cediéndole a la categoría 7 – 8 años, la autoridad primaria para la enseñanza de las habilidades de este deporte. Lo que nos convoca a determinar que no se aprovechan en la práctica pedagógica y cotidiana en niños de 4 a 6 años potencialidades psicomotrices para la familiarización con los elementos técnicos iniciales del béisbol.

En la obra antes citada, el autor declara 97 fundamentos en el orden técnico por posiciones que describen de modo integrador todas las variantes que existen para ser tenidas en cuenta en el aprendizaje del béisbol. El autor de esta investigación, teniendo en cuenta los principios y leyes que rigen la edad de 4 a 6 años y la propia experiencia con estas edades, además de los aportes hechos por especialistas de la infancia preescolar así como reflexiones de educadores en las modalidades que presenta la infancia preescolar en nuestro país y la provincia, propone identificar en los juegos propuestos para la infancia preescolar 24 de ellos, lo que representa 24% de los fundamentos expuesto por Reynaldo Balbuena (2016).

El juego, como principal mediador para alcanzar este desarrollo deseado, es la actividad fundamental del niño, en el ocurre toda una gama de movimientos, que enriquecerán todo su acervo motor, y sirven como escenario para la relación con habilidades que constituyen las bases de deportes de movimiento, en el que la

acción y el pensamiento están unidos en aras de lograr un fin determinado. Por eso la importancia del juego motriz, para alcanzar estos fines.

En estos juegos las habilidades motrices básicas tienen su rol fundamental, la rapidez del desarrollo motor depende del número de formas básicas que se estén adquiriendo. En nuestro caso, ha sido pertinente la creación de medios auxiliares, que van desde la creación de maquetas, figuras geométricas y otras manifestaciones del entorno del niño para recrear un espacio que se identifique cada vez más con el deporte nacional, y que a su vez, sientan el deseo de ejercitar el atrape, el lance, el golpeo, la carrera, los giros, la carrera con situaciones diversas que los conduce a identificar como se relacionan estos con las situaciones que se dan en el juego de béisbol.

A continuación se muestra cómo funciona un juego en la Primera etapa de Identificación:

JUEGO: "***CUIDADO QUE TE COME EL LOBO***"

Los juegos de lanzar y atrapar se realizan de forma combinada y para ellos se podrán utilizar pelotas pequeñas, medianas u objetos ligeros. Se escoge un juego que represente al niño con su entorno, con algún animal que el conozca y que guste divertirse viéndole en dibujos animados. En un espacio abierto, con césped y sin obstáculos que signifiquen barreras para el juego de los niños, se colocan 4 bases y en ella estarán 4 niños simulando ser unas ardillitas, estas bases estarán en forma cuadrada, comenzando siempre por la más grande de las 4, las bases, se ubicaran dentro de figuras geométricas dibujadas en el suelo (cuadrado, triangulo y rectángulo) estas tienen el mismo diseño de las bases del juego de béisbol, pero con una estructura de goma, lisa y sin relieve, lo que permite el uso adecuado para la edad que se desarrolla. Cerca de cada base o casita, estarán niños simulando ser el lobo feroz, en una posición de piernas abiertas, simulando ser una cueva, en la que debe de entrar la ardilla.

El Promotor(a) o ejecutor(a) rodara una pelota hacia una dirección predeterminada, con el conocimiento de los niños, al instante, todos los niños situados en las bases, salen de sus posiciones y los niños gritan "ardillitas a sus casitas", ellos siempre correrán en un orden lógico (primero al cuadrado, después

al triangulo, luego al rectángulo y por ultimo llegara a la casa grande dibujada en el suelo. Los “lobos” trataran de atrapar la pelota rodada y al tenerla deberán tocar a una “ardillita” que este fuera de una de las casitas o simplemente pararse encima de una de las bases (casitas) y será señal que han ocupado primero el espacio que le pertenece a la ardilla y que llegaron primero a la casita y por ende la sacan del juego. Al quedar solo una ardilla, los niños cambian de roles, volviendo a dar comienzo al juego.

El promotor insiste en los niños que atrapan la pelota que lo hagan con las dos manos delante, en posición de –mano abajo y otra arriba- que permitirá identificarse con la técnica de fildeo de rawllings (roling). El intento de tocar a la ardilla o “entrar” en la casita para sacarla de juego se identifica con el “out” del juego de béisbol en que el jugador debe de salir literalmente del juego.

El promotor prestará atención al modo en que se colocan delante de la pelota con las piernas abiertas y que hagan uso de la mano que comúnmente utilizan para las habilidades, haciendo rodar la misma en línea recta al frente, evitando ondulaciones en su recorrido, se podrán realizar hacia distintas direcciones, desde diferentes posiciones cuando el niño logre vencer los objetivos primarios del juego.

Se recomienda no lanzar hacia arriba, evitando que el niño, al no tener la percepción de la distancia entrenada, sea golpeado por la pelota y el sentimiento de fracaso ante la acción a realizar.

Como un logro del béisbol, surge un nuevo enfoque de enseñanza, Lúdico – praxiológico, que contribuye a aprovechar las potencialidades psicofísicas del niño en la infancia preescolar y elevar su desarrollo motor, interrelacionado con los aspectos técnicos, tácticos, en su nivel más primario, para articular la enseñanza del deporte nacional en la categoría inicial.

El impacto social que ha despertado en la población avileña, el nivel de interés y motivación por parte de padres y niños. La incorporación de la familia al proceso de juego y de preparación en la dinámica de aprendizaje del desarrollo infantil haciendo realidad los gustos y anhelos de la familia de insertar a estos pequeños al deporte nacional desde esta nueva dimensión psicopedagógica.

La formación de valores, desde temprana edad, se ha considerado como indispensable en el proceso formativo, el juego, propicia que alcancen estas herramienta útiles para la vida, vincularlas al béisbol, logra el compañerismo, amor a la bandera, a la patria, a desarrollar honestidad, sinceridad, valor personal, patriotismo, aspectos que si no se enseñan en esta etapa de vida, luego será más difícil la educación de ellos.

Se han aportado a la categoría 9 – 10 años 45 atletas en los pasados 3 años de trabajo, categoría que por su carácter competitivo ha permitido que 12 atletas hayan representados a la provincia en eventos nacionales pioneriles.

El desarrollo de las habilidades motrices básicas favorece el desarrollo físico, determina la manera de expresar adecuadamente las emociones y a reafirmar la personalidad del infante, uso del pensamiento, proporciona diversión, se aprende a reconocer reglas y a valorar la importancia del trabajo en grupo. Se ha obtenido de un año a otro un avance apreciable en las habilidades motrices de los pequeños, obteniendo logros superiores a otros niños en escenarios distintos. Son capaces de alcanzar una buena coordinación y de llegar a la categoría inicial del béisbol, con logros para su edad que no se consiguen sin este método intencionado de desarrollo motor.

Conclusiones

- ✓ Existen potencialidades en la infancia preescolar para desarrollar a través de su actividad fundamental, el juego, las habilidades motrices básicas identificadas al béisbol. Las vías planteadas para llevar a cabo nuestra propuesta se consideran adecuados a tono con los criterios epistemológicos valorados, demostrando su pertinencia en el proceso de desarrollo motriz básico.
- ✓ La necesidad de crear una metodología que contenga los rasgos esenciales de la edad preescolar y cómo contribuir de forma creativa y motivadora a la adquisición de movimientos, recreados en las habilidades motrices básicas, para optimizar el proceso de iniciación del Béisbol.

Anexos

Periódico digital de Ciego de Ávila
INVASOR

Miércoles, 27 de abril de 2016 | 9:35 PM

Tigrecitos se sueltan en jungla avileña

Detalles

Escrito por Pastor Batista Valdés, con fotos del autor

Categoría: Deporte

Publicado: 26 Abril 2016

Visto: 247

Cachorritos de Tigres. Eso parecen (y, en verdad, eso son) metidos en sus diminutos uniformes, corriendo de una base a la otra, haciéndole swing a la pelota, capturándola y, por si fuera poco, deslizándose sobre la almohadilla para apoderarse de... del tesoro que algún pirata escondió allí.

Cada encuentro promueve motivaciones, fantasía, participación, valores y disciplina

¿Tesoro, pirata?

Así, como usted lee. Si para los transeúntes que se detienen a mirar, este es un terreno de béisbol con todos sus elementos, para los pequeñines, de 4-6 años de edad, las bases son islas, la pelota una ardilla, el jugador que llega a la primera posición es el lobo y, por tanto, hay que atraparlo antes de que continúe.

Otras veces ese jugador será Resoples y su perseguidor nada más y nada menos que Elpidio Valdés.

Puede parecer extraño, pero todo ello forma parte de una experiencia inédita, en marcha desde hace cerca de tres años para articular, de forma didáctica y entretenida, el desarrollo de habilidades motoras básicas en niños y niñas de edad prescolar, en correspondencia con los movimientos fundamentales del deporte.

“Porque se ha comprobado que hay dificultades en ese sentido”, explica el MSc Diorge Agustín Miranda Yero, trabajador de la Dirección Municipal de Deportes en Ciego de Ávila y asesor en la Comisión Provincial de Béisbol.

“No estamos aprovechando las potencialidades de los niños en esa etapa. Hay un reduccionismo del juego físico por el uso excesivo del medio electrónico. Algunas áreas deportivas que reciben a niños para iniciar el aprendizaje del béisbol no tienen en cuenta las cualidades psicofísicas y muchos vienen con insuficiencias, porque no siempre la familia ha contribuido a prepararlos bien y, además, no todos los profesores dominan las precisiones en el orden teórico y metodológico.”

EDUCA A TU TIGRECITO

Por ello, el proyecto les concede un rol determinante a esos padres, abuelos y demás familiares que, dos veces por semana, llegan hasta el terreno, no solo para acompañar al pequeñín, sino, también, para aprender y poder exigirle luego en casa, que ejecute bien cada movimiento, ejercicio o alternativa de entretenimiento.

Diorge pudiera referir dolencias osteomusculares, inflamaciones y otros problemas en niños cuyos padres se empeñaron en comprarles un guante demasiado grande; les hicieron lanzar, tan duro como pudieran, una pelota de categorías adultas o batear con un madero inadecuado.

“Que un niño, a esa edad, sea capaz de lanzar o de atrapar una pelota, es un logro cuyo alcance muchos adultos no imaginan —reitera Diorge— pero hay que

hacerlo mediante procedimientos correctos, que dejen una huella, una habilidad para el futuro.”

“Yo jamás pensé que, siendo tan pequeños, podrían motivarse y aprender a jugar pelota así”, comenta Lorenzo Cabrera, abuelo de Daniel Alejandro Rentería: uno de los 67 avileñitos acogidos a esa experiencia, iniciada por Manuel Álvarez (conocido por *Camión*), en el área de béisbol infantil de la escuela Primaria Águedo Morales Reina.

PARA SUBIR AL CIELO

Dicen que se necesita una escalera grande y una chiquita (para subir al cielo). Ciego de Ávila parece tener bien acoplados los peldaños. Nadie se lanza, de la nada, a organizar un evento científico de béisbol, para seguir tocando el firmamento. En noviembre debe tener lugar ese primer encuentro.

Técnicos, especialistas y directivos podrán explicar cómo la provincia ha conquistado el tercer lugar nacional en la categoría Sub-12, primero en Sub-15, segundo en Sub-18, dos coronas consecutivas en la Serie Nacional...

Y, ¿por qué no? También ha de haber espacio para que Diorge, o quién sabe si uno de esos abuelos “chochos” que acompañan a sus nietos, demuestren cómo los batazos de Fiss, el fildeo de Yorbis o los envíos de Yander Guevara pueden empezar a moldearse en la fantástica carrera de un lobito feroz, en la sana maldad de un pirata sin pata de palo o en las seguras piernas de Elpidio Valdés, a la temprana edad de cuatro años: experiencia de la cual no se tiene referencia metodológica hasta el momento, así.

Felicidades lobito feroz, estás corriendo muy bien

Aquí el niño refuerza las habilidades físicas y motoras que ningún juego electrónico le aporta

Dirt In Their Skirt and Lipstick On Their Face: Women in Baseball.

Donna E Cohen

Ms. Cohen will address the role of women in Baseball over the years with a particular focus on the All American Girls Professional Baseball League made famous by the movie "A League of Their Own" including the issues facing girls and women of today who love the game.

She will review briefly the history of American baseball, and then move on to the effect of World War II on major league baseball and the consequential solution to keep America's beloved game alive by creating the All American Girls Professional Baseball League (AAGPBL). She will address the "gentlemen's agreements" within the league, the desire to promote femininity and "natural appeal" and the ultimate integration of the league when the AAGPBL spring training took place in Cuba.

From players, Maime "Peanuts" Johnson to Maybelle Blair and "Lefty Alvarez to Justine Siegal, Mone Davis and Kendra Levesque. From umpires Amanda Clemente and Cuba's Janet Moreno Mendinueta to Emma Charlesworth Seiler! From Baseball For All to Team USA Womens National Team to the International Womens Baseball Center.

What are the social issues highlighted in
Penny Marshall's iconic movie about Women in Baseball? Are they prevalent today? In what matter are these issues being addressed?

The presentation will include some artifacts and memorabilia.

Título: El beisbol infantil en Culiacán como medio de socialización y desarrollo de valores en los niños.

Autora: Tania Nilovna González Galindo, tania1980@gmail.com

Tipo de presentación: Poster Impreso

País: México

Resumen:

La liga infantil de béisbol en Culiacán ha logrado incrementar el uso favorable del tiempo libre tanto para los niños como para los padres lo que ha incrementado las relaciones humanas entre los padres además lo ha logrado entre los niños que incluso a partir del deporte están más tiempo juntos estudiando y en actividades útiles y que fomentan el espíritu colectivista y la solidaridad.

Título: El entrenamiento de la fuerza relativa a la acción de juego en el béisbol de alto rendimiento

Autor: Dr. C. Edecio Pérez Guerra, edeciopg@ult.edu.cu. Profesor Auxiliar

Institución: Universidad de Las Tunas

País: Cuba

Resumen

La metodología para el entrenamiento de la fuerza en el béisbol de alto rendimiento, aporta a los entrenadores una alternativa a las exigencias de la preparación de los jugadores, que incluye las características individuales, las acciones y situaciones de juego. Mediante observaciones a los entrenamientos y análisis de las curvas de fuerza, fueron constatadas adaptaciones musculares inadecuadas. Como antecedentes, se analizaron investigaciones internacionales y de Cuba, las cuales fueron parte de los fundamentos teórico-metodológicos y la pertinencia de la investigación. Fue modelado el entrenamiento de la fuerza para revelar el constructo de fuerza relativa a la acción de juego, este favorece una dinámica integradora, al considerar las acciones de juego para dar solución a las diversas situaciones que suceden desde cada posición. La consulta de usuarios corroboró que la metodología es aplicable a la práctica y responde a las necesidades de la planificación de la fuerza para el béisbol en el alto rendimiento, al considerar que el 98% de los entrenadores la califica de adecuada y muy adecuada para entrenar. El preexperimento aplicado en el equipo de béisbol de la provincia Las Tunas, que participó en la 49 Serie Nacional, corroboró el valor científico y aplicabilidad práctica al favorecer el desarrollo de la fuerza en los jugadores.

Palabras claves

Situación de juego: conjunto de circunstancias presentes en un determinado momento, provocadas por la interacción de los jugadores, las cuales son reguladas por las reglas del juego; Acción de juego: conjunto de movimientos que realizan los beisbolistas para dar solución a una situación de juego.

Abstract

The methodology for strength training in high performance baseball gives coaching an alternative to requirement on player training, that includes the individual characteristics, action and situation of game. This indicator was evaluated by means of a lineal transductor during free weight exercises. As antecedent we analyzed international and Cuban investigations, which allowed to reveal the theoretical foundations methodological and the pertinence of the investigation was modeled the training of the force to reveal the construct of the force relative to the action of game this force an integrative dynamic when consider the actions of game to give solution to the diverse situations that hopper from each position. The user consultation corroborated that the methodology is applicable to the practice and respond to the needs of the planning of the force for the baseball in the high performance to considering that 98% of the coaches qualify adequate to training. The pre-experiment applied to the baseball team of the province of Las Tunas that participated in the 49 the series corroborated the scientific valve and practical applicability by favoring the development of strength in the players.

Key words

Game situation: set of circumstances in a moment, carried out from the players' interaction, ruled by the game rules. Game action: set of movements players make to solve a game situation.

INTRODUCCIÓN

Los entrenadores poseen diversidad de criterios en relación con el entrenamiento de la fuerza de los jugadores, basados en aspectos como: la utilización de las intensidades para cada manifestación de la fuerza, su distribución en las diferentes estructuras del macrociclo, la planificación adecuada a las exigencias del béisbol y el nivel de la competencia. Esta diversidad de criterios condujo a que se produjeran irregularidades metodológicas evidenciadas en la unidad de entrenamiento, las estructuras intermedias y más generales de la planificación.

Según **Pérez** (2003) estos antecedentes han conllevado a que los entrenadores realicen entrenamientos de la fuerza donde prevalecen los incrementos de los kilogramos a dominar en los ejercicios con peso libre y la excesiva hipertrofia muscular. Además, organicen otros basados en el comportamiento de los sustratos energéticos, sin considerar su relación con las diferentes manifestaciones de la fuerza y la determinación de la fuerza máxima a partir de la velocidad con pesos submáximos.

Sin embargo, ello no se revierte en estabilidad del rendimiento en el juego, debido a que se observan inconsistencias en el desempeño competitivo que conducen a derrotas con equipos más débiles y en la primera categoría; aun cuando se ha clasificado, los resultados no son los esperados. Esta problemática evidencia la necesidad de revisar la puesta en práctica de acciones integradoras en los entrenamientos de la fuerza.

De lo anterior se deriva que en la provincia Las Tunas, el entrenamiento de la fuerza en el béisbol de alto rendimiento constituye una necesidad, al no existir correspondencia entre los resultados de las pruebas pedagógicas y los del juego. Ello pudiera estar provocado por un entrenamiento fragmentado y no identificado con la diversidad de situaciones que ocurren durante el desempeño de los jugadores desde su posición de juego.

Por tal motivo, se revelan incongruencias en los requerimientos para entrenar esta capacidad según las exigencias de las acciones de juego caracterizadas con un enfoque multilateral, por cuanto aún los entrenadores no sistematizan de modo suficiente los conceptos de fuerza óptima, fuerza aplicada, zona de máxima eficiencia mecánica y entrenamiento multivariado en dependencia de las tendencias de planificación que asuma el preparador físico.

El análisis de las insuficiencias presentadas conduce a la siguiente valoración, el modelo que utiliza el preparador físico posibilita atenuar estas insuficiencias, quien suscribe considera que este necesita contextualizarse a las exigencias del béisbol y determinar qué elementos del entrenamiento de la fuerza considerar para ajustarlo a las cambiantes situaciones del juego.

De estas insuficiencias se revela la **situación problémica** que evidencia la contradicción entre el enfoque general del entrenamiento de la fuerza para los jugadores, y las exigencias por posiciones durante las situaciones de juego.

Los argumentos presentados, posibilitaron formular el siguiente **problema científico:** ¿cómo entrenar la fuerza de los jugadores de béisbol pertenecientes al alto rendimiento de modo que satisfaga las exigencias de las acciones, según las diferentes situaciones y desde sus posiciones de juego?

Se propuso como **objetivo de investigación:** diseñar una metodología para el entrenamiento de la fuerza de los jugadores de béisbol en el alto rendimiento de Las Tunas, la cual considere la necesidad de fuerza que requieren sus acciones y la posición de los jugadores en correspondencia con las situaciones de juego.

Materiales y métodos

Los métodos fundamentales utilizados durante la investigación fueron los siguientes, el **análisis-síntesis:** se utilizó para establecer la esencia de cada una de las partes que componen la metodología, establecer de forma sintética los nexos entre ellas y descubrir sus relaciones durante el proceso de entrenamiento.

El **histórico lógico:** posibilitó revelar los contextos y trayectoria evolutiva del entrenamiento de la fuerza en el alto rendimiento y las teorías relacionadas.

El **sistémico estructural funcional:** facilitó revelar las características esenciales del proceso de entrenamiento de la fuerza durante la investigación, en aspectos como la relación entre los componentes de la metodología y la realidad del entrenamiento de esta capacidad en el contexto del béisbol de alto rendimiento.La **modelación:** favoreció la representación de los elementos teóricos que sustentaron la metodología de entrenamiento de la fuerza en el béisbol.El **experimento**: sirvió para evaluar, en la práctica pedagógica, la efectividad de la metodología durante la 49 Serie Nacional de Béisbol.

Principales definiciones de trabajo:

Situación de juego: conjunto de circunstancias presentes en un determinado momento, provocadas por la interacción de los jugadores, las cuales son normalizadas por las reglas del juego.

Acción de juego: conjunto de movimientos que realizan los jugadores para dar solución a una situación de juego.

Zona de máxima eficiencia mecánica (zona MEM): es el rango que tiene un jugador para mantener los niveles de potencia, cuando se incrementa el peso a desplazar en una prueba de fuerza, y los valores de potencia no decaen en más de un 7% respecto a los máximos obtenidos durante la prueba.

Análisis y discusión

Consideraciones epistemológicas acerca del proceso de entrenamiento de la fuerza en el béisbol de alto rendimiento

Un particular interés para la práctica deportiva tiene el análisis de los distintos métodos de entrenamiento para la fuerza. Estos pueden influir en la variación del comportamiento de la fuerza durante el juego junto a la velocidad de los movimientos, la magnitud de los ángulos articulares utilizados, cantidad de repeticiones de cada serie, orden de los ejercicios, grupos musculares a entrenar, duración y el carácter de las pausas entre los intentos.

Se valoraron las propuestas de diferentes autores, respecto a la subdirección de fuerza rápida. Se observa que en los porcentajes a utilizar en el entrenamiento persisten dos rangos, que dependen en mayor medida de las sub clasificaciones: de fuerza rápida, rápida explosiva y rápida potencia. De ahí la necesidad de aplicarle porcentajes diferentes, el primer tipo utiliza rangos de 25 a 55%, y el segundo, de 55 a 80%.

Los datos de las investigaciones científicas de **Bosco** (1992); **Martín** y **Lehnertz** (2001) y **Bompa** (2008) permiten establecer la relación entre la cantidad de repeticiones y la eficacia del entrenamiento. Además, se determinan diferentes porcentajes, series, repeticiones, pausas y velocidad de movimiento que, al conjugarse, provocan adaptaciones diferentes en el músculo.

El primer sistema es denominado por Román (2001) de zona óptima. Este autor plantea además lo siguiente.

> “Este sistema también nombrado "práctico" según las recomendaciones del autor, debe ser para deportes colectivos, de arte y apreciación competitiva, de

combate, juegos deportivos, para el desarrollo de la fuerza rápida. El sistema de entrenamiento se basa en la estabilización del volumen de trabajo por zonas de intensidad, aumentándose de forma rápida la fuerza muscular, sin alterar en demasía la constitución física del deportista con relación a su masa muscular."[1]

Se realiza una dosificación en el microciclo que permite al atleta familiarizarse y se conformen las adaptaciones neuromusculares, para evitar posibles lesiones. El microciclo consta de tres sesiones de entrenamiento o más, donde se realizan de 6 a 8 ejercicios, en los que se combinan los planos musculares de los brazos, tronco, piernas y alguno de carácter local, con una relación aproximada de dos ejercicios, por los planos antes mencionados. El peso a desplazar debe ser cómodo para el deportista, que permita realizar cinco tandas de cinco repeticiones en cada ejercicio.

Este mismo autor propone el sistema multivariado.

"Una de las características generales del Sistema de Entrenamiento Multivariado, es que desarrolla tanto la fuerza rápida como la resistencia a la fuerza dentro del ejercicio y el entrenamiento, es variable también por el grado de esfuerzo a realizar en un momento determinado, que varía dentro del ejercicio y el entrenamiento."[2]

El autor de la investigación considera que los procesos adaptativos se orientarán según la sistematización con la cual ocurran estos estímulos y las magnitudes que prevalezcan durante el entrenamiento; al combinar diversas manifestaciones de fuerza durante una misma unidad de entrenamiento, se debe priorizar una de ellas. Por las características de los jugadores tuneros, se necesita priorizar estímulos de fuerza rápida.

Durante el período preparatorio se trabaja en circuito, es decir, se realiza la primera tanda de cada ejercicio, después la segunda y así, sucesivamente. Se emplean cuatro ejercicios, orientados a los siguientes elementos: uno para la coordinación técnica, los otros para los brazos, el tronco y las piernas. Se ejecutan tres tandas de cada ejercicio. Se desarrolla en una sola vuelta la fuerza rápida y la resistencia a la

---

[1]Román, S. I. (2001, p. 67). Preparación de fuerza, Fuerza Óptima. Editorial Científico-Técnica. La Habana.
[2]Román, S. I. (2001, p.12). Los retos actuales de la preparación de fuerza. Editorial Científico-Técnico. La Habana.

fuerza, para ello se emplean cuatro ejercicios durante el microciclo. La misma estructura se mantiene en cada entrenamiento y se enlaza armónicamente con el siguiente.

Según **Bompa** (2008) uno de los elementos importantes de la estructura de planificación de entrenamiento concentrado, es el ejercicio, herramienta de transformación del deportista. Por tal motivo, en su metodología de planificación, lo primero es la selección de los ejercicios en correspondencia con la especificidad deportiva, necesidades del deportista y el período del año. Se deben identificar los principales grupos musculares, que se activan en los gestos deportivos a entrenar.

Se deben tener en cuenta las estructuras de sostén y estabilizadoras que garanticen una base

Las tendencias actuales del entrenamiento de la fuerza no evidencian un tratamiento de los contenidos que permitan entrenarla, para satisfacer las exigencias de las acciones de juego.

El entrenamiento de la fuerza para los jugadores de béisbol revela insuficiencias en el proceso de planificación, desde una concepción integradora, que considere las particularidades de este deporte.

No se constataron referentes de un entrenamiento de la fuerza, que integre la actividad física con las habilidades técnicas del béisbol por posiciones de juego.

Modelación teórica del entrenamiento de la fuerza relativa a la acción de juego en el béisbol de alto rendimiento

El componente fuerza muscular como contenido del proceso de entrenamiento del béisbol de alto rendimiento, se ha convertido en una demanda de tecnología para los investigadores de las ciencias del deporte y la cultura física. Las nuevas realidades competitivas exigen, con respecto al componente fuerza, un pensamiento integrador superior a los modelos teóricos existentes, sustentados en fundamentos relacionados cada vez más a lo que sucede en el juego.

Lo que indica a necesidad de **Calidad del entrenamiento de la fuerza relativa a las acciones de juego,** vistas en el par dialéctico contenido y forma del deporte en cuestión, resulta expresión de su movimiento, a partir de las relaciones

esenciales que se producen entre los componentes que la integran como procesos intrínsecos que se revelan en la **sistematización integradora de modelos para el entrenamiento de fuerza muscular en el béisbol,** como síntesis de la contradicción dialéctica entre los componentes: **identificación de exigencias de fuerza en la dinámica de las habilidades del béisbol durante la concreción del juego** y la **comprensión contextual de fuerza relativa a las acciones de juego.**

La **valoración operativa de la variabilidad de exigencias físicas relativas a las acciones de juego por posiciones** como eslabón, es la síntesis de la necesidad de tratar contenidos complejos y sustentados en fundamentos técnicos, con la pertinencia requerida en la dinámica de las acciones de juego, este es el eslabón de orientación reflexiva hacia la búsqueda y perfección de los rasgos principales de las habilidades técnicas y la fuerza relativa relacionada con las diferentes posiciones, incluidas las particularidades del contexto competitivo. Ello sirve de sustento para la apropiación de los contenidos relacionados con dichos rasgos, mediante el vínculo recíproco jugador-entrenador, que se ponen de manifiesto durante el entrenamiento.

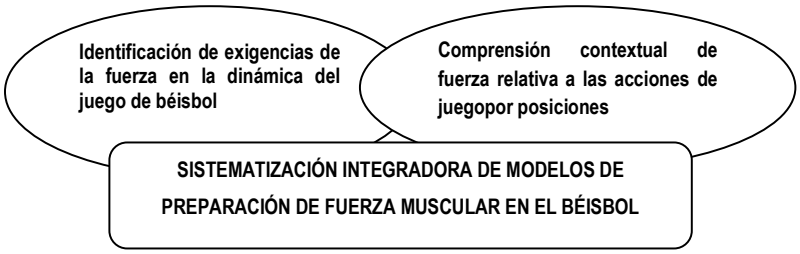
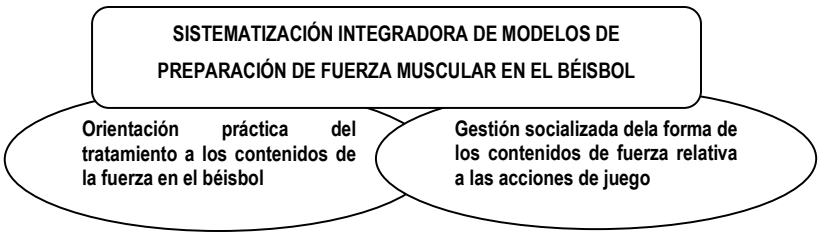


Figura 1. Valoración operativa de la variabilidad de acciones motrices relativas a las habilidades del béisbol

Asimismo, se integra el eslabón**: orientación práctica del tratamiento a los contenidos de fuerza en el béisbol** en relación dialéctica con el eslabón: **gestión socializada de la forma de los contenidos de fuerza relativa a las acciones de juego.** Al respecto, se consideran las características de las diferentes posiciones en la búsqueda integradora de la relación fuerza-velocidad, que demandan las secuencias de habilidades del béisbol, acción identificada con el par dialéctico-necesidad y causalidad, justificado en las variables estructuras y dinámica de las

acciones inherentes a cada posición durante las situaciones que se generan en la interrelación entre los oponentes y los jugadores durante el juego, De ahí que las relaciones esenciales producidas entre los eslabones referidos, que se revelan en el proceso de **sistematización integradora de modelos para el entrenamiento de fuerza muscular en el béisbol,** como síntesis de la contradicción dialéctica entre dichos eslabones conduzcan hacia la dimensión: **efectividad del rendimiento de la fuerza relativa a las acciones de juego** como expresión de su movimiento.

La sistematización integradora de los modelos de **Verkhoshansky** (1983 y 2002); **Bompa** (2008); **Seirullo** (1998, 2011) brindan elementos teóricos que propician el entrenamiento de fuerza muscular, a partir de las relaciones que emanan de la valoración operativa de la fuerza a partir de las acciones de juego por posiciones. Este es un elemento de juicio indispensable para la **gestión socializada relacionada con la forma de contenidos de fuerza relativa a las acciones de juego,** eslabón esencial para la modelación sistémica que se propone la cual se estructura en seis componentes identificados: fuerza, solución de situaciones de juego, exigencia de la competición, desarrollo del juego y el tratamiento didáctico al contenido, los cuales se relacionan por la acción mediada de la **instrucción** y **la educación** que se pone de manifiesto; jugador-entrenador en un ambiente socializado, así como la obtención de la fuerza que se quiere modelar.



Figuran 2 sistematizaciones integradoras de modelos de preparación de fuerza muscular en el béisbol

Estructura de la metodología para el entrenamiento de fuerza en el béisbol de alto rendimiento

Tareas a realizar durante la primera fase:

1. Caracterizar las posiciones de juego

a) Tipo, cantidad y frecuencia de las acciones

b) Sistema energético predominante

c) Manifestación de fuerza predominante

c) Manifestación de fuerza predominante

d) Combinación de las habilidades

2. Selección y diseño de los ejercicios

Fase II. Ejecución

Como se ilustra en la figura 7 durante esta fase el entrenador ejecuta la planificación, a partir de las tareas previstas en la primera fase, con la finalidad de programar el entrenamiento. Para lograr una relación objetiva entre la fuerza y las **acciones de juego.** Este proceso se realizará desde un análisis y actitud reflexiva, de búsqueda de soluciones a las **situaciones de juego** que suceden durante la competición.

Para distribuir los volúmenes en el macrociclo, se recomienda realizar lo siguiente: calcular el porcentaje que representa el volumen mínimo del máximo. Ejemplo: en la Dirección de Adaptación Anatómica se propone como volumen mínimo para la sesión de entrenamiento 192 repeticiones y un máximo de 408; el % de relación = volumen mínimo * 100 / volumen máximo; Donde: % relación = es la relación entre el volumen mínimo y máximo expresado en porcentaje. Volumen mínimo = menor volumen en una sesión de entrenamiento para la dirección. Volumen máximo = mayor volumen para una sesión de entrenamiento de la dirección.

% relación = 192 * 100 / 408 y % relación = 47.05

La planificación del microciclo se recomienda que se realice a partir de la distribución de los volúmenes de las sesiones por los porcentajes propuestos anteriormente (32%, 38% y 30%). Después de calcular el volumen de cada sesión de entrenamiento, corresponde la distribución por ejercicios, para lo que se propone: organizar las repeticiones por ejercicios según considere el entrenador, pero con los indicadores propios de cada dirección para las sesiones de entrenamiento (repeticiones, cantidad de ejercicios, tipo de ejercicio, series y porcentajes de trabajo). Por ejemplo: si el volumen de la sesión es de 200

repeticiones, el entrenador primero: debe seleccionar los ejercicios con énfasis en los principales y luego calcular la cantidad de series a realizar según las propuestas para la dirección.

Fase III modificación

Evaluación: se considera que este paso es muy importante, la adquisición del desarrollo de fuerza y la utilización técnica a la formación de una **nueva revelación competitiva**, se estructura generalmente a partir de antecedentes ya adquiridos en el entrenamiento y se convierte en un indicador significativo para la concepción y estructuración de este, se logra mediante el diagnóstico aplicado en diferentes momentos del proceso de formación deportiva.

Establecer las alternativas que den respuesta a la solución a determinada problemática. Es en esta fase que la creatividad del entrenador y su colectivo se ponen de manifiesto. Evaluar las alternativas seleccionadas y determinar cuál de estas pudiera ser la más efectiva o la combinación de más de una alternativa.

Contrastar los objetivos propuestos con las modificaciones que no impidan o limiten el cumplimiento de los objetivos. Verificar si están sucediendo cambios en el comportamiento de los jugadores.

Análisis del preexperimento y su estadística

A modo de resumen, en las pruebas de hipótesis aplicadas en general, se constataron diferencias significativas favorables, al comparar los indicadores entre los resultados de la 48 Serie Nacional con respecto a la 49, lo que demuestra, desde el punto de vista estadístico, la efectividad práctica de la metodología aplicada. Se infiere que las modificaciones en la planificación, favorecen las condiciones de la fuerza para que los jugadores ejecuten las acciones de juego. Esto se puede corroborar al observar los incrementos significativos existentes en las diferentes mediciones realizadas.

CONCLUSIONES GENERALES

1. Las regularidades para el entrenamiento de la fuerza en el béisbol, en la provincia Las Tunas durante las etapas analizadas, no evidencian un

tratamiento didáctico a los contenidos, que precise cómo entrenar las exigencias físicas que requieren las acciones de juego.

2. La modelación del entrenamiento de la fuerza para el béisbol de alto rendimiento permitió revelar el constructo fuerza relativa a la acción de juego, la cual delimita la diversidad en la que se manifiesta la fuerza especial y hace más preciso su entrenamiento.
3. La metodología posibilita un entrenamiento de la fuerza para el béisbol de alto rendimiento, según las exigencias de las acciones, posiciones y las situaciones de juego; basadas en una fundamentación teórica integradora del proceso de entrenamiento para esta capacidad motriz.

BIBLIOGRAFÍA

1 Becali, G. A. E. (2009). Metodología para el desarrollo de la fuerza en atletas femeninas de judo en el Alto Rendimiento. Tesis defendida en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Instituto Superior de Cultura Física, “Manuel Fajardo”, La Habana

2 Billeter, R. H. (1992). “Muscular Basis of Strength in: Strength and Power in Sport”, Edited by P. Komi, Blackwell Scientific Publication, London 36-39.

3 Bompa, O. T. (2008). Periodización del entrenamiento de la fuerza. Editorial Paidotribo Barcelona. España.

4 Medina A. (2012) Manual de ejercicios con pesas para el desarrollo de la fuerza en los atletas de Béisbol. Revista Digital. Disponible en www.monografias.com/. (Consultado en febrero 2014).

5 Pérez G. E. (2013) La utilización de los ejercicios para el entrenamiento de fuerza en el Béisbol de Alto Rendimiento. Revista Digital-Buenos Aires N°182. Disponible en http://www.efdeportes.com.

6 Pérez, G. E. (2003) Aplicación de un plan de entrenamiento de fuerza para luchadores del estilo grecorromano. Tesis defendida en opción del título académico de Máster en Metodología del Entrenamiento Deportivo. Mención Lucha, ISCF Manuel Fajardo, Facultad de Camagüey.

7 Reynaldo, B. F. (2012) Programa Integral de Preparación del Deportista. Editorial Deporte. Ciudad de la Habana. Cuba.

8 Román, S. I. (2001) Preparación de fuerza, Fuerza Óptima. Editorial. Científico Técnica. La Habana. Cuba.

9 Seirullo, V. F. (2011) Curso de formación general en ciencias aplicadas al deporte para entrenadores. Teoría del entrenamiento. Documento en soporte digital, sitio web http://10.22.1.54/ biblioteca/ FACULTADES /FCF/Generales%20de%20entrenamiento/articulos%20de%20Sierullo/. (Consultado el 22 de mayo del 2013).

10 Verkhoshansky, Y. (2002) Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Editorial Paidotribo. España.

Título: La Inteligencia Deportiva en el béisbol cubano

Autores: Ing. Alfredo Ríos Fuentes (Analista CIDC)

Lic. Enrique Rojas Duque de Estrada (Profesor UCCFD)

País: Cuba

Resumen

El análisis de datos utilizando los recientes avances de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TICs), constituye una herramienta indispensable para la toma de decisiones en los diferentes sectores de la sociedad. El deporte es uno de las industrias líderes en su utilización.

En la actualidad, los equipos deportivos profesionales presentan Departamentos de Análisis dirigidos al estudio del contrario, al análisis propio, al *scouting* y a otras funciones ofreciendo un soporte científico a la toma de decisiones.

El béisbol es un deporte colectivo sumamente complejo. Dicha complejidad favorece la extracción de una gran cantidad de datos de diversa índole relacionados con el juego, los cuales hacen del béisbol uno de los deportes más completos en cuanto a estadísticas se refiere. Estas características, han convertido al béisbol en protagonista de la aplicación del análisis de datos y las TICs como vías para obtener ventajas competitivas.

Los equipos que participan en la Serie Nacional de Béisbol, competición más exigente del béisbol cubano, no cuentan con el soporte necesario en cuanto al análisis de la información propia y de los rivales. Esto atenta contra los resultados y no permite la superación de los directores y jugadores en cuanto a pensamiento táctico se refiere.

Para suplir las necesidades antes mencionadas, este trabajo describe la implementación de los principios y métodos de la Inteligencia Deportiva en el béisbol cubano, apoyado por las TICs y la sabermetría.

Palabras claves: análisis, béisbol, datos, decisiones, sabermetría, scouting, TICs.

Introducción

El deporte se ha convertido en uno de los negocios más rentables a nivel mundial. Esto ha provocado que las organizaciones e instituciones deportivas adopten principios y métodos derivados de la inteligencia de negocios en búsqueda de ventajas competitivas.

Este exigente contexto, unido a la evolución de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TICs) ha transformado el deporte moderno. Las organizaciones deportivas, conscientes de este fenómeno, aplican sistemas para la recopilación y análisis de información dirigidos a asesorar la toma de decisiones.

Las organizaciones y empresas más exitosas basan sus resultados en el eficiente uso de las TICs y el análisis de datos. “Hicieron que la tecnología se transforme de una simple herramienta de apoyo a un arma estratégica” (Davenport, 2011).

En la actualidad, la ventaja competitiva de las organizaciones deportivas radica en la capacidad de interpretar y transformar la información en un elemento influyente en el éxito. A tal punto que, según (Solas, 2014), “en la alta competición, lograr con eficiencia resultado deportivo de élite, va a depender de la capacidad y posibilidad que tenga un atleta o equipo y sus respectivos colectivos de entrenadores de manejar, analizar y controlar la mayor cantidad posible de información sobre el accionar de los principales actores y factores que inciden en el rendimiento competitivo de su deporte”.

El eficiente uso de la información constituye un recurso estratégico vital para competir al máximo nivel y garantizar el éxito deportivo. “Una de las disciplinas de las Ciencias de la Dirección que facilita ese análisis y dominio sobre la información relevante que genera el accionar de los principales actores y factores que inciden en el rendimiento competitivo de un deporte es la Inteligencia Deportiva” (Hernández Valdés, 2017).

Cotempo (2015) plantea que los estudios sobre la inteligencia se dividen en dos grandes grupos o cuerpos teóricos que son:

- La inteligencia como aquella capacidad que tiene un individuo de usar sus conocimientos para resolver problemas o alcanzar un objetivo determinado.

- La inteligencia como búsqueda, análisis y utilización de la información que caracteriza el modo de actuar de un adversario, para optimizar la toma de decisiones y la obtención de resultados competitivos sobre sus posibles adversarios reales y potenciales.

El último grupo descrito constituye la fundamentación teórica del presente tema de investigación. Este campo, de reciente introducción, ha despertado un gran interés en la comunidad científica dedicada al análisis de datos y el deporte.

Inteligencia deportiva y béisbol

El gran número de estadísticas que genera el béisbol lo ha convertido en una plataforma ideal para la aplicación de los principios y métodos de la Inteligencia Deportiva.

En el 2003 Michael Lewis publicó el libro *"Moneyball:* el arte de ganar un juego injusto", que refleja el uso del análisis estadístico para la selección de jugadores de los Atléticos de Oakland, un equipo de las Grandes Ligas de Béisbol (MLB, por sus siglas en inglés). Los éxitos de las metodologías utilizadas por Billy Beane, gerente general del equipo protagonista, provocó el auge de la sabermetría; y esta línea de investigación se ha convertido en la principal herramienta para el trabajo de Inteligencia Deportiva aplicado al béisbol.

La sabermetría es el análisis objetivo y científico del béisbol, basado fundamentalmente en las estadísticas. Este concepto fue popularizado en 1980, por George William James, derivado del acrónimo SABR en referencia a la Sociedad para la Investigación del Béisbol Americano. Según su sitio web oficial, esta organización cuenta con más de 6000 miembros y se dedica a promover la investigación del béisbol en diferentes aristas, una de ellas el análisis estadístico.

Para este nuevo término, los investigadores proponen un concepto más amplio. La sabermetría es el estudio avanzado del béisbol, no es solo números en la cabeza (Woodrum, 2012). Este autor propone una fórmula que sintetiza las funciones principales de la sabermetría y su aplicación en el béisbol moderno.

f(sabermetría) = estadísticas + *scouting* + negocio + ε

En palabras: La sabermetría es el estudio de las estadísticas, el *scouting*, el negocio y algo que todavía no conoce el autor o ignora (*"ε" epsilon* o grado de incertidumbre).

Por los resultados económicos y deportivos obtenidos a través de la aplicación de la sabermetría, la cantidad de equipos que la utilizan continúa en ascenso. En la MLB, 20 equipos utilizan los tres campos de la sabermetría antes mencionados y todos los equipos utilizan al menos dos. Además, 22 de los 30 equipos de la MLB, utilizan al menos a una persona a tiempo completo simplemente para investigaciones sabermétricas, mientras que 4 equipos utilizan a una persona a tiempo parcial (Woodrum, 2012).

TICs y béisbol

Para otros especialistas, la palabra sabermetría es sinónimo de ciencia aplicada al deporte, impulsada por el desarrollo de las TICs.

Por ejemplo, desde el 2015, está instalado en los 30 estadios de las Grandes Ligas de Béisbol (MLB por sus siglas en inglés) el sistema *Statcast* desarrollado por la empresa Trackman[1]. Este sistema está compuesto por Hardware (un panel radar, equipo de montaje de estadio, servidor y equipamiento de red), Software (Software de Juego en Red Trackman) y Servicios (entrenamiento, mantenimiento y ayuda).

Esta tecnología ha revolucionado el mundo del deporte; en el béisbol específicamente, permite conocer con exactitud la velocidad, el ángulo de salida, la trayectoria y la localización de las conexiones, la eficiencia de los jugadores defensivos para cubrir terreno, la rapidez y distancia que alcanzan, el *pop time* de los receptores, la rotación de una pelota lanzada o el ángulo en el que coloca su brazo el pitcher, la extensión del paso y el punto de liberación del lanzamiento, entre otras métricas que se actualizan constantemente.

---

[1] Trackman: compañía danesa, considerada uno de los principales proveedores de tecnologías asociadas al deporte, especializada en Golf, Cricket, Soccer y Béisbol.

Estas tendencias han traspasado fronteras. En eventos internacionales es frecuente encontrar equipos cuyo personal técnico presenta analistas para realizar las labores de Inteligencia Deportiva.

Inteligencia Deportiva y el béisbol cubano

En Cuba, los equipos de béisbol carecen de personal capacitado y estudios relacionados con la Inteligencia Deportiva, por lo que cada vez es más difícil competir al máximo nivel, en igualdad de condiciones con los rivales. Las competencias internacionales presentan a equipos formados por atletas profesionales con un alto nivel técnico-táctico y con cuerpos de dirección que saben utilizar la información del contrario como otra herramienta del juego.

Los cuerpos de dirección de los equipos que participan en la Serie Nacional de Béisbol, competición más exigente del béisbol cubano, no incluyen a especialistas en Inteligencia Deportiva. Esto atenta contra los resultados y no permite la superación de los directores y jugadores en cuanto a pensamiento táctico se refiere.

El béisbol cubano presenta grandes retos internacionales, debido al panorama competitivo próximo. El béisbol ha retornado al Programa Olímpico, por lo tanto, Cuba tendrá que conseguir la clasificación olímpica y mantener la hegemonía alcanzada en este tipo de certamen. En el 2021, Cuba intervendrá en el 5to Clásico Mundial de Béisbol, torneo de mayor calidad de este deporte donde clasificar a la 2da fase del torneo es una meta cada vez más difícil. Para lograr vencer estos retos la Inteligencia Deportiva constituye una herramienta esencial.

En estos momentos se compite sin el análisis del contrario necesario, se utilizan métodos empíricos para la evaluación de los resultados y el rendimiento de los jugadores, y se cometen errores en la toma decisiones tras la ausencia del estudio que las justifiquen científicamente.

De lo anterior se deriva la siguiente **Situación problemática.** Cuba no garantiza estar en ventaja competitiva de Inteligencia Deportiva, por falta de información de los contrarios y de los propios jugadores lo que no contribuye a una efectiva toma de decisiones y un óptimo proceso de dirección.

Problema Científico. ¿Cómo optimizar el proceso de preparación deportiva y la toma de decisiones a partir de la Inteligencia Deportiva y el uso de las TICs?

Desarrollo

Debido al complejo contexto encontrado durante la exploración se decidió realizar el proyecto "Inteligencia deportiva para el ciclo olímpico 2017-2020", promovido por el Centro de Investigaciones del Deporte Cubano (CIDC).

Este proyecto tiene como objetivo mejorar los resultados del béisbol cubano en el ciclo olímpico 2017 - 2020, aplicando la sabermetría y los avances científicos técnicos para el estudio de contrarios y la asesoría a la toma de decisiones.

La Federación Cubana de Béisbol comprometida con el proyecto constituye el principal cliente y ejecutor. Paralelamente se consultan a los profesionales más avezados en el tema de Inteligencia Deportiva aplicada al béisbol, con protagonismo para el Grupo Independiente para la Investigación de Béisbol (GIIB)[2].

Resultados parciales

Estudio de contrarios en eventos internacionales

Durante el 2017, se ha asesorado a la selección nacional de Cuba en eventos internacionales como la Serie del Caribe, el Clásico Mundial de Béisbol, la Liga Can-Am y el Torneo Interpuertos de Holanda.

Previo a cada competencia, se realizó la recopilación y el análisis de la información disponible en la web, creándose perfiles de cada jugador contrario. Para el torneo Interpuertos de Holanda solo se pudo asesorar el equipo durante la fase de entrenamiento debido a la poca información pública de los rivales.

Durante cada competencia se activó un puesto de mando en el CIDC, compuesto por un grupo multidisciplinario de profesionales (entrenadores, psicólogos,

[2] GIIB: grupo de profesionales cubanos dedicados a la investigación científica y al desarrollo de tecnologías aplicadas al béisbol.

biomecánicos, sabermétricos, ingenieros) y se estableció relación directa con la dirección de la selección cubana vía internet.

Aplicación del sistema informático Strike Zone

Desde la Serie Nacional de Béisbol 54, el GIIB distribuye a cada equipo un paquete informático compuesto por dos sistemas *BallsInPlayAnalyzer* y *Strike Zone*. El primero, muestra la gráfica de distribución de conexiones para cada bateador frente a lanzadores derechos y frente a lanzadores zurdos. Esta información es útil para el posicionamiento de los jugadores a la defensa. Mientras que el segundo, permite manipular información lanzamiento a lanzamiento. Este último constituye el más novedoso ya que ha proporcionado los resultados científicos más contundentes y actualizados.

Strike Zone ha sido aplicado de manera sistemática desde la Serie Nacional de Béisbol 54, y en los eventos internacionales en los que participó la selección nacional de Cuba (Series del Caribe 2015-2017, Juegos Panamericanos 2015, PREMIER 12) con gran aceptación por el cuerpo técnico *(ver Tabla 1).*

EVENTOS	TL	B	S	TOTAL STRIKES		TOTAL SWINGS		
				CANTADOS	SWINGS	TIRANDOLE	FOUL	EN JUEGO
NACIONALES	21068	39%	61%	28%	72%	15%	35%	50%
INTERNACIONALES	6323	36%	64%	28%	72%	25%	33%	42%

Tabla 1. Lanzamientos recopilados en Strike Zone.

Este sistema ha permitido demostrar que en Cuba los equipos que más se ponchan son los que más swings fallan del total de lanzamientos (90.1% de correlación). En cuanto al picheo, los equipos que más ponchan son los que a sus *pitchers* le ponen menos bolas en juego con respecto al total de strikes (89.4% de correlación).

Esta investigación fue presentada exitosamente en el 2do Simposio Internacional de Ciencias Aplicadas al Béisbol de la VI Convención Internacional de Actividad Física y Deporte, en noviembre de 2015.

Esta herramienta ofrece respuestas con carácter objetivo y científico a muchas interrogantes que tendían a ser contestadas de manera empírica, por ejemplo:

¿Cómo se comporta un lanzador la primera vez que enfrenta a un bateador? ¿Cómo influye el primer lanzamiento en el resultado del bateador? ¿Cuánto influye la cantidad de lanzamientos vistos en el resultado del bateador? ¿En qué conteo se ejecutan con mayor frecuencia jugadas como el intento de robo, o se ejecutan *balk*, *wild pitch*, virajes u otros eventos? ¿El lanzador pierde velocidad y control después de una determinada cantidad de lanzamientos?

Estudios biomecánicos

Para la asesoría del entrenamiento deportivo también se han ejecutado otras tareas como estudios biomecánicos para la identificación y solución de problemas en receptores, lanzadores y bateadores con la ayuda de biomecánicos del CIDC y profesores del UCCFD “Manuel Fajardo” como MSc. Reinaldo Batista y el Lic. Enrique Rojas.

Como resultados fundamentales se constatan los siguientes.

- Metodología para el análisis de los tres aspectos de juego (bateo, defensa y picheo) basado en los principios sabermétricos.
- Estrategia para la aplicación de la Inteligencia Deportiva en los equipos del Alto Rendimiento en el béisbol cubano.
- Sistemas informáticos necesarios para el análisis de información.

Conclusiones

La aplicación de la Inteligencia Deportiva en el béisbol cubano, con el apoyo de la sabermetría y las TICs es una necesidad inmediata para alcanzar los resultados propuestos en el ciclo olímpico 2017-2020.

Las metodologías justificadas científicamente a través del análisis de datos son fundamentales para optimizar el proceso de preparación deportiva y la toma de decisiones.

Las investigaciones generadas en este proceso permitirán elaborar e impartir conferencias a entrenadores y personal que se desempeña en la esfera del béisbol, y asesorar equipos nacionales en las diferentes categorías.

BIBLIOGRAFÍA

Albert, J. (2010). Baseball Data at Season, Play-by-Play, and Pitch-by-Pitch Levels. *Journal of Statistics Education*, *18*(3). Consultado en www.amstat.org/publications/jse/v18n3/albert.pdf

Álvarez Mejías, L. R. (2012). *Características del proceso de inteligencia deportiva en el Equipo Nacional Masculino de balonmano*. UCCFD Manuel Fajardo, La Habana.

Bassets Vega, L. (2010). La inteligencia deportiva: Herramienta gerencial para el aumento de la competitividad de los equipos de fútbol. Santiago de Chile.

Cotempo, E. (2015). *La inteligencia deportiva. Bases teórica*. Buenos Aires.

Davenport, T. H. (2011). Competir mediante el análisis. *Harvard Business Review*. Disponible en hbral.com

Fustiel Miranda, S. R. (2010). *El estado actual del proceso de la inteligencia deportiva en el equipo nacional juvenil de voleibol masculino*. UCCFD Manuel Fajardo.

Guzmán Ramírez, F. (2009). *Caracterización del Proceso de Inteligencia Deportiva en el Equipo Nacional de Tenis de Mesa*. UCCFD Manuel Fajardo.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta ed.).

Hernández Valdés, F. (2017). *La inteligencia deportiva en los equipos nacionales masculinos de lucha en Cuba*. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”.Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias dela Cultura Física.

Lewis, M. (2003). *Moneyball: The Art of Winning an Unfair Game*.

Society for American Baseball Research. (n.d.).

Solas, J. (2014). *Inteligencia táctica deportiva. Entenderla y entrenarla*. Madrid.

Tango, T. M., Litchman, M. G., & Dolphin, A. E. (n.d.). *The Book. Playing the Percentages in Baseball*.

Thorn, J., Palmer, P., & Reuther, D. (1985). *The hidden game of baseball* (p. 4). New York.

Woodrum, B. (2012). What Is Sabermetrics And Which Teams Use It. Consultado el 2 de mayo, 2017, en http://www.fangraphs.com/blogs/what-is-sabermetrics-and-which-teams-use-it/

Título: Manual de entrenamiento para la fuerza rápida en los bateadores de Béisbol

Autor: Dr. C. Ángel Guillermo Ortega Liens. aortegala@udg.co.cu

Institución: Facultad de Cultura Física. Bayamo. Granma.

País: Cuba

RESUMEN

El adecuado entrenamiento de la fuerza muscular rápida en los bateadores de Béisbol es un aspecto importantísimo para elevar su condición física, sin embargo en los momentos actuales se observan insuficiencias en los entrenamientos debido a las inconsistencias en el tratamiento científico-metodológico de los entrenadores y docentes del Béisbol. El autor se ha propuesto la necesidad de facilitarle, "El manual metodología para el entrenamiento de la fuerza muscular rápida de los bateadores de Béisbol cubanos participantes en las series nacionales". Se utilizaron las técnicas de búsqueda y recopilación bibliográfica, fueron utilizados también los métodos (análisis-síntesis, inducción-deducción, abstracción-concreción). La medición a través de las pruebas pedagógicas: fuerza parado, halón de clin hasta el pecho y media cuclilla por detrás, y además, la encuesta. Como método general: la modelación, como método particular: el método sistémico estructural funcional. Se utiliza el método cualimétrico: criterio de experto de especialistas del más alto nivel de conocimientos y vivencias en la práctica social. Como novedad científica, resalta, la concepción y materialización de una metodología para incrementar la fuerza rápida de los bateadores de Béisbol dentro de la estructura del PDC y su mantenimiento en la competencia (serie nacional), que se sustenta en leyes, principios y métodos del entrenamiento deportivo de manera general y particularmente en el sistema de Zona Óptima en su zona 3 de intensidad, en bateadores cubanos. El manual es un documento que sirve como guía y medio de apoyo, para planificar y dirigir su labor en el desarrollo de esta capacidad, donde se brinde la atención en la clase de entrenamiento, con una concepción integradora.

TITLE: “THE MANUAL OF RAPID FORCE OF HITTERS ON THE NATIONAL BASEBALL SERIES.

Abstract

The proper training on rapid force of hitters is an important aspect on their fitness. Notwithstanding, nowadays, insufficiencies are observed on trainings due to inconsistencies on scientific and methodological treatments of baseball trainers and professors The author shall facilitate “The manual of rapid force of hitters on the National Baseball Series “The manual is the result of the methodology for training rapid force of hitters at Granma province on National Baseball Series. It was designed to be applied on the structure way to tournament period (WTTP), with the aim of increasing the rapid force and holding it during the season (National Baseball Series) supporting the applying optimal training zone system, in its 3rd zone of intensity, where the seeking and bibliography compilation technics were used. (Analysis-synthesis, induction-deduction and abstraction-concretion methods were also used). As general method, modeling. As particular method, the structural-functional systemic method. Criteria of specialists of high level of knowledge and experience were used as well. This manual is a guide and supporting mean to plan and aim its work on the development of this capacity, with an integrated conception.

Key words: rapid force, way to tournament period (WTTP), optimal training zone system, Zone 3 of intensity.

Introducción:

En los momentos actuales se observan insuficiencias en los entrenamientos debido a las inconsistencias en el tratamiento científico-metodológico de los entrenadores y docentes del Béisbol. El Manual metodología para el entrenamiento de la fuerza muscular rápida de los bateadores de Béisbol cubanos en las series nacionales, se diseñó para aplicarse, a través de la estructura período directo a competencia (PDC), con el objetivo de incrementar la fuerza muscular rápida y su mantenimiento durante la competencia (serie nacional),

sustentado en la aplicación del Sistema de Zona Óptima en su zona 3 de intensidad.

La propuesta del Manual para dirigir el proceso del entrenamiento deportivo de la capacidad fuerza muscular rápida de los bateadores de Béisbol proporciona a los entrenadores y docentes del Béisbol un documento que sirve como guía para planificar y dirigir su labor en el desarrollo de esta capacidad, donde se brinde la atención en las clases de entrenamientos, con una concepción integradora, para incrementar la fuerza muscular rápida y su mantenimiento durante la competencia y para las cuales los mismos no han sido suficientemente preparados.

Desarrollo:

Los microciclos de Adaptación muscular de los bateadores de Béisbol.

1. Fase adaptación muscular inicial:

Esta fase también puede ser llamada de acondicionamiento. Para comenzar un nuevo ciclo de entrenamiento deportivo en busca de una nueva forma deportiva, se ha demostrado que lo más conveniente desde el punto de vista científico-metodológico, es comenzar los entrenamientos de la fuerza muscular encaminado a una adaptación muscular (anatómica), que prepararía al atleta para las exigencias de las futuras cargas de entrenamiento en el componente de la preparación física.

Objetivo de la fase: Lograr una adaptación progresiva del aparato osteo-muscular que permita preparar al organismo para las siguientes fases. Ver anexo 1.

2. Fase de desarrollo de la fuerza muscular rápida en los bateadores de Béisbol

Esta fase comienza con un microciclo de control, donde se realiza la prueba de control inicial.

Objetivos del microciclo de control: Determinar los valores individuales de Fuerza Máxima y valorar el nivel que presenta el desarrollo de la capacidad fuerza muscular rápida de los bateadores para poder dosificar las diferentes cargas de entrenamiento de acuerdo a los resultados individuales obtenidos en los ejercicios patrones.

Las pruebas de control de fuerza máxima para el trabajo con pesas en los ejercicios patrones, serán:

1. “Fuerza parado”, “Halón de clin hasta el pecho”, y “Media cuclilla por detrás”.

Para determinar el peso máximo (100%) de cada bateador de Béisbol en los ejercicios patrones se recomienda asumir el siguiente procedimiento recomendado por Román I. (2010): El bateador de Béisbol debe realizar 3 repeticiones con un mismo peso, e ir aumentando el peso (2½kg) en la palanqueta hasta el máximo de las posibilidades. Cuando el bateador de Béisbol no pueda vencer el peso, o presente dificultad técnica, se toma entonces el peso anterior como el peso máximo en el ejercicio patrón. Este criterio presenta objetividad y facilidad de dominio, al momento de dosificar la carga de entrenamiento con pesas para la fuerza muscular. La 2da. Prueba de control se realizará con los parámetros estandarizados, teniendo en cuenta la prueba de control inicial.

Los microciclos Especiales de los bateadores de Béisbol.

Objetivos de los microciclo especiales: Incrementar los resultados individuales de la fuerza muscular rápida en cada ejercicio patrón. Ver anexo 2.

Esta fase de desarrollo termina con un microciclo de control, donde se realiza la 2da. Prueba de control.

Los microciclos Precompetitivos de los bateadores de Béisbol

3. Fase de mantenimiento de la fuerza muscular rápida hasta finalizar la competencia en los bateadores de Béisbol.

Objetivos: Mantener el incremento alcanzado de la fuerza muscular rápida hasta la competencia de acuerdo a los resultados obtenidos. Ver anexo 3

Los microciclos Competitivos de los bateadores de béisbol.

Los microciclos competitivos comenzarán con el inicio de la competencia y el número de microciclos dependerá del tiempo de duración de la competencia.

Objetivos: Mantener el incremento alcanzado de la fuerza muscular rápida hasta finalizar la competencia. Ver anexo 4.

Los microciclos Recuperatorios de los bateadores de béisbol

Los microciclos Recuperatorios se aplicarán a partir de la terminación de la competencia.

Objetivos: Recuperar las reservas de energías agotadas en los entrenamientos de la fuerza muscular rápida mediante una reducción del volumen y sobre todo de la intensidad. Ver anexo 5.

Valoración económica y aporte social:

El manual para los entrenadores y docentes perfecciona el trabajo de la preparación del deportista del Béisbol ya que contribuye al incremento de la fuerza rápida y su mantenimiento durante la competencia en los bateadores de Béisbol participantes en las series nacionales por lo que reporta beneficios incalculables económicos para Cuba en el mercado profesional de este deporte ya que serán mejor cotizados los bateadores y los beneficios sociales también son incalculables por tratarse del deporte nacional en Cuba.

Conclusiones:

El Manual metodología para el entrenamiento de la fuerza muscular rápida de los bateadores de Béisbol cubanos participantes en las series nacionales constituye una guía de apoyo y complemento de preparación científico-metodológico para los entrenadores y docentes del deporte Béisbol.

Recomendaciones:

1- Proyectar un estudio similar con los lanzadores de Béisbol participantes en series nacionales, fundamentalmente en relación con el mantenimiento de los niveles de rendimiento durante la serie nacional.

2- Proyectar una línea investigativa relacionada con el control y la evaluación de la preparación de los jugadores de Béisbol de la serie nacional cubana y particularmente, del desarrollo y mantenimiento durante la competencia, de la fuerza muscular.

Bibliografía:

1. Becali, A. (2011). La Fuerza en el judo de alto rendimiento. Ciudad de La Habana. Cuba. Editorial Deportes.

2. Bompa Tudor, O. (2000). Periodización del Entrenamiento Deportivo. Programas para obtener el máximo rendimiento en 35 deportes. España. Editorial Paidotribo.

3. Cuervo, P.C. (1989). Fundamentos Generales del Levantamiento de Pesas. La Habana. ISCF “Manuel Fajardo”.

4. Ealo, J. (1984). Béisbol. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

5. Kuznetsov. V. (1981) La preparación de fuerza en los deportistas de categoría superior. Ciudad de La Habana, Editorial Orbe.

6. _____ (1994). Levantamiento de Pesas: Fuerza: Excelencia para el Béisbol. La Habana. ISCF “Manuel Fajardo”.

7._____ (1997). Mega Fuerza. Fuerza para todos los deportes. La Habana. ISCF “Manuel Fajardo”.

8._____ (2001) Fuerza Entrenamiento Zona 3. Bogotá. Editorial Científico Técnica.

9._____ (2010). Fuerza Total. Ciudad de La Habana. Editorial Deportes. Ruiz, A (1989). Metodología de la enseñanza de la Educación Física. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana.

10. Verkhoshansky, Y. (1990). Entrenamiento deportivo. Barcelona. Editorial Martínez Roca S.A.

11. Vorobiov, A. (1980).El mundo de los forzudos. Moscú. Editorial Progreso. Weinerck, J. (1988). Entrenamiento óptimo. Barcelona. Editorial Hispano Europea S.A. William, T.

12. Zatsiorsky, V. (1966). Cualidades Físicas del Deportista. Moscú. Editorial Cultura Física y Deporte.

Anexos:

Anexo 1.

Tabla1. Dosificación de los contenidos en la fase de adaptación muscular

Tipo de Microciclos: Adaptación muscular.

No	Ejercicios	Microciclo 1-2
1	Fuerza parado	2-3T / 5-8 R 60%
2	Bíceps	2-3T / 5-8 R 60%
3	Tríceps	2-3T / 5-8 R 60%
4	Fuerza acostado	2-3T / 5-8 R 60%
5	Halón de clin hasta el pecho	2-3T / 5-8 R 60%
6	Torsión del tronco con pesas	2-3T / 5-8 R 60%
7	Reverencias con pesas	2-3T / 5-8 R 60%
8	Media cuclilla por detrás	2-3T / 5-8 R 60%
9	Asalto al frente	2-3T / 5-8 R 60%
10	Asalto lateral	2-3T / 5-8 R 60%
11	Antebrazos (10kg)	2-3T / 10-20 R
12	Swing disco (10kg)	2-3T / 10-20 R
13	Swing bate normal	2-3T / 10-20 R
14	Planchas	2-3T / 80%
15	Abdominales	2-3T 80%
16	Saltos	2-3T 80%

Leyenda: T = Tandas R = Repeticiones

Anexo 2.

Tabla 2. Dosificación de los contenidos en la fase de desarrollo.

Tipo de microciclos: Especiales.

No	Ejercicios	Micro 4-5-6	Micro 7-8-9
1	Fuerza parado	2-3T/ 5-8 R 70%	2-3T/ 5-8 R 80%
2	Bíceps	2-3T/ 5-8 R 70%	2-3T/ 5-8 R 80%
3	Tríceps	2-3T/ 5-8 R 70%	2-3T/ 5-8 R 80%
4	Fuerza acostado	2-3T/ 5-8 R 70%	2-3T/ 5-8 R 80%
5	Halón de clin hasta el pecho	2-3T/ 5-8 R70%	2-3T/ 5-8 R 80%
6	Torsión del tronco con pesas	2-3T/ 5-8 R70%	2-3T/ 5-8 R 80%
7	Reverencias con pesas	2-3T/ 5-8 R70%	2-3T/ 5-8 R 80%
8	Media cuclilla por detrás	2-3T/ 5-8 R70%	2-3T/ 5-8 R 80%
9	Asalto al frente	2-3T/ 5-8 R70%	2-3T/ 5-8 R 80%
10	Asalto lateral	2-3T/ 5-8 R70%	2-3T/ 5-8 R 80%
11	Antebrazos (10kg)	2-3T/ 10-20 R	2-3T/ 10-20 R
12	Swing disco (10kg)	2-3T/ 10-20 R	2-3T/ 10-20 R
13	Swing bate normal (10kg)	2-3T/ 10-20 R	2-3T/ 10-20 R
14	Planchas	2-3T/ R 80%	2-3T/ R 80%
15	Abdominales	2-3T/ R 80%	2-3T/ R 80%
16	Saltos	2-3T/ R 80%	2-3T/ R 80%

Leyenda: T = Tandas R = Repeticiones

Anexo 3.

Tabla 3. Dosificación de los contenidos en la fase de mantenimiento.

Tipo de microciclos: Precompetitivos.

No	Ejercicios	Microciclo 11 al 13
1	Fuerza parado	2 -3T/ 5-8 R 80%
2	Bíceps	2-3T/ 5-8 R 80%
3	Tríceps	2-3T/ 5-8 R 80%
4	Fuerza acostado	2-3T/ 5-8 R 80%
5	Halón de clin hasta el pecho	2-3T/ 5-8 R 80%
6	Torsión del tronco, con pesas	2-3T/ 5-8 R 80%
7	Reverencias con pesas	2-3T/ 5-8 R 80%
8	Media cuclilla por detrás	2-3T/ 5-8 R 80%
9	Asalto al frente	2-3T/ 5-8 R 80%
10	Asalto al lateral	2-3T/ 5-8 R 80%
9	Antebrazos (10kg)	2-3T/ 10-20 R
11	Swing disco (10kg)	2-3T/ 10-20 R
12	Swing bate normal	2-3T/ 10-20 R
13	Planchas	2-3T/ R 80%
14	Abdominales	2-3T/ R 80%
15	Saltos	2-3T/ R 80%

Leyenda: T = Tandas R = Repeticiones

Anexo 4.

Tabla 4. Dosificación de los contenidos en la fase de mantenimiento.

Tipo de microciclo: Competitivo.

No	Ejercicios	Microciclos competitivos
1	Fuerza parado	2-3T/ 5-8 R 80%
2	Bíceps	2-3T/ 5-8 R 80%
3	Fuerza acostado	2-3T/ 5-8 R 80%
4	Halón de clin hasta el pecho	2-3T/ 5-8 R 80%
5	Torsión del Tronco con pesas	2-3T/ 5-8 R 80%
6	Media cuclilla por detrás	2-3T/ 5-8 R 80%
7	Asalto al frente	2-3T/ 5-8 R 80%
5	Antebrazos disco 10 kg	2-3T/ 20-30 R
7	Swing disco 10kg	2-3T/ 10-20 R
8	Swing con bate normal	2-3T/ 10-20 R
9	Planchas	2-3T/ R 80%
10	Abdominales	2-3T/ R 80%
11	Saltos	2-3T/ R 80%

Leyenda: T = Tandas R = Repeticiones

Anexo 5.

Tabla 5.Dosificación de los contenidos en la fase de recuperación

Tipo de Microciclos: Recuperatorios

No	Ejercicios	Microciclo 1- 4
1	Fuerza parado	1-2T/ 5 - 8 R 60%
2	Bíceps	1-2T/ 5 - 8 R 60%
3	Tríceps	1-2T/ 5 - 8 R 60%
4	Fuerza acostado	1-2T/ 5 - 8 R 60%
5	Media cuclilla por detrás	1-2T/ 5 - 8 R 60%
6	Antebrazos (disco 10-15kg)	1-2T/ 10 - 20 R
7	Martilleo (disco 10-15kg)	1-2T/ 10 - 20 R
8	Planchas	1-2T/ R 60%
9	Abdominales	1-2T/ R 60%

Leyenda: T: tanda R: repeticiones

Título: Metodología para la selección de los posibles talentos del Béisbol en Camagüey.

Title: Methodology for the possible talents selection of Baseball in Camagüey.

Autores: *Dr. C. Luciano Mesa Sánchez. Jefe de la Carrera Licenciatura en Cultura física. Email: luciano.mesa@reduc.edu.cu.

**MSc. Rodolfo Ramírez. Jefe técnico de la comisión provincial de béisbol.

***Lic. Carlos Ferie Palacios. Metodólogo de la comisión provincial de béisbol.

Instituciones: *Universidad de Camagüey "Ignacio Agramonte Loynaz". Facultad de Cultura Física "Manuel Fajardo"

**Institución: INDER, provincia Camagüey

***Institución: INDER, provincia Camagüey

País: Cuba

Resumen

La investigación tiene como propósito diseñar una metodología que posibilite llevar a cabo el proceso de selección de los posibles talentos de béisbol de la provincia Camagüey. Para llevar a vías de hecho la investigación se utilizan los métodos del nivel teórico que constituyen los procesos lógicos del pensamiento y el método sistémico estructural para la concepción de la propuesta, se emplean los del nivel empírico, siendo la medición el de mayor peso durante el proceso de investigación, además se utilizan los estadísticos matemáticos, específicamente la estadística descriptiva. El proceso de investigación se desarrolló en todos los municipios, utilizando la población de jugadores en edades comprendidas entre los 12 – 18 años de edad. Lo expuesto posibilitó el diseño de la metodología que tiene un enfoque sistémico e integrador que luego de aplicarla arrojó como principal resultado una mejoría en la calidad de las matrículas en los centros de alto rendimiento de la provincia.

Palabras claves: selección, talentos, béisbol, metodología.

Abstract

The investigation has as a propose to design a methodology that possibilitatis to carry on the selection process of possible baseball talents of Camagüey to carry on the investigation are used the methods of theorical levels that constiutute the logical preocessos of thoright and the systemis structural method for the conception of the proporal, they are used the ones of the empirical level being the measure of the major weight during the investigation process, besides they are used the mathematics, specifically the statistical descriptive. The process of investigation was developed in all the municipalities, using the population players of 12 – 18 ages. All expred before possibilitated the methogology designed that has a systemic and integrater focus that after opplying showed as a principal result an improvement in the matriculation guality in the high efficiency centers of the province

Key words: methodology, selection, baseball, talents

Introducción

Las actividades deportivas han recibido la influencia del vertiginoso desarrollo socio - tecnológico, por lo que las exigencias del deporte moderno conducen al deportista a desarrollar constantemente capacidades de carácter cada vez más complejo y al mismo tiempo ello obliga a los entrenadores y especialistas deportivos a estudiar profundamente al atleta y a las modificaciones que se van produciendo en los reglamentos y técnicas deportivas. Estos cambios han dado lugar a que el problema de la selección de los llamados "talentos deportivos" sea una de las cuestiones más importantes a resolver en el campo de las ciencias aplicadas al deporte. (Mahmoud B. 2009)

El béisbol como representación deportiva más vinculada a las tradiciones y arraigo popular en el cubano está matizada también por un vertiginoso accionar en el campo de la selección deportiva, como futuro asegurador de los talentos a desarrollarse en las diferentes posiciones de este polémico juego. Lógicamente el acervo de los países referenciales, relacionados con el proceso de selección, ha tenido influencia en el país estando marcados por una tendencia a estructurar y

organizar este proceso desde bases científicas, sin excluir la experiencia y la forma natural de selección. (Hernández Recio, L; Villegas Rodríguez, C. 2011)

Al respecto Leyva, R e Iznaga, M (2009) expresan que la selección tiene dos tareas fundamentales: la de planificación y la de la puesta en marcha. El aspecto organizativo comprende la designación de todo el instrumento que respalda al proceso de detección en el que deben estar presentes los medios, métodos y procedimientos para evaluar el talento; la puesta en marcha comprende la aplicación de todo lo que se ha concebido. Es aquí donde se concreta todo el instrumento que se va a aplicar. (Leyva, R e Iznaga, M. 2009)

En relación al proceso de selección científica de talentos se han propuesto diversos modelos a nivel internacional entre los más conocidos se encuentran según Joel Morales el programa nacional de identificación de talentos en el deporte de Australia, la ex Unión Soviética que tenía concebido un sistema integrado por tres niveles en el proceso de detección y selección, China, planteaba algo similar en cuanto a la estructura en tres niveles pero a diferencia del anterior transcurría en la educación física en nivel primario, escuelas deportivas de tiempo libre y las escuela deportiva residencial; mientras que Alemania oriental, combinaba pruebas masivas ejecutadas en las escuelas junto a las denominadas “Espartiakadas Escolares”. (Joel Morales, L. 2014)

El vertiginoso desarrollo deportivo alcanzado por Cuba ha provocado que los técnicos e investigadores se ocupen de buscar la mejor forma de seleccionar los talentos que sostengan los resultados logrados y en tal empeño se ha logrado establecer diferentes modelos de selección en los diferentes deportes. Al respecto aparecen los trabajos desarrollados por Ilisastegui, M. y Fleitas Díaz, I. (1999); Noa Cuadro, E. (2001) los que coinciden en que el proceso de selección debe realizase en última instancia, guiándose por los indicadores conservadores, no compensables.

Un sistema de selección correctamente avalado, permite que en una población determinada se seleccionen los mejores talentos, lo cual deviene no sólo en mayores resultados sino también en una óptima utilización de los recursos materiales, económicos, técnicos y también humanos. (Mahmoud B. 2009)

Aun cuando en Cuba y específicamente en el deporte objeto de estudio, está orientado cuales son las pruebas e indicadores que se deben utilizar para realizar la selección de los posibles talentos, no se precisa con toda la claridad necesaria como llevar a cabo el proceso de selección. La situación problemática expuesta,perfila una contradicción de la que surge el problema de esta investigación, entre la organización del proceso de selección de los jugadores de béisbol y las exigencias actuales de esta disciplina deportiva,una de cuyas posibles causas, de carácter organizativo, es la falta de una metodología que garantice un eficiente proceso de selección. Es por ello que el objetivo de la investigación se dirige al diseño de una metodología para la selección de los posibles talentos del béisbol en Camagüey.

Desarrollo

Metodología empleada

El proceso de investigación se llevó a cabo durante el curso escolar 2015-2106. Se asumen las etapas del proceso investigativo propuesta por Álvarez de Zayas, C. (2000), donde plantea que se desarrolla un primer momento denominado investigación a un nivel fenomenológico (facto-perceptibles); la segunda etapa denominada construcción del modelo teórico y concreción de la teoría; tercera etapa denominada comprobación empírica del modelo teórico y desarrollo de la teoría. En la primera de las etapas de la investigación se desarrolla el análisis factoperceptual del problema objeto de estudio, determinando sus manifestaciones externas. Para ello se utilizan como métodos y técnicas empíricas la observación, revisión de documentos, entrevistas no estructuradas.

En la segunda etapa se diseña la propuesta de metodología para la selección de los talentos en el béisbol de la provincia. Para llevar a cabo este proceso se utilizó el método teórico, especialmente el sistémico estructural; además se utilizan los métodos del nivel empírico, enfatizando en los talleres de opinión crítica y construcción colectiva en el diseño de la propuesta, entrevista no estructurada, observación, medición. La aplicación articulada de los métodos y técnicas de investigación posibilitaron el diseño de la metodológica para la selección de los

posibles talentos del béisbol en Camagüey, integrada por seis fases que a su vez la componen momentos y procedimientos para cumplir con cada momento, así como los objetivos específicos.Las variables y utilizadas en la metodóloga son el resultado del análisis bibliográfico realizado por el equipo de investigadores, así como la consulta a los especialistas de otras provincias del país que poseen mejores resultados deportivos, llegando a la conclusión que era necesario no solo utilizar las variables que se indican en el Programa Integral de Preparación del Deportista, sino también algunas utilizadas en el contexto internacional en este deporte. La metodología se expone a continuación.

METODOLOGÍAPARA LA SELECCIÓN DEPORTIVA EN EL BEISBOL CAMAGÜEYANO.

Primera fase. Preparación de las condiciones necesarias.

Objetivo: Organizar el proceso de selección de los posibles talentos del béisbol en Camagüey.

Primer momento. Preparación del equipo de trabajo

Objetivo específico: Preparar a los técnicos que conforman el equipo de trabajo de selección deportiva.

Procedimientos

- Selección del equipo de trabajo.
- Preparación del equipo de trabajo
- Constatación práctica (pilotaje) del nivel de preparación del equipo de trabajo.
- Perfeccionamiento de la propuesta a partir del resultado del pilotaje.

Segundo momento. Preparación de los actores sociales que intervienen en el proceso de selección

Objetivo específico: Preparar a los actores sociales que intervienen en el proceso de selección.

Procedimientos.

- Preparación de los actores del sistema INDER a nivel municipal.
- Preparación de los actores gubernamentales y políticos a nivel municipal.

Segunda fase: Detección de los jugadores con potencial atlético para la práctica del béisbol

Objetivo: Detectar a los jugadores de béisbol que poseen un potencial atlético acorde a las exigencias del deporte.

Tercer momento. Detección de los jugadores con una condición física acorde a las exigencias del deporte.

Objetivo específico: Identificar a los jugadores con una condición física acorde a las exigencias del deporte.

Procedimientos.

- Aplicación de la batería de pruebas a toda la población de practicantes del béisbol en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.

✓ **Batería de pruebas.**

1. Condiciones biométricas
   - Desarrollo de los caracteres sexuales secundarios. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
   - Talla. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
   - Longitud de los dedos de las manos.
   - Determinación del ratio de los dedos de las manos.
2. Condición física
   - Rapidez de reacción simple.
   - Rapidez de traslación. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
   - Carrera de 60 yardas.
   - Fuera del brazo de lanzar. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
   - Fuerza de los brazos. Determinación de la aceleración del swing.
   - Fuerza del brazo de lanzar. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
   - Fuerza de los miembros inferiores. Salto de longitud sin carrera de impulso.

- Procesamiento de la información arrojada por la batería de pruebas.
- Evaluación de la población de practicantes objeto de estudio.
- Identificación de los jugadores con una condición física y biométrica acorde a las exigencias del deporte

Tercera fase: Detección de los jugadores con las habilidades motrices deportivas acorde a las exigencias del deporte.

Objetivo: Determinar los jugadores de béisbol que poseen las habilidades motrices deportivas acorde a las exigencias del deporte.

Cuarto momento. Aplicación de la batería de pruebas que permite constatar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices deportivas.

Objetivo específico: Identificar a los jugadores con un desarrollo de las habilidades motrices deportivas acorde a las exigencias del deporte.

Procedimientos.

- Aplicación de la batería de pruebas a los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.
  - ✓ **Batería de pruebas.**
    1. Capacidades coordinativas del gesto técnico. Se emplea el método de observación.
       - Fildeo de rolling. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
       - Fildeo de fly. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
       - Cobertura al campo. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
       - Manejo de la bola. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
       - Tacto. Según Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).
- Procesamiento de la información arrojada por la batería de pruebas.
- Evaluación de los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata objeto de estudio.
- Identificación de los jugadores con un desarrollo de las habilidades motrices deportivas acorde a las exigencias del deporte

Cuarta fase: Valoración del progreso de la condición física y habilidades motrices deportivas de los jugadores.

Objetivo: Valorar el progreso de la condición física y las habilidades motrices deportivas que han logrado los jugadores.

Quinto momento. Determinación del progreso de la condición física y habilidades motrices deportivas de los jugadores

Objetivo específico: Determinar el progreso de la condición física y las habilidades motrices deportivas que han logrado los jugadores.

Procedimientos.

- Aplicación de la batería de pruebas a los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.
  - ✓ **<u>Batería de pruebas</u>.**
    1. Condiciones biométricas. Se aplican las mismas pruebas.
    2. Condición física. Se aplican las mismas pruebas.
    3. Capacidades coordinativas del gesto técnico. Se emplea el método de observación. Se aplican las mismas pruebas.
- Procesamiento de la información arrojada por la aplicación de la batería de pruebas a los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.
- Evaluación de los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.
- Valoración del desarrollo alcanzado en la condición física y las habilidades motrices deportivas por los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.
- Determinación de los jugadores que han logrado los mayores progresos en el desarrollo de la condición física y las habilidades motrices deportivas.

Quinta fase: Selección preliminar de los jugadores con perspectivas para integrar las matrículas de los equipos en los centros provinciales.

Objetivo: Seleccionar a los jugadores con perspectivas que podrán integrar las matrículas de los equipos en los centros provinciales.

<u>Sexto momento</u>. Determinación de los jugadores con perspectivas que podrán integrar las matrículas de los equipos en los centros provinciales.

Objetivo específico: Determinar a los jugadores con perspectivas que podrán integrar las matrículas de los equipos en los centros provinciales.

Procedimientos.

- Aplicación de la batería de pruebas a los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.
  - ✓ **<u>Batería de pruebas</u>.**
    1. Condiciones biométricas. Se aplican las mismas pruebas.
    2. Condición física. Se aplican las mismas pruebas, exceptuando el salto de longitud.
    3. Capacidades coordinativas del gesto técnico. Se emplea el método de observación. Se aplican las mismas pruebas
    4. Condiciones de salud. Examen clínico establecido por el instituto de medicina deportiva.
    5. Condiciones psicológicas. Se emplea el método de entrevista
    6. Condiciones sociales. Se emplea el método de entrevista.
- Procesamiento de la información arrojada por la aplicación de la batería de pruebas a los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.
- Evaluación de los grupos de perspectiva y de perspectiva inmediata en la provincia, en edades comprendidas entre los 12 y 18 años.
- Selección de los 60 jugadores de cada categoría con mejores condiciones físicas y las habilidades motrices deportivas con vista a la preparación central para competencias.

Sexta fase: Selección definitiva de los jugadores para integrar las matrículas de los equipos con vista a la preparación central para competencias.

Objetivo: Seleccionar a los jugadores con perspectivas que integran las matrículas de los equipos en los centros provinciales.

<u>Séptimo momento</u>. Determinación de los jugadores con perspectivas que integraran las matrículas de los equipos en los centros provinciales.

Objetivo específico: Identificar a los jugadores con perspectivas que integraran las matrículas de los equipos en los centros provinciales.

Procedimientos.

- Aplicación de la batería de pruebas a los 60 jugadores de cada categoría con mejores condiciones físicas y las habilidades motrices deportivas
  - ✓ **<u>Batería de pruebas</u>.**
    1. Condiciones biométricas. Se aplican las mismas pruebas de la fase anterior.
    2. Condición física. Se aplican las mismas pruebas de la fase anterior.
    3. Condiciones de salud. Examen clínico establecido por el instituto de medicina deportiva.
    4. Capacidades coordinativas del gesto técnico. Se emplea el método observación. Se aplican las mismas pruebas.
    5. Juego de béisbol con tareas. Las tareas se establecen en función del criterio de los profesores.
    6. Condiciones psicológicas. Se emplea el método de entrevista
    7. Condiciones sociales. Se emplea el método de entrevista.
- Procesamiento de la información arrojada por la aplicación de la batería de pruebas a los 60 jugadores de cada categoría con mejores condiciones físicas y las habilidades motrices deportivas
- Evaluación de los 60 jugadores de cada categoría con mejores condiciones físicas y las habilidades motrices deportivas.
- Identificación de los 30 jugadores de cada categoría con mejores condiciones físicas y las habilidades motrices deportivas con vista a la preparación central para competencias.
- Selección de los jugadores con los mejores perfiles integrales (resultados de las pruebas que se aplican en la sexta fase) que conformaran la matrícula de los centros deportivos con vista a la preparación central para competencias, a partir de las necesidades del equipo.
- Selección de los jugadores con condiciones físicas y las habilidades motrices deportivas que conformaran el grupo de seguimiento con vista a la preparación central para competencias.

Orientaciones generales.

- Para determinar los jugadores elegidos se utilizan las normas expresadas en el programa de preparación del deportista y los resultados de investigaciones internacionales.
- Se realiza una valoración integral de los resultados de cada jugador otorgando 60 puntos a las pruebas de las condiciones biométricas, condición física y condiciones de salud; mientras que las pruebas de las habilidades motrices deportivas se le otorgan 40 puntos.
- Se efectúa una primera selección de los jugadores que cumplen con las normas nacionales.
- Se efectúa una segunda ronda de selección con aquellos que no cumplen pero que se encuentran por encima de los resultados medios de la población objeto de estudio.
- Se debe confeccionar un protocolo de recogida de los datos.

La tercera etapa de la investigación, se desarrolló comprobando en el campo empírico la metodología diseñada para la selección de los posibles talentos de béisbol en la provincia Camagüey. La concreción de esta se llevó a cabo mediante el método de medición, desarrollada durante los meses de marzo a mayo del año 2016. Efectuadas en los terrenos de béisbol de los municipios, de lunes a viernes. Es preciso desatacar que esto transitó de esta forma hasta la quinta fase, pues la sexta fase se desarrolló en el terreno de la EIDE provincial; todas las mediciones fueron realizadas por los mismos especialistas, miembros de la comisión provincial de béisbol y del equipo de investigación, utilizando los mismos instrumentos, entre estos se pueden mencionar la pistola radar, bates, pelotas, soporte radar que mide la aceleración del swing, cronometro, cinta métrica.

En aras de lograr la mayor precisión en el registro de los datos durante la medición, se confección un protocolo de recogida de los datos. Luego de efectuadas las mediciones, se realiza el procesamiento estadístico de los resultados, utilizando la estadística descriptiva, determinando las distribuciones

empíricas de frecuencia representadas mediante la media, la desviación estándar, el máximo y el mínimo.

RESULTADOS

A continuación de muestran los resultados de la constatación práctica de la metodología para la selección de los talentos en el béisbol de la provincia Camagüey. El primer resultado alcanzado con la aplicación de la propuesta es la cantidad de jugadores que se lograron estudiar. Al respecto, es preciso plantear que en las edades comprendidas entre los 12 y 18 años de edad (tabla 1), se midieron 315 jugadores, estando representados todos los municipios de la provincia.

Tabla 1. Distribución por edades de la población estudiada.

	Edades						
	12	13	14	15	16	17	18
Cantidad	59	70	55	56	25	29	22
TOTAL	315						

Como se puede apreciar en la tabla, la mayor cantidad de practicantes se concentran en los 13 años, lo que indica la categoría sub 15 es la que cuenta con mayor masividad en los territorios.Es necesario plantear que la aplicación de la metodología posibilitó a la comisión provincial detectar el comportamiento de la población de jugadores por edades, existiendo un decrecimiento en cuanto a practicantes en la medida que se asciende en edad. Lo expuesto indica que la metodología permite realizar un estudio integrado de la población de jugadores determinando las edades en las que se debe hacer mayor énfasis y por supuesto cuales son los municipios que presentan las mayores dificultades. A continuación se expone un ejemplo de los resultados grupales obtenidos con la aplicación de la metodología utilizando la categoría sub 15.

TABLA 2. Perfil del desarrollo físico de los niños de 15 años

Estadística	Variables que caracterizan la condición física del jugador						
	R.R	60Y	LANZ	R.T.	A.S	S.L	M
MEDIA	1,23	7,60	197,68	4,39	69,14	2,06	59,15
D.ESTANDAR	0,25	0,72	40,89	0,41	6,60	0,24	7,57
MAXIMO	1,85	9,73	295	5,56	81	2,54	74
MINIMO	0,73	6,4	2,1	3,73	48	1,58	40
C.ASIM.	0,60	0,56	-1,53	0,63	-0,96	0,14	-0,50

Leyenda: R.R: rapidez de reacción. 60Y: sesenta yardas. LANZ: distancia en el lanzamiento desde los jardines. R.T: rapidez de traslación. A.S: aceleración del swing. S.L: Salto de longitud. M: millas por horas que lanzan. C.ASIM: coeficiente de asimetría de los resultados alrededor de la media.

Al analizar el perfil de los jugadores de 15 años (tabla 2), se observa un resultado en la rapidez de reacción (1.23 segundos) que a juicio de los investigadores no es favorable para la práctica de este deporte; en cuanto las 60 yardas, el perfil se caracteriza por un resultado igual a (7.60 segundos), es preciso acotar que este es positivo, coincidiendo con los valores de algunas investigaciones que se han realizado a nivel internacional con jugadores de mayor edad.

Por su parte la rapidez de traslación, muestra un perfil de (4.39 segundos), siendo superior al perfil de referencia nacional (4.45 segundo), lo cual es indicativo de poseer una matrícula en esta edad con cualidades de rapidez acorde a lo establecido para acceder a las escuelas deportivas de la provincia. En cuanto a la aceleración del swing se obtuvo un perfil (69,14 millas), al comparar este con los indicadores de referencia nacional se observa que existe un resultado inferior (75 millas), indicativo de dificultades en la cualidad fuerza. En cuanto a la fuerza del brazo, evaluado mediante la velocidad determinada en millas durante los lanzamientos, se obtuvo un perfil de (59,15 millas), indicativo de dificultades en la cualidad fuerza, ya que es inferior al de referencia para todas las posiciones de juego siendo para los lanzadores (80 a 82); los receptores (68 millas); los jugadores de cuadro(71 millas); mientras que para los jardineros (75 millas).

Como se observa en los resultados mostrados los promedios alcanzado no satisfacen las exigencias establecidas a nivel nacional, por lo tanto si se fuera a realizar la selección tomando en consideración estos parámetros sería imposible conformar la matrícula. Pero la metodología posibilita la selección ya que en primer lugar el análisis que se realiza de la población es integral, en segundo lugar se toman en consideración en un segundo momento los resultados medios de la población objeto de estudio seleccionando los que cumplen con los indicadores nacionales y en una segunda ronda los que no cumplen pero que se encuentran con encima de los resultados medios de la población estudiada.

Conclusiones

1. La metodología posibilitó detectar el comportamiento de la población de jugadores de béisbol en la provincia, según el grupo etario al que pertenece.
2. La metodología posibilitó determinar las fortalezas y debilidades en cuanto al desarrollo de la condición física y habilidades motrices deportivas en la población de jugadores de la provincia.
3. La metodología posibilitó dar seguimiento a los jugadores que no logran cumplir con los requerimientos de ingreso a los centros de alto rendimiento en el momento de aplicar el procedimiento.
4. La metodología permitió mejorar la calidad de la matrícula en los centros de alto rendimiento de la provincia.

Referencias bibliográficas

1. Agnaldo Moraes, A; Romero Frómeta, Edgardo (2005). La selección de talentos en el deporte de alto rendimientohttp://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 90 - Diciembre de 2005
2. Álvarez, de Zayas, Carlos. (2000). La investigación científica en la sociedad del conocimiento. La Habana. Editorial Academia.
3. Hernández Recio, Luís A; Villegas Rodríguez, C. (2011). Sistema de acciones para la selección de talentos deportivos en el béisbol con niños de la categoría

10-11 años en la comunidad Julio A. Mella del Municipio Camagüey. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - Nº 156 - Mayo de 2011. http://www.efdeportes.com/

4. Joel Morales, L. (2014). Normas para evaluar talentos en condición física: escolares entre 7 y 17 años del estado Portuguesa, Venezuela. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana
5. Leyva, R; Iznaga, M (2009). La selección de talentos en la actividad deportiva.http://www.iscf.cu/webs/accion/Articulos/ACCION_2007/talentos_articulo-renan.pdf. consultada 18/abril 2017.
6. Mahmoud B. (2009). Estrategia para la selección deportiva inicial en la gimnasia artística masculina” (como ejemplo en el gimnasio Albaath, de la ciudad de Latakia, República árabe de Siria). Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La habana
7. Reynaldo Balbuena, Franger E. (2013).Programa Integral de Preparación del Deportista, Béisbol. Federación cubana de béisbol, Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”

Título de la Innovación: Pelotas Multipropósito para el entrenamiento del Beisbol y Softbol.

Autor: Lic. Francisco Javier Carbonell Duménigo.

País: Cuba

Descripción del resultado. Las pelotas multipropósitos pueden ser de diversos colores (preferible el blanco por su similitud con las pelotas oficiales y por razones de visibilidad) y pesos, posibilita ser utilizadas con objetivos específicos en el entrenamiento de distintos deportes (beisbol, softbol, hockey sobre césped….). Para el Beisbol y Softbol sirven para desarrollar la fuerza especial de los bateadores y lanzadores, el control y la velocidad de los pitcher, y para los jugadores en general. La materia prima es la Goma, el Poliuretano y PVC de deshechos.

El proceso de producción es sencillo, no requiere de mayores inversiones, pues se utilizan equipos existentes en talleres de artesanos cuentapropistas. Admite el uso de muchas variantes comerciales de las materias primas descritas, sin que los cambios de resina modifiquen la esencia de la tecnología.

La pelota de PVC se puede utilizar para la enseñanza del fildeo general, el calentamiento del brazo, bola bombada, batintín, bateo a corta distancia y con el terreno húmedo.

Para lograr los diferentes pesos se pueden utilizar distintos procesos y mezclas de las materias primas en cuestión o hacerles variados huecos a la pelota hasta alcanzar el peso deseado, sin afectar la dinámica del movimiento para lo que se utiliza.

La pelota Curveadora o Media Naranja se fabrican con los mismos materiales antes descritos. Tienen la ventaja de que se puede lanzar desde el Box hasta el Home y el receptor recibirla, ayuda a los entrenadores para tirar la curva con una pequeña rotación de la muñeca.

Las pelotas multipropósito pueden ser comercializadas dentro y fuera del país. Válidas como juguetes y para la rehabilitación de los músculos de las extremidades superiores.

El ahorro es sustancial porque poseen una vida útil de 3 años y más, mientras que las que se comercializan hay que reconstruirlas constantemente

1. **Problema que resuelve:** Resuelve los escases de pelotas para el entrenamiento y a su vez desarrolla los músculos del brazo para los lanzadores y bateadores.
2. **Objetivos que se logra a través de ella:**Aumentar la posibilidad de pelotas para todo el desarrollo del entrenamiento, aumentar la fuerza de los brazos de Pitcher y bateadores y lograr una mayor preparación general y especial.
3. **Costo y beneficio**:(Hay que exponer el costo de cada uno de los materiales que se utilizaron en su elaboración, realizar una comparación con el costo del medio si existieran y su novedad)
4. **Lugar donde se encuentra (aplica):** Se aplica en Villa Clara, Matanzas, Ciego e Avila, Cienfuegos, Santi Spiritus entre otras y en los lanzadores del equipo Cuba de Beisbol y Softbol, tanto masculino como femenino (hay videos y en el libro “En busca de la Cien Millas)
5. **Avales (dirección municipal, provincial, comisión provincial en caso de que dé respuesta al deporte, educación física, la cultura física y la recreación)**(hay que adjuntarle a la ficha todos los avales posible, estos deben ser de manera jerárquica, no pueden faltar los de la actividad del deporte, los premios que han alcanzado en diferentes eventos)
6. **Diseño, dibujos, fotos de la innovación**(Exponer a través de fotos, dibujos o diseño del medio que se explica como innovación)

_____ _____

Nombre y Apellidos del Esp. Mcpal de CTMA **Firma**

AVAL

De: Ernesto Ruiz.
Comisionado de Beisbol Provincial. Villa Clara

El motivo de esta misiva es hacerles saber la importancia que reviste las innovaciones hechas por Francisco Javier Carbonell Duménigo, con la pelota de variados pesos el primero para el Beisbol y Softboll.
La pelota hace años es utilizada para el entrenamiento con el objetivo de lograr mayor velocidad para los pitches y mayor fuerza al bate para los bateadores, tiene una alta duración y además sustituye importaciones. Este implemento ahorraría una gran cantidad de recursos y dinero al país, cuestión priorizada por el Estado y el Gobierno cubano y que aboga constantemente el Primer Secretario de Comité Central y Presidente de los Consejos de Estado y Ministro Raúl Castro Ruz.

Sin otro asunto.
Ernesto Ruiz.
Comisionado de Beisbol Provincial.
Villa Clara

Título: Sensomotricidad en el control sobre los lanzamientos del béisbol. EIDE Las Tunas.

Title: Sensomotricidad in the control on the launches in the baseball. EIDE Las Tunas

Autores: MSc. Pedro Menandro Calzado Vargas
Lic. Carlos Andrés Pedroso Martínez
MSc. Benjamin Blas Thorfe Blanco

RESUMEN:

La sensomotricidad en la preparación del lanzador aspira al perfeccionamiento del control sobre los lanzamientos. Integra la neurofisiología, kinesiología, la rehabilitación física y la didáctica, de los que se derivan los subsistemas: propiocepción en la coordinación perceptivo motriz del lanzamiento, la interiorización – productividad - proactividad táctica y la fuerza velocidad con alta reactividad, vínculo que aporta como cualidad resultante la dinamización del proceso de enseñanza aprendizaje de dicho control. Se incluyen todos los lanzadores de la categoría sub 15 años. Las acciones mostraron su efectividad a partir del mejoramiento en los indicadores evaluados correspondientes a: Ubicación del lanzamiento en la zona planificada, eficiencia en el cumplimiento de las acciones tácticas e incremento progresivo de la velocidad del lanzamiento. Se utiliza el análisis biomecánico para la medición y valoración de los movimientos especializados. La preparación sensomotora bajo la orientación pedagógica ha constituido un estímulo fisiológico y una motivación psicológico - axiológica en la formación de la personalidad con importantes resultados en la actividad competitiva. Se corrobora la viabilidad y factibilidad al imbricarse satisfactoria y provechosamente en el entrenamiento con total aceptación por atletas y entrenadores, estos últimos formando parte de la investigación.

Palabras claves: sensomotricidad, propiocepción, percepción, control, proactividad, reactividad.

SUMMARY:

The sensomotricidad in the preparation of the pitcher aspires to the perfection of the control on the launches. Integrates neurophysiology, kinesiology, physical rehabilitation and didactics, from which the subsystems are derived: proprioception in the perceptual coordination of the launch, interiorization - productivity - tactical proactivity and speed strength with high reactivity, bond that contributes as a quality. Resulting the dynamization of the teaching process learning of said control. Includes all pitchers in the 13 - 15 category. The actions showed their effectiveness from the improvement in the indicators evaluated corresponding to: Location of the launch in the planned area, efficiency in the accomplishment of the tactical actions and progressive increase of the speed of the launching. Biomechanical analysis is used for the measurement and valuation of specialized movements. The sensorial training under the pedagogical orientation has been a physiological stimulus and a psychological - axiological motivation in the formation of the personality with important results in the competitive activity. The feasibility and feasibility of being successfully and beneficially involved in training with full acceptance by athletes and coaches, the latter being part of the research, is corroborated.

Key words: sensomotricity, proprioception, perception, control, proactivity, reactivity.

Title: University Baseball Game Management: A Personal Account Detailing and Classifying Leadership Roles

Takafumi Hayashi

Doctoral Program, Graduate School of Media and Governance, Keio University

Abstract

Having the experience to manage a university team in Gifu Prefecture for nine years, this is a first person's view point study for the role of a baseball-team manager. I reflect the experience of leading the team in its attempts to win the league, resulting in both successes (winning the Fall League in 2014) and failures (finishing in 3rd place in the 2013 Spring League). I examine the leadership role of a manager by classifying and detailing game management types. I found that in addition to a situational route, it is also necessary for a manager to take a structured route, reflecting on leadership and reviewing basic management types.

Título: Acciones de intervención psicológica para la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15 – 16 años de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana

Autores: M.Sc. Yaneivis Soler Prieto

Dr. C. Marta Cañizares Hernández.

Dr. C. Marisol de la C. Suárez Rodríguez.

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Introducción

La sociedad cubana actual ha alcanzado en el transcurso de los años logros irrefutables que la colocan en un lugar cimero a nivel mundial. Uno de ellos y que enorgullece a las nuevas generaciones de cubanos, es la práctica deportiva como derecho del pueblo.

Detrás del resultado obtenido por un deportista se encuentran años de entrega y de trabajo, realizado de manera integrada por entrenadores, deportistas, directivos y personal médico. Dentro de este último grupo se destaca con un alto nivel de significación el control psicológico realizado al entrenamiento deportivo, en aras de lograr que un desempeño adecuado de las funciones psíquicas, contribuya al rendimiento del deportista, tanto desde el punto de vista técnico como de la exposición y uso adecuado de sus habilidades tácticas. Dicho trabajo comienza desde edades tempranas, con el entrenamiento de base, y se consolida con el arribo al alto rendimiento en las escuelas de iniciación deportiva (EIDE). Uno de los elementos que se mencionan dentro del área deportiva por todo el personal involucrado, tal vez, con mayor ímpetu, es el referido a la atención.

El estudio de los procesos atencionales en el ámbito deportivo no puede ir en contraposición a los elementos que tipifican esta actividad, y menos aún de las exigencias psicológicas que poseen cada uno de los deportes. Es por ello que, antes de enfrentarse a investigaciones de esta índole, es necesario dejar

establecido en qué agrupación deportiva se encuentra ubicado el deporte en cuestión y qué elementos la caracterizan.

En el caso de la presente investigación, se trabajó en una agrupación en la cual la propia dinámica que debe seguir el deportista para dar cumplimiento a las exigencias, complejiza su desempeño adecuado desde el punto de vista psicológico; se hace referencia en este caso a la agrupación de deportes de combate. Dentro de esta agrupación, el boxeo se caracteriza por el contacto cuerpo a cuerpo que se establece entre los contrincantes. Su calificación se basa en la percepción subjetiva de sujetos que ejercen la función de jueces y árbitros, en aras de otorgar la más alta puntuación al deportista que proporcione la mayor cantidad de golpes efectivos a su contrario, durante un período de tiempo previamente establecido y controlado con rigurosidad. Es por ello que el atleta de boxeo debe hacer uso de todos los recursos puestos a su disposición, en aras de esclarecer a los espectadores y jueces en cuál de los púgiles se encuentra el mayor nivel de maestría deportiva.

En este sentido Dosil (2004) establece que la adecuada preparación física, técnica y táctica en un deportista encuentra su máximo potencial de rendimiento cuando se ha logrado desarrollar, además, la capacidad de controlar el foco atencional.

Según refieren Sánchez y González (2004) la atención es concebida como la orientación selectiva de la conciencia hacia un objeto que tiene determinada significación. Es una de las funciones psíquicas más importantes; se encuentra directamente vinculada con la recepción activa de la información proveniente del medio que rodea al individuo, y responde tanto a factores de tipo cognitivo como a los afectivo-motivacionales.

Los mejores niveles de ejecución se consiguen cuando los deportistas se sitúan en una zona donde la atención está totalmente dirigida al proceso de ejecución y a nada más, es decir, focalizada en los factores relevantes, y alejada de los pensamientos negativos y de otras formas de distracción que deterioran la ejecución. Es precisamente a este nivel de focalización de la atención hacia aquellos estímulos relevantes durante el tiempo necesario y excluyendo los no relevantes, lo que se denomina concentración de la atención (Schmid y Peper,

1961), considerándose como uno de los procesos atencionales de mayor influencia en el éxito o fracaso de los deportistas.

Varios son los estudios realizados por profesionales del campo de la Psicología del Deporte en relación a la concentración de la atención. Entre ellos se destacan Nideffer (1976, 2008), Barrón (2011), Gamito (2002). Uno de los más importantes fue el realizado por Dzhamgarov y Puni (1990), quien planteó que el tiempo de concentración de la atención es el período de tiempo que transcurre desde que el deportista está listo para comenzar la acción y el comienzo de sus movimientos.

Según Nideffer (1989), existen tres grandes grupos de factores que pueden actuar como distractores, y que afectan, por tanto, la concentración de la atención. Ellos son: los factores externos (público, árbitros, oponentes, etc.), los internos (pensamientos ajenos a la situación, pensamientos negativos, falta de seguridad, etc.) y la dificultad para cambiar la forma de atender (cambio de un estilo atencional a otro). Estos factores, pueden incluso estar funcionando en conjunto si no se realizó una efectiva preparación para afrontarlos, haciendo más favorable aún, la posibilidad de desconcentrarse y verse afectada así la correcta ejecución de la tarea. En este sentido el atleta debe estar previamente preparado, al igual que el entrenador, para poder enfrentar este tipo de situaciones y alcanzar así, un resultado satisfactorio. (Citado en Nideffer, 2008)

La concentración de la atención o el prestar atención a lo que estamos haciendo y a lo que está ocurriendo, supone una técnica que puede aprenderse y debe practicarse con regularidad para mantenerse en un elevado nivel de eficiencia. El deporte, por su propia naturaleza acentúa la concentración, pero una práctica específica la mejora más allá de ese punto. Por ello es de gran importancia que los preparadores y los deportistas acepten el hecho de que es conveniente adiestrarse respecto a esta capacidad de igual forma y con el mismo grado de importancia que las capacidades físicas. A partir de los elementos anteriormente planteados se realiza la presente investigación con el objetivo de:

- Proponer acciones de intervención psicológica para el entrenamiento de la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15 – 16 años de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana.

Metodología de la investigación:

Para la realización de la siguiente investigación se utilizó una metodología mixta, es decir, una metodología cualitativa y cuantitativa de forma integrada. El estudio que se realiza es en su esencia de tipo descriptivo. Se utiliza un diseño pre–experimental que consta de preprueba y postprueba con un solo grupo de control. En este caso a un grupo se le aplica una prueba previa al estímulo o tratamiento, después se le administra el tratamiento y finalmente se le aplica una prueba posterior al mismo. (Hernández, 2003)

Para la recogida de la información en el terreno se confeccionó una planilla que se llevó a una base de datos EXCEL para su ordenamiento y mejor comprensión. Para el análisis de los resultados se aplicó la estadística descriptiva, utilizando como medidas de tendencia la mediana y la moda. Adicionalmente fueron utilizadas las distribuciones empíricas de frecuencias absolutas y relativas con su correspondiente distribución porcentual para el análisis cualitativo de las variables.

Se utilizó la prueba de rangos con signos de Wilcoxon con el objetivo de evaluar los contrastes test y retest. El nivel de significación utilizado fue de $p<0,05$. Además, fue utilizado el análisis de varianza no paramétrico de Kruskal Wallis con el objetivo de comparar las observaciones diagnósticas. El nivel de significación utilizado fue de $p<0,05$. Para la representación de la información fueron utilizadas tablas, gráficos de barras y pastel. Para el procesamiento estadístico se utilizó el paquete estadístico SPSS 22.0 para Windows.

La presente investigación fue realizada con boxeadores de la categoría escolar de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana. De los 20 boxeadores de la muestra seis tienen 15 años (30%) y los 14 restantes poseen 16 años (70%). Quedaron representadas cada una las 10 divisiones con que cuenta la categoría escolar, ellas son: 46 kg, 50 kg, 54 kg, 57 kg, 60 kg, 65 kg, 70 kg, 75 kg, 80 kg y más de 80 kg. Del total de la muestra 15 deportistas (75%) poseen entre dos y tres años de experiencia en la práctica del deporte, así como cinco (25%) entre cuatro y cinco años. De manera general un total de 5 boxeadores han participado en Juegos Escolares Nacionales, lo que representa el 25%.

El trabajo constó de 4 momentos fundamentales: Etapa de diagnóstico, Etapa de

elaboración de las acciones de intervención, Etapa de aplicación de las acciones y Etapa de valoración de la efectividad de las acciones propuestas. Las técnicas psicológicas empleadas para la recogida de la información durante el diagnóstico fueron: entrevista semiestructurada al deportista, observación de entrenamientos y competencias, escala de autovaloración a deportistas, escala de valoración externa a entrenadores, Test de Anillos de Landolt y la variante del Test de Síntomas de Carga de Frester validada para tenistas cubanos por García (2001). Para la valoración de la efectividad fueron empleadas las mismas técnicas exceptuando la observación y el Test de Síntomas de Carga.

Para la intervención (8 semanas) fueron elaboradas un total de 8 acciones de intervención (individuales y grupales) divididas en tres grupos. El primer grupo dirigido al entrenamiento de la concentración de la atención interna integra el Entrenamiento Sensomotor de Del Monte, 2005; Visualización o Ensayo Imaginado de González, 2003 y Técnica de Atención Respiratoria de Hernández, 2002. El segundo grupo dirigido a la concentración de la atención con las Técnicas de Focalización y de Escucha, ambas de Ribetti, 2011 y la Técnica Combinada de Procesos Cognitivos de Del Monte, 1998. El tercer grupo de acciones colaterales que incluye las Charlas-Debates de Suárez, 2012 y Cañizares, 2009, así como el Esclarecimiento de Objetivos y Metas de González, 2003. Todas ellas fueron adaptadas a la práctica del boxeo, así como dosificadas y complejizadas según las demandas de la investigación. (Soler, 2016)

Análisis de resultados

Los 20 deportistas (100%) de la muestra le confieren un nivel de significación alto a este proceso psicológico para la práctica del boxeo. Solamente cinco deportistas (25 %) de la muestra refiere haberlos vivenciado durante los períodos de entrenamiento; los 20 deportistas (100%) de la muestra asocian la aparición de dichas dificultades a las situaciones de competencia. Estos elementos fueron corroborados mediante la observación participante que arrojó las principales dificultades en la concentración durante la tercera observación realizada durante la realización de un tope competitivo. También durante las observaciones de los entrenamientos fueron detectadas dificultades en la totalidad del grupo, lo que

indica que existe una subvaloración de la importancia del rendimiento deportivo durante los entrenamientos, y por tanto un conocimiento reducido de la función modeladora del mismo para enfrentar la situación de competencia.

Durante la etapa de diagnóstico existió una evaluación predominante de mal en 10 deportistas (50%) y regular en ocho deportistas (40%) en relación a este proceso, existiendo una correspondencia entre los criterios de deportistas, entrenadores, los resultados del test dispuesto en este sentido y los elementos arrojados por la observación. Los minutos de mayor concentración de la atención fueron el segundo y el cuarto, mientras los de más baja fueron el quinto y el primero.

En este caso los bajos niveles existentes al comienzo de una nueva actividad que demanda esfuerzo del deportista se encuentra en correspondencia con estudios anteriores realizados por Del Monte (2005), quien hace referencia a resultados encontrados en deportistas de judo en entrenamientos de altura en 1998 y 1999 y plantea que tanto en el Test Anillos de Landolt (1998) como con el Test de la Rejilla (1999) se observan diferencias en la atención (concentración) en diferentes periodos.

Durante la etapa de valoración de la efectividad de las acciones de intervención se observa un paso a las categorías de bien en siete deportistas (35%) y muy bien en cuatro deportistas (20%), existiendo cuatro sujetos evaluados de excelente (20%). En este caso son el 3ro, 5to y 4to minuto (en ese orden) los de mejores resultados y el 1ro el de más bajo. Esta vez el 5to minuto fue incluso superior al 2do y 4to, lo que indica un desarrollo de habilidades para combatir el agotamiento físico y psicológico que aparece ante situaciones de carga, así como capacidad para el mantenimiento de la concentración de la atención en momentos de cansancio o dolor, habilidades que fueron desarrolladas con las acciones de intervención realizadas. Este avance en la concentración se encuentra en correspondencia con estudios realizados por Del Monte (2000, 2005) que plantea que a medida que transcurren las etapas de preparación mejora la concentración de la atención.

En relación a la autovaloración de los deportistas se encontró un progreso significativo, pues de la categoría necesita atención especial (45%) predominante

durante la fase de diagnóstico, se avanza a un mayor número de deportistas (nueve) ubicados en la categoría habilidades excelentes (45%).

Los indicadores de baja concentración de la atención más autopercibidos por los deportistas fueron: me dejo provocar por el contrario en 17 deportistas (85%), repito los mismos errores ya corregidos por los entrenadores en 16 deportistas (80%), escucho más al público que a mi entrenador en 11 deportistas (55%). El indicador con menor nivel de reconocimiento como baja concentración de la atención fue me agoto con facilidad indicado solamente por tres deportistas (15%). En el caso del segundo y tercer indicador mencionado se pudo constatar tanto en la observación como en la escala de valoración externa que son los que aparecen más reiterados con valores negativos.

En relación a la observación se obtuvo que cinco de los seis indicadores observados estén evaluados de regular, encontrándose solamente evaluado de bien el tiempo de solución de las tareas orientadas. Estos resultados, unidos a la evaluación obtenida mediante el Test Anillos de Landolt, corroboran los elementos que conforman la situación problémica planteada por los entrenadores para el inicio de la presente investigación.

En cuanto a las conductas asumidas por el deportista ante la aparición de dificultades en la concentración de la atención, solamente dos deportistas (10%) adujeron tratar de centrarse nuevamente en la tarea, mientras que 13 (65%) no hacen nada y cinco (25%) se molestan.

Por la importancia que tiene la competencia para la evaluación del deportista luego de periodos intensos de trabajo, fue explorada la autopercepción de los deportistas de la influencia de determinados factores que aparecen en esa situación. En ese caso se encontró que los que se consideran que influyen fundamentalmente de manera positiva son: pensar continuamente en el cumplimiento de las metas fijadas en 10 deportistas (50%); acciones malogradas al principio en nueve deportistas (45%) y haber perdido ya una vez ante el contrincante en siete deportistas (35%).

En relación a los factores que afectan la concentración de la atención se obtuvo que los más autopercibidos por los deportistas fueron: ser perjudicado por los

jueces en nueve deportistas (45%); excesivo nerviosismo, sensaciones de debilidad física, espectadores y estímulos de perturbación de naturaleza óptica, acústica o táctil en siete deportistas (35%). Por último, los factores que los deportistas consideran no influyentes en la concentración de la atención son: instalaciones de competencia incómodas en nueve deportistas (45%); desplazamientos demasiado largos en ocho deportistas (40%); contrincantes desconocidos y dificultades en conciliar y mantener el sueño en siete deportistas (35%).

En cada equipo es importante conocer la influencia que ejercen en ellos de manera particular estos factores. Solo así se podrá realizar un manejo adecuado de los mismos en aras de ponerlos en función del desarrollo del deportista.

Conclusiones

- En la muestra estudiada, durante el diagnóstico inicial se constató un predominio de boxeadores con evaluaciones de mal y regular en la concentración de la atención.
- Los factores autopercibidos por los deportistas como provocadores de las peores distracciones fueron la manifiesta superioridad del contrario y los reproches durante la competencia; mientras que los autopercibidos como facilitadores del logro de una mejor concentración fueron el pensar continuamente en el cumplimiento de las metas fijadas y las acciones malogradas al principio.
- El conjunto de acciones de intervención propuestas incluye acciones dirigidas tanto al trabajo individual como grupal con los deportistas.
- La aplicación de las acciones de intervención propuestas contribuyó a una mejoría en el diagnóstico de la concentración de la atención, el cual alcanzó las categorías de bien, muy bien y excelente en la mayoría de los boxeadores estudiados.
- Las acciones de intervención propuestas para la concentración de la atención fueron valoradas como efectivas a partir de los resultados alcanzados con la aplicación de las mismas.

Recomendaciones

- Capacitar a los entrenadores involucrados a partir de la información obtenida en el proceso de investigación para la utilización adecuada de las acciones de intervención propuestas.
- Continuar por un mayor período de tiempo la puesta en práctica de las acciones de intervención psicológica propuestas para la obtención de mejores resultados en el funcionamiento de este proceso.
- Explorar el estado de otros procesos psicológicos estrechamente relacionados con la concentración de la atención cuya intervención psicológica reforzaría los resultados positivos en este sentido.

Referencias Bibliográficas

1. Bozhovich, L. I. (1989). *La personalidad y su formación en la edad infantil.* Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
2. Cañizares M. (2009). *La Psicología en la actividad física. Su aplicación en el deporte, la educación física, recreación y la rehabilitación.* Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.
3. Del Monte, L. (2000). Documentos oficiales en subdirección de psicología del instituto de Medicina del Deporte, La Habana.
4. ----------(2010). *Autovaloración y Dinámica de Autoperfeccionamiento en deportistas cubanos de combate de alto rendimiento*. Tesis de doctorado. Ciudad de La Habana, UCCFD “Manuel Fajardo”.
5. Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y el deporte.* Madrid: Mc Graw Hill.
6. Dzhamgarov, T., y Puni, A. Z., (1990). *Psicología de la Educación Física y el Deporte.* Ciudad de La Habana: Editorial Científico – Técnica.
7. García, F. (2001). Tenis y concentración de la atención. *EF Deportes. Revista Digital*, 7 (40). Recuperado el 30 de septiembre de 2001, de http://www.efdeportes.com-
8. Hernández, A. (2002). *Técnicas Respiratorias*. Recuperado el 9 de mayo de 2009, de http://cdeporte.rediris.es/psicosocio/TECNICAS.htm

9. Hernández, R. (2003). *Metodología de la investigación 1.* La Habana: Editorial Félix Varela.
10. Nideffer, R. (2008). Attentional personal style. Consultado el 22 de Julio de 2014, de http://paei.wikidot.com/nideffer-robert-attentional-personal-style
11. Ribetti, R. (2011). *Técnicas de intervención psicológica en el deporte utilizadas por los entrenadores deportivos.* Argentina: Universidad Abierta Iberoamericana.
12. Sagarra, A. (2003). *Conferencia magistral a los entrenadores de Boxeo*. Matanzas [s/n]
13. Sánchez, M. E. y González, M. (2004). *Psicología general y del desarrollo.* La Habana: Editorial Deportes.
14. Sánchez, M. E. (2005*). Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva.* La Habana: Editorial Deportes.
15. Sarmiento, T. (2011). *Programa de intervención psicológica para el entrenamiento del foco de atención en atletas de la selección venezolana de gimnasia artística femenina.* Tesis de maestría. Caracas: UCCFD "Manuel Fajardo".
16. Schmid, A y Peper, E. (1961). *Técnicas para el entrenamiento de la concentración de la atención en psicología aplicada al deporte*. (393-411). Madrid: Biblioteca Nueva.
17. Soler, Y., y Suárez, M. (2015). La atención en los deportes de combate: punto de partida hacia el óptimo rendimiento. EF Deportes. Revista Digital, 19 (202). Recuperado el 12 de abril de 2015, de http://www.efdeportes.com/
18. Soler, Y. (2016). *Acciones de intervención psicológica para la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15-16 años de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana.* Tesis de Maestría. La Habana: UCCFD "Manuel Fajardo".

Título: Activación cerebral en test funcionales.

Autor: Yeimy Nataly Ardila Arias, nataardi@gmail.com. Instructor

Tipo de Presentación: Poster Impreso

País: Colombia

Resumen

Se mostrarán los resultados de la evaluación de la actividad cerebral en dos test funcionales a través del uso del equipo electroencefalográfico emotiv epoc. Adicionalmente, se abordara la funcionalidad del equipo especificado.

Título: Actualidades de la preparación psicológica del equipo nacional de judo femenino.

Autora: M.Sc. Anelin D. Rodríguez Olivera

País: Cuba

Resumen

El equipo de judo femenino cubano ha logrado significativos resultados a lo largo de su historia en el país. En las últimas décadas se han vivenciado diferentes factores que han incidido negativamente en el desarrollo de este deporte, influyendo en la disminución de los resultados competitivos a nivel internacional.

Este estudio muestra un análisis sobre los indicadores de la preparación psicológica atendiendo a diferentes elementos, permitiendo conocer a profundidad la situación actual del deporte. Los indicadores abordados son aquellos que tienen que ver directamente con la preparación psicológica realizada y otros que guardan relación con el componente de la preparación técnica como son el tipo de sistema de preparación, los cambios en las acciones dentro del entrenamiento, los modelajes en el gimnasio y las competencias internacionales en las cuales se ha participado.

Los resultados demuestran que el judo femenino cubano se encuentra en una etapa de cambios que han resultado conflictivos para el bienestar de las atletas; pero a la misma vez han favorecido el surgimiento de nuevas formas de alcanzar el éxito competitivo. Este estudio permite sentar las bases para la creación de un proyecto científico que tribute al doctorado en pos de estimular uno de los componentes de la preparación psicológica más importantes en este deporte, que es el pensamiento táctico.

Título: Algunas consideraciones sobre el diagnóstico de la representación de la técnica deportiva

Autora: Dr. C. Norma Sainz de la Torre León, norma.sainz@umcc.cu Profesora Titular
Institución: Facultad de Cultura Física de la Universidad "Camilo Cienfuegos" de Matanzas.
País: Cuba

Resumen.

En los últimos años, la mayoría de los científicos que se ocupan del estudio del entrenamiento deportivo, sean psicólogos o de otras esferas de las ciencias aplicadas, le prestan una atención cada vez más marcada al fenómeno de las imágenes que se crean en el cerebro del deportista producto de la práctica de sus acciones, las cuales determinan en mucho la eficiencia de las mismas.

A partir de los años 50, la literatura científica vinculada a la Psicología del Deporte comienza a prestar especial atención a la esfera de la representación motora como elemento indispensable del aprendizaje y perfeccionamiento motor. Resultaba contradictorio, sin embargo, que en las obras publicadas de los autores más destacados de esta ciencia en las décadas de los 70 y 80, tanto europeos como americanos, dedicaran solo breves páginas – en muchas ocasiones solo varios párrafos - a un tema tan esencial para la creación y perfeccionamiento de la técnica deportiva. Esta esfera constituye hoy día el objeto de estudio más importante de la teoría del aprendizaje motor desde el punto de vista psicológico en las más prestigiosas Escuelas de Psicología de la Actividad Física.

La autora de este artículo comenzó el estudio de este componente psicológico en el año 1984. En ese entonces, en nuestro país se habían llevado a cabo varios acercamientos al tema, pero adolecían de grandes lagunas, tanto desde el punto de vista teórico como práctico. Básicamente ningún entrenador y pocos psicólogos tenían claro que la técnica deportiva posee *un componente externo* (la ejecución en el plano físico) y un *componente interno* (la representación o imagen del movimiento). No se comprendía, por tanto, que el deportista efectúa su ejecución guiado, *no por lo que el*

entrenador le haya explicado y demostrado y la propia experiencia motriz que el sujeto haya acumulado en la práctica – esas son las fuentes - *sino por lo que haya quedado grabado en su cerebro producto de estas informaciones*, permitiéndole crear una guía mental contra la cual compara su ejecución, con la cual regula su movimiento, en tanto que le sirve de pauta en su labor.

Para Wiemeyer, J. (1994) "las representaciones motoras son fenómenos internos, que le permiten al sujeto el control de la ejecución de un movimiento, las cuales no son directamente observables, sino que para acceder a las mismas se debe recurrir al análisis de su conducta motriz o su comunicación verbal. Son procesos y estructuras sensomotoras de la memoria de carácter individual, los cuales directa o indirectamente se encuentran en la base del control de las acciones." (20, 5)

La representación motora constituye para Zimmer, A. C. (1991) "… contenidos de la memoria que posibilitan al practicante llevar a cabo el movimiento atendiendo a su nivel de entrenamiento. Por contenidos de la memoria se debe comprender los estados y procesos grabados en ella, que se encuentran en la base de la regulación de las acciones". (21, 17)

Por su parte Ivry, R. (1994) plantea que las representaciones son los necesarios procesos y estructuras psicológicas del aprendizaje, que permiten potenciar la experiencia individual para el mejoramiento del rendimiento motor, al jugar un papel decisivo en la regulación del movimiento. Este autor hace alusión no solo a la representación cognitiva, sino además a la emocional y la motivacional. (6)

Para Esparza, D.Y. y Larue, J. (2008) la representación motora puede considerarse como un componente activo de ciertos procesos cognitivo-motores que permite la actualización *on line* de la respuesta motora, así como la optimización y la adquisición de nuevas habilidades (4, 224)

Se puede abreviar conceptualmente a la representación de la técnica deportiva como *la imagen del movimiento, el modelo interno de la acción, el patrón ideal por el cual se guía el deportista en su ejecución.* (Sainz de la Torre, N., 1985). Con fines prácticos, por tanto, se utilizarán como sinónimos en este artículo los términos *representación motora*, *imagen motriz*, modelo interno de la acción y *patrón ideal*.

A nivel internacional se ha avanzado en la definición de los componentes de la representación de los movimientos deportivos, en la detección de las principales dificultades para su diagnóstico, en la base teórica de la memoria que es la base de este fenómeno, en algunas tareas para su desarrollo y en técnicas de diagnóstico computarizadas para el estudio de la estructura secuencial en el programa mental de acción y la jerarquización de sus elementos estructurales, a nuestro juicio, con pobre efectividad en el trabajo práctico.

Ya A.V. Rodionov, en 1987 declaraba que a pesar de constituir la representación motora el modelo interno de la acción, no siempre, en las investigaciones realizadas, coincidía una buena ejecución con una buena imagen, destacando que sin duda esta contradicción estaba dada por la pobre validez de los instrumentos de diagnóstico que se utilizaban para su estudio.

Si se acepta que los adelantos en la esfera técnica de los deportistas se encuentran estrechamente relacionados con el desarrollo de una mayor maestría de ejecución, apoyada en una representación más completa, clara y adecuada de la acción entrenada, es fácil entender que el proceso de control del estado del dominio técnico de los principales fundamentos en el deporte comprende dos tareas fundamentales:

Análisis de la calidad de la representación motora. ⟷ *Análisis de la calidad de la ejecución motriz.*

El desarrollo acelerado de métodos biomecánicos permitió incorporar al análisis del desempeño técnico de un deportista dado y a través de los mismos se hizo posible precisar amplitud de los ángulos de determinadas zonas del cuerpo, las aceleraciones, tanto en la dinámica de actuación del sujeto, como en los implementos, etc., pero ello solo favorecen el estudio del componente externo de la

actividad, quedando pendiente la determinación de las causas que ocasionan las posibles deficiencias que se constaten. Siempre quedaría un campo inexplorado, imprescindible para el análisis y la toma de decisiones en cuanto a las próximas tareas a implementar en las sesiones diarias, relacionado con el verdadero origen de las dificultades.

Aunque esta tarea constituye contenido específico de los especialistas en Psicología del deporte, con mayor experiencia y conocimientos en el psicodiagnóstico, si no se cuenta con esta valiosa ayuda *¿es correcto cruzarse de brazos y no intentar enfrentar la tarea? ¿No sería mejor poder contar con la información de las dificultades que se confrontan en el plano interno, en el programa de acción de los deportistas y así tener mayores elementos a la hora de decidir las vías para la solución de las mismas?*

A nuestro juicio, para el trabajo del entrenador es de gran importancia práctica conocer, por ejemplo:

- ¿Cuáles elementos parciales de la estructura del movimiento presentan mayores dificultades en el plano mental en todo el equipo?
- ¿Qué fases de la técnica presentan mayores errores en el modelo interno de los deportistas?
- ¿Existen algunos deportistas que han comprendido la secuencia de dos o más elementos de la acción en forma invertida?
- En el patrón ideal de la técnica que se controla ¿existen elementos que deben realzarse de forma simultánea y los deportistas los han interiorizado de manera consecutiva?
- ¿El equipo completo o algunos de sus integrantes no comprenden la relación causa – efecto entre una fase y la siguiente, entre unos elementos y los posteriores?
- ¿Utilizan mentalmente alguna palabra o conjunto de términos en lenguaje interior, en forma de automandato, para potenciar la regulación de la acción en la práctica o la fuerza explosiva necesaria para un determinado momento de la misma? ¿No incorporan este recurso volitivo o dicha palabra no contribuye en absoluto a un mejor desempeño?

- ¿Considera el deportista que los elementos más importantes de la estructura técnica del ejercicio en cuestión son unos - por lo que les presta toda su atención – y en realidad son otros?
- ¿Con qué rapidez e intensidad de esfuerzos considera el deportista que se debe llevar a cabo uno o varios elementos parciales, para que resulte perfecto el ritmo interno de la acción? ¿Es adecuado su criterio?
- ¿Poseen grabados a nivel mental los ángulos correctos de las diferentes articulaciones corporales que permiten realizar la técnica en forma óptima?

Estas y otras interrogantes deben constituir preocupaciones válidas del entrenador que desee alcanzar la maestría técnica en cada uno de los miembros del equipo y por ello, es necesario utilizar los recursos del diagnóstico, pues – y se desea insistir en esta idea – el control del estado de desarrollo de la técnica deportiva es un problema que abarca ambos planos del movimiento: *el externo y el interno.* También debe tener en cuenta que, si algunos de los sujetos con los cuales trabaja manifiestan dificultades en determinados aspectos de los mencionados anteriormente, son atribuibles a los mismos, por diversas razones, pero si la gran mayoría o todos los integrantes de su equipo presentan similares errores en sus representaciones, *la lógica más elemental indica que son deficiencias metodológicas del propio entrenador*, que ha omitido en el proceso de corrección de errores, en sus explicaciones y demostraciones, el insistir en dichos aspectos o que ha transmitido consciente o inconscientemente indicaciones que se apartan de lo que se considera la técnica ideal.

2. Principales dificultades que se confrontan en el diagnóstico de la representación de la técnica deportiva.

Mientras que la ejecución de una técnica deportiva determinada puede observarse directamente y a través de las repeticiones de la misma – y con mayor efectividad a través del análisis de filmaciones – y ello le facilita al entrenador percibir la armonía coordinativa del movimiento o la falta de fluidez del mismo, las posiciones adecuadas o inadecuadas de las partes del cuerpo, la sincronización de los esfuerzos parciales,

la dirección del paso, etc., a los contenidos del movimiento guardados en la memoria del deportista no se puede acceder con la observación directa. *Es necesario acceder a ello de varias formas.* Este acceso se enfrenta a variadas barreras que impiden conocer en qué medida las explicaciones, demostraciones y la propia experiencia motriz alcanzada por el deportista, a través de la práctica repetida de la acción, han ido creando y "puliendo" el modelo interno de la misma, entre las que se pueden precisar: (15)

- Existen componentes de la representación que no se pueden explicar fácilmente con palabras.
- Algunos deportistas presentan dificultades para expresar con coherencia sus pensamientos y conocimientos en lenguaje externo.
- Los detalles altamente automatizados, grabados de forma inconsciente, no se expresan cuando se solicita a un deportista que describa el movimiento. En la medida en que este alcanza mayor experiencia práctica en el proceso de aprendizaje y perfeccionamiento del mismo, son más los elementos de su estructura que se encuentran grabados en la imagen motriz del sujeto, sin que este les preste especial atención, por lo que no recordar aspectos durante la descripción del mismo por parte de un deportista de altos rendimiento no significa necesariamente desconocimiento o lagunas de representación.
- La verbalización se relaciona con determinado contexto. El deportista, fuera del ambiente real de su ejecución, puede no expresar elementos que domina perfectamente.
- Las preguntas que se formulan, cuando no son sabiamente elegidas, pueden conducir a respuestas incorrectas, que no pertenecen a la imagen de los movimientos, sino a interpretaciones que ha hecho el sujeto en ese momento, originadas por las propias preguntas inadecuadas, poco precisas o que comprendan términos ambiguos o desconocidos por el deportista. Es necesario comprender que existen palabras que poseen connotaciones diferentes en cada persona. Por eso es tan importante preguntar siempre al deportista "¿Has comprendido la pregunta? De lo contrario la formulo de otra forma"

- La integridad de la representación puede perderse durante la descripción, pues la vivencia directa de la acción no está presente.
- No existe la seguridad de que los estados subjetivos – que pertenecen también a la representación – puedan ser exactamente verbalizados.
- Atendiendo a los tipos de memoria que se encuentran más o menos desarrolladas en los deportistas, así se obtendrán mejores o peores descripciones de carácter táctil, motor, de análisis verbal sobre los vínculos entre los elementos, etc.
- El conocimiento de que se está, en alguna medida, siendo objeto de examen de los conocimientos que se poseen sobre todos los aspectos inherentes al contenido de una técnica específica, genera en aquellos deportistas más sensibles o con dificultades de autovaloración reacciones de ansiedad que pueden afectar el resultado del diagnóstico.
- Los patrones convencionales de la técnica ideal no pueden ser semejantes, en todos sus elementos parciales, en las diferentes categorías deportivas, con excepción de aquellas modalidades, en las cuales la maestría se debe alcanzar en edades tempranas.
- Todos los autores consultados coinciden en afirmar que *la representación motora es multifactorial*, por lo que el estudio de uno o varios componentes y no el análisis de los resultados de todos de forma integrada, conduce a interpretaciones erróneas de la relación imagen – acción.

Se han mencionado algunas de las barreras más comunes que pueden encontrarse en el momento de llevar a cabo el diagnóstico de la representación de los movimientos deportivos. Es necesario tenerlas en cuenta, para que las técnicas empleadas minimicen o superen las mismas, en aras de obtener un resultado preciso y confiable.

A continuación se exponen varias formas de diagnóstico desarrolladas durante la implementación de un proyecto de investigación llevado a cabo en la Facultad de Cultura Física de Matanzas, constatadas durante largos años de trabajo, donde la colaboración de numerosos entrenadores de 26 deportes que laboran en dicha

provincia fue decisiva, tanto para la propia concepción o modificación de las mismas, como para su validación práctica y han constituido instrumentos de numerosas Tesis en opción del título de Licenciado en Cultura Física y de Master en Ciencias en esta esfera, así como también en varios trabajos de doctorado. (1), (2), (3), (5), (8), (18) Poseen un denominador común: *su sencilla aplicación, evaluación e interpretación.*

BIBLIOGRAFÍA:

1. Alfonso, Y., Cabrera, Y. (2008): Pruebas para el diagnóstico integral de la representación motora en función de la calidad de ejecución técnica en remeros juveniles matanceros. Ponencia en el Forum Nacional de Estudiantes de Cultura Física. Premio Relevante. UCCFD - Facultad de Matanzas.
2. Castillo, Y. (2008): Determinación de la calidad del componente lógico-verbal de la representación motora y la concentración de la atención en pesistas categoría 13 – 14 años de la EIDE de Matanzas. Trabajo de Diploma en opción al título de Licenciado en Cultura Física. UCCFD. Facultad de Matanzas.
3. Escudero, Sanz, D. (2004): Caracterización de los componentes de la representación motora de los eventos seleccionados del área de velocidad en el equipo nacional de Atletismo. Trabajo de Diploma en opción al título de Licenciado en Cultura Física. Facultad de Cultura Física. UCCFD, Facultad de Matanzas.
4. Esparza, D.Y. y Larue, J. (2008): Interacciones cognitivo-motoras: el papel de la representación motora. Revista Neurología de la Conducta. Año 46 (219-224).
5. González, O. J. (2010): Conjunto de acciones para favorecer el desarrollo del desempeño técnico a partir del perfeccionamiento del modelo interno en deportista de la especialidad de Canoa. Tesis en opción al título de Máster en Ciencias de la Educación Física, el Deporte y la Recreación. UCCFD, Facultad de Matanzas.
6. Ivry, R. (1994): Repräsentationen beim motorischen Lernen. Phänomenen und Theorien (Representaciones en el aprendizaje motor. Fenómenos y teorías). Revista Psychomotorik. Göttingen. 7, /2 (11 – 16).
7. Rodionov, A. B. (1990): Psicología del Deporte de altas marcas. Moscú. VIPO Vneshtorgizdat.

8. Sainz de la Torre, N. (1985): Representación motora. Dificultades de su diagnóstico. Artículo en el CEMA, No. 6 – (23 – 28). Matanzas.
9. Sainz de la Torre, N. y Sardinas, M. (1997): Estudio de la representación motora en jugadores de Balonmano de la ESPA de Matanzas. Tesis en opción al título de Master en Ciencias y Juegos Deportivos. Facultad de Cultura Física de Matazas.
10. Sainz de la Torre, N. (2003): La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo. BUAP – UJED. Puebla. Editorial Siena.
11. _____ (2004): Representación de los movimientos deportivos. Caracterización, diagnóstico y tareas para su desarrollo. Monografía. Matanzas. Biblioteca Virtual UMCC.
12. _____ (2005): Informe a los entrenadores de los resultados en el área psicológica del servicio multidisciplinario científico – técnico a la Selección Nacional de Remo de Cuba. Facultad de Cultura Física de Matanzas.
13. _____ (2006): Modelo interno. Base psicoreguladora esencial de la técnica deportiva. Monografía en CDROM "Ciencias de la actividad física". Biblioteca Virtual de la UMCC. Matanzas.
14. _____ (2007): Informe al colectivo técnico del equipo Nacional de Atletismo de los resultados en el área psicológica del servicio multidisciplinario científico – técnico aplicado a los atletas seleccionados para este estudio, dentro de la etapa de preparación para el Mundial de París. Facultad de Cultura Física de Matanzas.
15. _____ (2008): Representación de los movimientos deportivos. Caracterización, diagnóstico y tareas para su desarrollo. Monografía en CDROM "Ciencias de la actividad física". Biblioteca virtual UMCC.
16. _____ (2009): Dificultades y vías para el diagnóstico de la representación motora con deportistas. Memorias Congreso Internacional AFIDE. UMCC. La Habana.
17. Sainz de la Torre, N., Pupo, Yanniel (2009, 2010, 2011, 2012, 2013): Informe de los resultados alcanzados en el control psicológico a la selección primera categoría de Béisbol a la Comisión Provincial. Facultad de Cultura Física de Matanzas.

18. Sainz de la Torre, N. (2011): Psicopedagogía de la Educación Física y el deporte escolar. La Habana. Editora Deportes.
19. Schack, T. (2010): Interne Struktur der inneres Model der technichen sportlichen Bewegungen (Estrctura interna del modelo interno de la técnica de los movimientos deportivos). Kohln, Editora bps.
20. Wiemeyer, J. (1994): Interne Bewegungsrepräsentation. Grundlagen, Problemen y Perspektiven (Representación interna del movimiento. Fundamentos, problemas y perspectivas) Köhln. Editora bps.
21. Zimmer, A. C. (1991): Kognitiven Repräsentation und Techniktraining (Representaciones cognitivas y entrenamiento técnico). Schondorf. Editora Hoffmann.

Title: An Investigation of the Changes in Kinesiophobia at Return to Sport After Sport Related Injuries in Physically Contact and Non-contact sports

Celil Kaçoğlu[1], Erdem Atalay[2], Begümhan Turhan[3]

Turkey

[1]Anadolu University, Sport Sciences Faculty, Department of Coaching Education, Eskişehir, Turkey

[2]Yunus Emre State Hospital, Sport Medicine Clinic, Eskişehir, Turkey

[3]Hasan Kalyoncu University, Physiotherapy and Rehabilitation Department, Gaziantep, Turkey

Objective: The purpose of this study is to compare some factors affecting kinesiophobia in the process of return to sport after sport related injuries by determining sports injury evaluations of male athletes who are diagnosed as sport related injuries in physically contact and noncontact sports also determining kinesiophobia levels.

Materials and Methods: 130 male athletes (age 24.0±6.0 year) from 14 different sport, at least 6-months after the injuries were included in the study. Participants were assessed with Tampa Kinesiophobia Scale.

Results: The mean kinesiophobia scores of athletes in physical contact sports were 36.40±7.41, and noncontact sports were 36.75±7.72. There was no differences between total kinesiophobia scores of both groups ($p=0.795$). Significant differences were found when the kinesiophobia scores were compared for the duration of return to physical activity ($p=0.019$). Kinesiophobia scores in athletes who can't return to physical activities for 2-years or longer were significantly different ($p<0.05$). Kinesiophobia scores of the athletes who injured more than 2 years before were significantly higher than the athletes who injured 6-12 months and 1-2 years before the ($p=0.031$).

Conclusion: Kinesiophobia is increased in individuals whose the longer duration of return to sport. There were no relationship between kinesiophobia and sports by contact.

Keywords: ExerciseTherapy, Exercise, Athletic Injuries, Fear, Return To Sport

Título: Análisis de la conducta de entrenadores deportivos de Porrismo y Capoeira por medio del Coaching Behavior Assesment System

Autor: Caterine Guzmán González*, cate_291@hotmail.com

Carol Cárdenas-Castro**, carolcardenasc@gmail.com

Institución:

*Estudiante de psicología de la Universidad Manuela Beltrán, Bogotá.

**Docente de psicología de la Universidad Manuela Beltrán, Bogotá.

País: Colombia

Resumen:

El entrenador es fundamental en el deporte tanto por los conocimientos que imparte en cada entrenamiento y su papel en competencia y por su gran influencia sobre los procesos psicosociales de los deportistas, siendo así que la mayor parte de los estudios encontrados sobre habilidades psicológicas en el entrenador se encuentran la comunicación, la motivación y el liderazgo. El presente proyecto tiene como objetivo evaluar las conductas de los entrenadores deportivos durante un entrenamiento común, usando la *Coaching Behavior Assesment System (CBAS)* de Smith, Smoll y Hunt (1977) el programa informático *Lince* (Gabín, Camerino, Anguera y Castañer, 2012) con el fin de realizar un análisis de sus comportamientos habituales. Se analizó a los entrenadores de porrismo y capoeira del Instituto Municipal de Recreación y deporte de Tocancipá, para la elección se tomó en cuenta (a) las similitudes en los elementos gimnásticos requeridos para los dos deportes y (b) el comportamiento de los deportistas frente al entrenamiento y al entrenador.

Resultados pendientes

Título: Autovaloración y análisis del producto de la actividad en boxeo durante macrociclos de preparación en 2015 y 2016.

Autores: Lic. Julio Arturo Ordoqui Baldriche, juliordoqui83@gmail.com. Profesor Asistente e Investigador Agregado del Instituto de Medicina del Deporte. Psicólogo de la preselección nacional de boxeo.

Esp. Rolando Acebal Monte. Jefe de entrenadores de la preselección nacional de boxeo**.**

Institución: Instituto de Medicina del Deporte

País: Cuba

Resumen

La presente investigación constituye una parte del diseño y validación de una prueba de adecuación autovalorativa para boxeadores en condiciones de terreno. Dicho instrumento correlaciona las variables psicológicas **autovaloración parcial de rendimiento** y **estimación subjetiva del esfuerzo** con índices de la actividad boxística, **total de golpes realizados**, **golpes efectivos**, **efectividad ofensiva** y **efectividad defensiva**. Los datos se registran en los marcos de los entrenamientos libres con guantes (sparrings), los más cercanos a la competencia de boxeo por su forma y contenido. Se propone el índice de error autovalorativo (IEA) como componente subjetivo de la forma deportiva del boxeador.

Se trata de un estudio descriptivo, no experimental, longitudinal de evolución de grupo.La muestra está compuesta por los 36 boxeadores del equipo nacional. Los registros de datos se hicieron durante los mesociclos de acumulación (A) y transformación (T) de macrociclo ATR I de cara al Campeonato Mundial de Catar, 2015 y al macrociclo ATR de cara a los Juegos Olímpicos de Río, 2016.

Se emplea el SPSS versión 20 para correlacionar las variables estudiadas. Se obtienen correlaciones estadísticamente significativas entre la efectividad ofensiva de golpeo y el IEA durante los dos macrociclos objeto de análisis.

Palabras claves: Adecuación autovalorativa de rendimiento, índices de la actividad.

Título: Propuesta de una metodología para el control psicológico del entrenamiento deportivo.

Autor: Dr. C. Marisol de la C. Suarez Rodriguez.

Institución: Centro Provincial de Medicina del Deporte. La Habana.

País: Cuba.

Resumen:

El presente trabajo tomando como punto de partida las experiencias de estudios realizados, fundamentalmente, en nadadores y judocas de alto rendimiento; tiene como objetivo exponer una metodología para realizar el control psicológico del entrenamiento, basada en la valoración de la respuesta psicológica de la fatiga central. Para lo cual se propone un procedimiento que establece las variables a controlar y la utilización de un método directo de medición, a través del uso del "Flicker", aparato que registra la frecuencia crítica de fusión ocular, indicador directo del nivel de activación cortical, el cual constituye un índice objetivo del nivel de fatiga del Sistema Nervioso Central.

Metodología que se encuentra en fase de generalización, a otros deportes y a diferentes niveles de participación del deportista en la Pirámide del Alto Rendimiento; dado los resultados que se han obtenido con su aplicación, los cuales han permitido, orientar el proceso de planificación y dosificación de las cargas de entrenamiento, regular la relación trabajo/descanso, así como controlar que las cargas provoquen un efecto positivo en la salud física, psíquica y para el rendimiento del deportista.

De igual manera, con su implementación se ha alcanzado un mayor conocimiento del estado psicofisiológico del deportista para enfrentar las cargas; de la repercusión de las mismas sobre su psicofisiología y de la relación que existe entre las características de la planificación del entrenamiento y la respuesta psicofisiológica ante las cargas, de gran valor para los pedagogos del deporte y para la Metodología del Entrenamiento Deportivo.

Palabras claves: Metodología, control psicológico, entrenamiento deportivo,

Introducción.

La realización del control psicológico del entrenamiento deportivo es una tarea de primer orden para los psicólogos que trabajan en el área de la preparación psicológica del deportista, en cualquiera de los niveles de participación del mismo en la Pirámide del alto rendimiento.

El control psicológico del entrenamiento se define como un sistema de procedimientos que permiten evaluar el estado de las cualidades y capacidades psicológicas que interactúan ante las cargas deportivas facilitando de esta manera la comparación de los resultados reales con los planificados, lo que posibilita la adopción a tiempo de acciones correctivas bien para modificar los objetivos de la actividad, bien para superar las desviaciones (García, 2004) o para mantener lo planificado. De ahí que, la ejecución del mismo con la máxima objetividad y calidad, sea altamente necesario y demandado por los pedagogos del deporte para lograr una óptima planificación y dosificación de las cargas, una adecuada relación trabajo-descanso; que se revierta en un efecto positivo sobre la salud física, psíquica, el rendimiento y el resultado del deportista (Suárez, Martínez y Mesa; 2015).

Precisamente la búsqueda de un procedimiento que se base en el registro de datos de carácter objetivo para la interpretación de fenómenos subjetivos, como lo son las variables de orden psicológico, ha constituido uno de los retos pendientes de la Psicología del Deporte, desde que avizoró que a pesar de la demostrada importancia que tiene el uso para la realización del control psicológico del entrenamiento, de los procedimientos que utilizan el análisis de datos subjetivos, se hacía imprescindible encontrar otros procedimientos que dieran nuevas formas de medición de los fenómenos psicológicos, teniendo en cuenta los errores que con frecuencia se cometen al interpretar los mismos, en tanto olvidan el carácter subjetivo y valorativo que estos tienen.

Los trabajos en esta línea de investigación, vienen desarrollándose en Cuba desde hace varias décadas, encontrando un espacio de realización a través de los estudios de fenómenos como la respuesta psicológica de la fatiga central. Estudios realizados en su gran mayoría, en los deportes de natación desde los años 80 (Martínez, 2001) y en el judo en décadas más recientes (Martínez y Suárez, 2013; Suárez, Martínez y Mesa; 2015), en deportistas del más alto escalón del alto rendimiento.

La fatiga central, entendida como el proceso asociado a alteraciones funcionales específicas del Sistema Nervioso Central (SNC) (Martín, 2013; Suárez, Martínez y Mesa; 2015).

Para la realización de la medición de los niveles de fatiga central, estos investigadores han propuesto el uso de la valoración del comportamiento del nivel de activación cortical, el cual refleja el estado de excitación que existe en la

corteza cerebral producto del trabajo (Almirall, 1986; Martínez y Suárez, 2013), al considerar el mismo como un indicador objetivo que ofrece un criterio de medida del nivel de fatiga central. Para lo cual, han utilizado el “Flicker”, aparato que registra la frecuencia crítica de fusión ocular, indicador directo del nivel de activación cortical, el cual constituye un índice objetivo del nivel de fatiga del SNC; siguiendo un procedimiento que establece un protocolo para la realización del control de esta respuesta psicológica en el entrenamiento

Los resultados obtenidos a partir del control de esta respuesta psicológica con este método han permitido orientar el proceso de planificación y dosificación de las cargas de entrenamiento en los deportes estudiados, regular la relación trabajo/descanso, así como controlar que las cargas provoquen un efecto positivo en la salud física, psíquica y para el rendimiento del deportista.

De igual manera, con su implementación se ha alcanzado un mayor conocimiento del estado psicofisiológico de estos deportistas para enfrentar las cargas; de la repercusión de las mismas sobre su psicofisiología y de la relación que existe entre las características de la planificación del entrenamiento en el judo y la respuesta psicofisiológica ante las cargas, de gran valor para los pedagogos del deporte y para la Metodología del Entrenamiento Deportivo. Así también se ha contribuido con el resultado alcanzado por estos deportes, en el ámbito nacional e internacional.

Teniendo en cuenta lo anteriormente planteado, el presente trabajo expone una metodología que resume un procedimiento para la realización del control psicológico del entrenamiento, basada en la valoración de la respuesta psicológica de la fatiga central.

Desarrollo:

Luego de los resultados obtenidos en los estudios realizados en Cuba desde la década de los 80, fundamentalmente en nadadores de alto rendimiento (Martínez, 2001), en judocas igualmente de alto rendimiento (Martínez, 2008) y particularmente posterior a un estudio longitudinal realizado en judocas de la selección nacional masculina, durante un ciclo de entrenamiento de manera sistemática (Suárez, Martínez y Mesa; 2015); estudio que se realizó en una muestra de 30 deportistas a los cuales le fueron realizadas un total de 1014 mediciones del nivel de activación cortical, antes y después de los entrenamientos, distribuidas por todos los meso-sistemas de la preparación; se concibe que la siguiente metodología resulta factible de aplicar y generalizar a varios deportes, lo cual se encuentra en fase de ejecución en estos momentos, pues además precisa de una sistematización para aumentar la validez de la misma.

Su aplicación resulta oportuna igualmente, si se tiene en cuenta que, la respuesta de la fatiga en general, es una importante causa de la disminución del rendimiento deportivo (Almarza, 2013) y de afectaciones al estado de salud física y mental del

deportista (Ceside, 2014); constituye además una respuesta cuya producción y eliminación de hace necesaria para que se produzca la necesaria ganancia de entrenamiento. Y en el caso particular de la fatiga central se suma a lo anteriormente expuesto, su carácter inconsciente, es decir que puede el deportista no tener conciencia de su existencia y sin embargo, estar produciendo la misma severas afectaciones.

De manera que, utilizar el registro de esta respuesta para realizar el control psicológico del entrenamiento, puede ser pertinente, y ofrecer así al pedagogo del deporte, a través de la misma, una valoración de la marcha del proceso de asimilación psicofísica del trabajo realizado de gran valor para realizar las correcciones pertinentes al proceso de entrenamiento. Resulta, además, una respuesta que se produce de manera natural durante el proceso de entrenamiento de todos los deportes.

Siendo así entonces, se plantea como metodología a seguir, la siguiente:

- Se debe comenzar con la búsqueda del consentimiento informado, consistente en la explicación al deportista y al colectivo técnico de la importancia del registro de la variable seleccionada (fatiga central) y el procedimiento a utilizar, buscando el compromiso con la tarea y con los principios de la bioética. Ambos deben expresar voluntariedad y compromiso con la tarea. Esto se realiza antes de la primera medición.

- Aplicación de una entrevista individual semi-estructurada al deportista y/o revisión de su historia clínica, con el objetivo de realizar el control de su estado de salud física y mental. El deportista debe presentar un estado de sanidad física y mental; ausencia de enfermedades mentales crónicas, trastornos oftalmológicos, síndrome de fatiga crónica u otras enfermedades físicas o trastornos situacionales, relacionados con su estado emocional, los cuales podrían sesgar los resultados de los valores de la activación cortical. Se requiere de un estado funcional adecuado del analizador visual y de la corteza cerebral. Esto se realiza antes de la primera medición.

- El siguiente paso es la medición, en situación de entrenamiento, pre y post-carga de la frecuencia crítica de fusión ocular, indicador del nivel de activación cortical, índice a su vez, del nivel de fatiga central. Para ello se utiliza el Flicker digital o Fatigtest.

Aparato diseñado para medir la frecuencia crítica de fusión ocular, que ofrece una medida numérica de la misma en una escala continua, entre los valores de 10 a 60 hertzios. Es un aparato que se produce en Cuba, diseñado en los laboratorios del Centro de Investigaciones y Manejo Ambiental del Transporte.

En esta prueba el deportista se expone a una luz aplicada de manera regular, que cambia lentamente su frecuencia. El sujeto debe indicar cuando percibe el cambio

de frecuencia en la exposición del estímulo, lo que permite conocer sus percepciones umbrales.

Existen tres variantes de medición: ascendente, descendente y combinación alterna.

A pesar de existir estas tres variantes, se propone el uso de la descendente, encontrada en investigaciones precedentes como la más sensible y la que ofrece menor variabilidad, al ofrecer menos desviaciones en las percepciones umbrales (Almirall, 1986; Rodríguez, 2008).

La consigna que se le da al deportista para realizar la medición del nivel de activación cortical con el flicker, literalmente, dice:

“En el interior de este visor vas a ver un círculo luminoso que en su parte central tiene una luz roja. Esa luz se encuentra fija. En algún momento vas a percibir que esa luz comienza a centellear, cuando esto ocurra, aprieta rápidamente el botón que se encuentra en el visor para determinar el momento en que percibiste el centelleo. Antes de comenzar la prueba vamos a realizar algunos ensayos para que te familiarices con la misma”.

Esta consigna está de acuerdo con la variante descendente de medición, que se inicia, en cada ensayo, con la exposición en el visor del instrumento de una luz, un estímulo luminoso que aparece con una alta frecuencia de exposición, por lo que se observa como un estímulo fijo y que, al disminuir su frecuencia de exposición, llega el momento en que se observa centelleando. Cuando esto se percibe por el sujeto, se está determinando el valor de frecuencia crítica de fusión ocular individual, que se estima luego de tres ensayos para cada sujeto.

- Para la realización de las mediciones se debe tener en cuenta una serie de condiciones, tales como:

• Horario de realización de las mediciones. Criterios como la influencia que pueden tener en la respuesta a determinados estímulos, los cambios que ocurren en el comportamiento orgánico del individuo con el paso del día (Reilly, 2007) fundamentan la exigencia de esta condición. La misma debe ser registrada en la planilla de registro de los datos y tomada en cuenta para la interpretación de los mismos.

• Lugar de realización de las mediciones: Criterios como la influencia que pueden tener en la respuesta a determinados estímulos, las condiciones ambientales del espacio físico (Estévez, Arroyo y González; 2004); fundamentan la exigencia de esta condición. En este sentido es necesario que las mediciones sean realizadas en el área de entrenamiento y que se registren las condiciones físicas del área en planilla de registro de los datos, como observaciones a tener en cuenta para la interpretación de los mismos, si fuera necesario por alguna

anomalía en esta condición que pudiera estar sesgando o incidiendo en el dato recogido.

- Carga física previa a la realización de la medición. El control de la carga física previa, permite un registro más fiel de los valores umbrales de percepción del sujeto estudiado, al encontrarse este en el nivel más cercano posible al estado basal, de manera que se pueda inferir con mayor grado de confiabilidad la influencia del tipo de trabajo realizado sobre el organismo del deportista y minimizar la influencia de otras cargas externas. De manera que, se debe cumplir la condición de ausencia de ejercicio físico intenso previo a la medición precarga, tratando de garantizar el mínimo de actividad y/o movilidad posible antes de la primera medición; para ello en ocasiones se le debe orientar un reposo de 10 min. aproximadamente al deportista, para luego realizarle la medición precarga, si es que ha realizado algún traslado; o de lo contrario recoger en observaciones cualquier incidencia en este sentido por la posibilidad real de sesgar o incidir en el dato, que esto pudiera tener.

- El estado de salud física y mental de las deportistas previo a la realización de la medición precarga. El deportista no debe presentar alteraciones en los indicadores del estado de salud física y mental antes de la medición precarga. Para ello siempre, antes de la realización de las mediciones precarga, se debe realizar una exploración del estado de salud física y mental del deportista, a través de la realización de un breve interrogatorio individual, con el cuerpo técnico y/o el deportista de forma rápida y dinámica, en el que se explore la calidad del sueño, la disposición para entrenar, la presencia de síntomas de enfermedad física, mental o de alguna preocupación. La existencia de alteraciones en estos indicadores puede sesgar o incidir en los resultados. En caso de existir los mismos, estos deben ser asentados en la planilla de registro de los datos.

- El número de ensayos para la estimación del valor individual de frecuencia crítica de fusión ocular. Por tratarse de una medida de percepciones umbrales, se deben realizar varios ensayos antes de establecer un valor promedio que tipifique la medida del comportamiento de la frecuencia crítica de fusión ocular. Luego de la experiencia de trabajo de autores pioneros en el tema como Martínez y la propia autora, se considera que siempre que el sujeto haya comprendido bien la prueba o tenga familiaridad con ella, luego de tres ensayos ya se puede estimar la media del comportamiento del indicador estudiado.

- El espacio de tiempo para la realización de la medición de la frecuencia crítica de fusión ocular post-carga. Para la realización de la medición post-carga del nivel de activación cortical, se estableció que podía ser realizada en un tiempo no mayor a los siete minutos, posteriores a la carga de trabajo aplicada teniendo, como fundamento para ello, las consideraciones teóricas referidas a la diferencia existente en cuanto al orden en el que se recuperan los niveles periféricos y centrales del organismo. Estas consideraciones indican que la frecuencia crítica

de fusión ocular, indicador del nivel de activación cortical, no necesita ser medida con gran premura ya que el SNC solo se recupera después de la periferia. En caso de no ser posible la medición post-carga en los primeros 7 min., esta incidencia debe ser también recogida en la planilla de datos.

• El cumplimiento del trabajo con la intensidad requerida. El control de la intensidad del trabajo realizado brinda mayor certeza para arribar a conclusiones en relación con la estimación de la influencia, que los estímulos de carga de trabajo deportivo planificados, deben generar sobre el SNC. La intensidad del trabajo debe ser controlada en cada entrenamiento, por el propio deportista si tuviera experiencia, por un especialista o por el propio entrenador, después de terminar las ejecuciones indicadas por el entrenador, teniendo como referencia los datos de la toma de la frecuencia cardiaca, los cuales deben estar en los parámetros establecidos, de acuerdo a la planificación del entrenamiento en cuestión. Si el deportista no cumple con esta condición, de igual manera esto debe ser recogido en la planilla de datos para la interpretación del mismo.

- El intercambio con el cuerpo técnico, resulta importante para verificar el mantenimiento de las condiciones exigidas y sostener el compromiso con la tarea.

- Una vez realizadas las mediciones se registran en una base de datos y luego se procesan, mediante la aplicación de diferentes técnicas estadísticas matemáticas, para su correspondiente análisis y orientación al deportista y al entrenador en función de los resultados obtenidos. Este análisis se basa en la interpretación del comportamiento de los valores típicos de las mediciones post-carga, en comparación con los valores de pre carga, en cuanto a la variación del valor de su magnitud, el nivel de significación de la carga en su comportamiento, su grado de dispersión y el grado de relación entre ambos.

La interpretación de los resultados tiene un carácter individual, pues la frecuencia crítica de fusión ocular, también lo posee. El análisis es susceptible de ser realizado no solo en entrenamientos aislados (Martínez, 2001) sino también a lo largo de la preparación para conocer el nivel de adaptación alcanzado por el deportista, a través de los diferentes meso-sistemas de la preparación (Suárez, Martínez y Mesa; 2015).

El efecto esperado de la carga sobre el SNC debe ser un aumento de la activación cortical. La disminución de la activación cortical precarga puede constituir una expresión de estados de agotamiento y de una recuperación deficiente y la post-carga un reflejo de un nivel de fatiga central perjudicial. Así también es de esperar, la disminución de la diferencia de los valores pre y post-carga de los niveles de activación cortical, en la medida que avanzan los meso-sistemas de la preparación (Suárez, 2015), como expresión de las adaptaciones del SNC, por los efectos de la carga recibida en el tránsito hacia la obtención de la forma deportiva.

- Es importante además registrar en la planilla de recogida de datos el tipo de carga o estimulación que produce esta respuesta, aspecto de valor para el análisis e interpretación de los resultados.

- Suele ser oportuno comparar el comportamiento de este indicador con uno subjetivo como lo es la percepción de cansancio del deportista, a través de algún método indirecto, para una valoración más integral de la fatiga (Suárez, Martínez y Mesa; 2015)

Conclusiones:

- La metodología propuesta establece un procedimiento para el control psicológico del entrenamiento a partir de la medición del comportamiento de la fatiga central, con el Flicker o Fatigtest.

- Su aplicación posibilita la valoración del proceso de asimilación psicofísica de la carga recibida, a partir de la medición de un indicador objetivo y refleja el uso de la tecnología al servicio de la ciencia aplicada al deporte.

- Es generalizable, pero requiere continuar con la realización de estudios que sistematicen su implementación, líneas de trabajo que demandan de una voluntad política porque necesitan de la introducción de una tecnología al servicio de la Psicología del deporte.

Bibliografía

• Almarza, E. E. (2013). ¿Conoces qué es la fatiga central? Recuperado de http://elimpulso.com

• Almirall, P. (1986). Efectos de la carga mental. Aspectos teóricos metodológicos. Un método para su evaluación. (Tesis Doctoral). Biblioteca Nacional de Ciencia y Técnica. F-213-88, La Habana, Cuba.

• Ceside, J. (2014). ¿Cómo puede afectar la fatiga mental al rendimiento? Recuperado de: http://ceside.blogspot.com

• Estévez, M., Arroyo, M. y González, C. (2004). La Investigación Científica en la Actividad Física: su metodología. Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.

• García, F. E (2004). Respuesta psicológica a las cargas de entrenamiento. Conferencia. República Dominicana. Versión digital.

• Martín, M. S. (2013). El cerebro también se cansa con el exceso de ejercicio. Recuperado de http://www.psicologiaespecial.com

• Martínez, J. A. (2001). Relación entre el método directo e indirecto en la medición de la fatiga. Recuperado de: http://www.efdeportes.com.

• Martínez, J. A. (2008). Diferencia entre los niveles de fatiga central antes y después del suministro de cargas. Recuperado de http://www.imd.inder.cu

- Martínez, J. A. y Suárez, M. C. (2013). Comportamiento de la Activación Cortical en las diferentes etapas del Periodo Preparatorio. Rev. Cub. Med. Dep. &Cul. Fís., 8 (3)

- Suárez, M. C., Martínez, J.A y Mesa, M. (2015). Comportamiento de la fatiga central en judocas de la selección nacional femenina durante los mesosistemas de la preparación (Tesis Doctoral). UCCFD Manuel Fajardo.

- Reilly, T. (2007). Circadian rhythms. En Winter, E.M.; Jones, A.M.; Richard, R.C.; Bromley, P.D. y Mercer, T.H. (Eds.), Sport and Exercise Physiology Testing Guidelines (pp. 71-77). Canada: Routledge.

- Rodríguez, I. (2008). Valoración de la fatiga en atletas de judo masculino a partir de los métodos directo e indirecto. (Tesis de Maestría). UCCFD “Manuel Fajardo”, La Habana. Cuba.

Título: Efectivo manejo de las relaciones de los entrenadores con los padres de los deportistas escolares y juveniles

Autora: Ms. C. Marta Domínguez González

Institución: CEPROMEDE La Habana.

País: Cuba

Resumen:

La familia tiene una importante participación en las etapas de la vida deportiva, desde la iniciación hasta la culminación del deporte activo y en muchos casos tiene una influencia directa en la entrada del niño/a al deporte, existe una expectativa familiar con respecto al futuro de los hijos/as, por tanto las relaciones entre los entrenadores, deportistas y sus familiares son necesarias e imprescindibles.

Los entrenadores son los responsables de promover, planificar, controlar y evaluar las acciones directas e indirectas que favorezcan la intervención favorable de la familia en la actividad deportiva.

La filosofía que debe primar es la de trabajar en equipo, con una buena comunicación bidireccional, donde el protagonista es el jugador/a, que se forme como jugador competitivo y a la vez como persona, con hábitos y valores morales y sociales que le permitan enfrentar la exigencias del deporte y del estudio con calidad de vida

Compartimos con los entrenadores vivencias de nuestro quehacer profesional en la región y sugerencias para lograr un manejo efectivo en las relaciones con los padres de los jugadores, se trata de dar respuestas a algunas interrogantes, ¿Hay que buscarse problemas con los padres?, ¿Qué tipo y nivel de información/ orientación necesitan los padres de los jugadores para cumplir con su rol en la etapa de iniciación/ formación deportiva en el Tenis?, ¿Cuáles son las situaciones más frecuentes que pueden enfrentar los entrenadores con los padres de los jugadores y cuál es la mejor manera de abordarlas?

Palabras claves: Entrenadores, padres, deportistas, familia, escolares, juveniles.

Introducción

Comparto en este trabajo con los interesados, la experiencia que he acumulado durante más de 30 años en el ejercicio de la profesión como psicóloga del deporte y además integro mis vivencias como entrenadora de Tenis competitivo en el nivel de iniciación/ formación con niños y jóvenes y con personas con discapacidad que practican el Tenis en silla de ruedas. Mi rol como madre de jugadora competitiva de alto nivel, además de mi participación como jugadora medallista a nivel Panamericano y Olímpico, me permiten una visión bien integradora desde diferentes posiciones.

La intención es compartir una filosofía de trabajo, con una propuesta de acciones ya utilizadas en la practica profesional, mostrar resultados de investigaciones sobre el tema, todo esto para que los entrenadores, no solo en el Tenis, sino en cualquier deporte desde la iniciación deportiva reflexionen y se capaciten para establecer relaciones efectivas con los padres de los deportistas que preparan para competir.

La familia es un entorno insustituible y su participación es crucial en cada una de las etapas del proceso de preparación deportiva.

En la etapa de iniciación, “encienden la llamita del deporte”, existe una expectativa familiar sobre el futuro de los hijos en el deporte, su actitud es esencial respecto a la asistencia y puntualidad de los hijos.

En la formación y consolidación el apoyo familiar debe ir encaminado a que sus hijos acepten el papel del entrenador, que se orienten hacia la motivación y la mejora, que muestren la dedicación y el interés adecuados y que se adapten al régimen de vida y exigencias de las escuelas deportivas.

Durante el perfeccionamiento, la comprensión y el apoyo familiar debe ir encaminado a que el hijo/a asimile las crecientes cargas de entrenamiento, tome sus propias decisiones y sea un modelo de autocontrol

En la etapa de estabilización, el apoyo familiar para que el hijo/a enfrente las exigencias del nivel de compromiso social, que sus expectativas estén acordes a sus posibilidades reales y contribuir a su estabilidad emocional como red de apoyo personal y social.

Ya en la maestría deportiva, el apoyo familiar es vital para la consolidación de un proyecto de vida familiar, la aceptación de un nuevo rol y status y la aceptación del nivel más alto de compromiso social.

Muy útil resulta el apoyo y comprensión familiar en el momento de la culminación del deporte activo que puede tener disimiles causas y el hijo/a debe aceptar el cambio de rol y status y asumir con responsabilidad su nueva posición social y cumplir con el desentrenamiento proceso esencial para su calidad de vida.

Por otro lado, el concepto de entrenamiento integrado en el deporte define la importancia de trabajar desde la iniciación deportiva, todas las preparaciones fuera y dentro de la cancha como un todo: físico, técnico, táctico psicológico (de la teoría a la practica) en un trabajo multidisciplinario en equipo, donde el deportista aprende globalmente.

El entrenador principal es el coordinador del equipo de trabajo y los deportistas son los protagonistas y centro de todas las atenciones del equipo, donde también se integra a la familia que necesita ser entrenada para sumir su rol en este equipo de manera eficiente.

Todo esto puede constituir una barrera psicológica que requiere un cambio de mentalidad para que cada uno de los implicados asuma con responsabilidad lo que a cada cual corresponde y trabajar al 100 % con calidad

Por todo esto, en la filosofía de trabajo, se prioriza la atención integral al deportista, el psicólogo asesora al entrenador, responsable del proceso de preparación deportiva y de lograr un entorno cooperativo y aldeportista como protagonista y se agrega al universo de trabajo a la Familia como un entorno insustituible

Situación problémica

La necesidad de lograr un efectivo manejo de las relaciones de los entrenadores con los padres de los deportistas escolares y juveniles

Problema científico

¿Cómo lograr un efectivo manejo de las relaciones de los entrenadores con los padres de los deportistas escolares y juveniles?

Objetivo general

Diseñar e implementar estrategias para que los entrenadores logren un manejo efectivo de las relaciones con los padres de los deportistas

Objetivos específicos

1.- Caracterizar algunas situaciones del entorno deportivo relacionadas con las familias

2.- Proponer estrategias de intervención para que los entrenadores logren relaciones efectivas con las familias de los deportistas

Metodología

Muestra

Trabajamos con 34 entrenadores, 260 jugadores y 118 familias de 7 países de la región de Centroamérica y el Caribe involucrados en el Tenis. La información se tomó en eventos competitivos en la etapa de iniciación/ formación entre 10 y 16 años

Métodos

Métodos teóricos

- Método Analítico-Sintético
- Método Inductivo- Deductivo

Métodos Empíricos

- Análisis de Documentos
- Técnica de la Observación
- Técnica de la Entrevista
- Técnica del Cuestionario

Método matemático estadístico

Se trabajó con: La sumatoria (Σ), La media (X), Los por cientos (%)

Análisis de los resultados

Ofrecemos la información integrada que recopilamos de todas las técnicas.

Tabla No 1 Presencia de las familias

Presencia de las familias	Figura materna	Figura paterna	Ambas figuras	Otros familiares
En entrenamientos	**63%**	37%		
En competiciones	**73%**	**76%**	**66%**	36%

Tabla No 2 Situaciones que se dan en entrenamientos y competiciones

Situaciones que se dan en entrenamientos y competiciones	%
Padres que generan una presión innecesaria en los hijos Convirtiendo la competición en algo estresante	60%
Padres interesados por el desarrollo de sus hijos, pero excesivamente involucrados en el plano emocional	59%
Padres que interfieren e intentan sustituir las funciones del entrenador	53%
Padres inexpertos con relación al deporte y al manejo de las situaciones	53%
Problemas de comunicación entre padres y entrenadores	33%
Rivalidad entre padres que genera discusiones	28%
Presencia e intromisión de los padres en entrenamientos	22%

Tabla No 3 Orientación que sienten los padres que necesitan

Orientación que necesitan los padres	%
Necesitan bastante orientación para aprender en el control de emociones, en el manejo de situaciones de frustración	48%
Necesitan orientación medianamente, están en proceso de aprendizaje, búsqueda de información	33%
Necesitan poca orientación, saben muy bien que hacer, están preparados	19%

Tabla No 4 Preparación que sienten tener los entrenadores para resolver los problemas con padres y jugadores

Preparación que sienten tener los entrenadores para resolver los problemas con padres y jugadores	**%**
Preparación suficiente necesaria	46%
Preparación amplia y completa	28%
Necesito prepararme mejor	16%
Solo un poco preparado, insuficiente	10%

Tabla No 5 Tipos de familias

Tipos de familias	%
Útiles	48%
Championistas	45%
Entrenadores desde las gradas	43%
Vociferantes	42%
Sobre protectores	37%
Hipercríticos	33%
Indiferentes	26%

Estrategias para lograr el efectivo manejo de las relaciones de los entrenadores con los padres de los deportistas

Estrategia 1.- Los entrenadores deben tener respuestas a las siguientes interrogantes:

¿Que pretenden las madres y los padres cuando involucran a sus hijos/as en el deporte? ¿Y cuales son las motivaciones de sus hijos/as? Expectativas con relación al deporte. Lugar que ocupa el deporte en el Proyecto familiar. Valorar si hay congruencias

Estrategia 2.- Hacer reuniones periódicas para informar, orientar a los padres.

- La información es una de las claves de nuestro tiempo. Información es poder. Quien tiene la información y sabe utilizarla suele vencer. Lo importante es el efecto de lo que haces.
- Para que la persona acepte el rol que se le asigna, esto es, para que sea el más adecuado para desempeñar ese rol es preciso que el cumplimiento de la función **atienda a sus necesidades, llene sus expectativas y lo haga sentir realizado**

Estrategia 3.- Definir una filosofía de trabajo, compartirla y que todos estén de acuerdo

- El querer, el saber y el hacer de los entrenadores. Incluye la vocación y el gusto, los conocimientos, las herramientas, las condiciones para desempeñarse en su función de manera efectiva, lo que se quiere conseguir, y cómo se va a llegar hasta allí,incluyendo el trato con las familias de los jugadores

- Trabajo de equipo. Asignar los roles a los miembros más adecuados
- Las necesidades de un jugador se desarrollan y cambian a lo largo de su carrera. Trabajo personalizado y dinámico en base a las características individuales
- LaPremisa fundamental en el deporte de iniciación/ formación El desarrollo como jugador primero: que sean personas de bien, con valores morales y sociales, calidad de vida, condiciones físicas, salud, prevenir lesiones, desarrollar su auto confianza, su adaptación y cooperación en el contexto competitivo, manejando conductas y reacciones apropiadas, donde el desarrollo del jugador es mas importante que ganar, que es la consecuencia directa de una correcta evolución.
- El entrenador trabaja en un proyecto, en una estrategia de desarrollo para atraer y retener jugadores. La relación con los padres es una prioridad estratégica por lo que significan como entorno insustituible.

- **Evitar situaciones como las siguientes:**

- **Un padre le dice a su hija de 12 años al terminar su partido. "Solo hiciste 3 golpes ganadores en el partido".** La jugadora puede estar contenta porque su entrenador la felicitó por la consistencia de sus golpes de fondo y el padre recriminarle porque tuvo pocos golpes ganadores
- **Una madre ex jugadora de Tenis, le dice al hijo " A tu edad yo había jugado más partidos y con mejores resultados".** Presión añadida. Un error común que cometen los padres con experiencia en el juego es suponer que el hijo/a lo copiará en cuanto a técnica o estilo de juego. Cada hijo/a es una individualidad diferente

Estrategia 4.- Contribuir a que los padres procuren que el estilo de vida del hijo/a sea compensado

- Obligaciones
- Exigencias razonables, objetivos alcanzables, ambiciosos pero realistas
- Comportamiento paterno controlado, sin insultos, reproches
- Educar valores formativos, voluntades y forjar actitudes

- Favorecer que los jugadores trabajen con psicólogos deportivos para que desarrollen habilidades mentales especificas con independencia de sus creencias religiosas

Estrategia 5.- Involucrarlos en el programa de establecimiento de metas a corto, medio y largo plazo

Expectativas de éxitos: Centrados en el resultado en la comparación con Otros y en la aprobación social, lo que genera gran ansiedad en los jugadores: Ej.:Ganarle a…….., Ganar en dos sets, Ganar y ser campeón

Expectativas de eficacia: Centrados en el rendimiento, en su progreso, lo que sólo depende del esfuerzo del propio jugador para seguir y perseverar en las orientaciones de su entrenador. Ej: Abrir la cancha con el saque y jugar al espacio., Realizar una preparación corta en el resto y hacer el split step.

Estrategia 6.- Dejar claro a los padres que pueden aparecer problemáticas

- Iinadaptaciones: a la disciplina, a la exigencia, a la carga de entrenamiento
- Lesiones, fatiga
- Motivación y concentración inestable
- Baja tolerancia a la frustración

- **Y Qué hacer para enfrentar las adversidades**
- Aceptar que existen, ponerse en el lugar del hijo/a y legitimar sus sentimientos (ser empático)
- Solicitar ayuda, tener paciencia
- Reflexionar que las causas son multifactoriales

Estrategia 7.- Atender las necesidades sentidas por los padres.

Lo que esperan de los entrenadores. Ejemplos:

- Proceso de enseñanza/ aprendizaje/ correcciones individuales
- Más compromiso, atención, consejos, apoyo, orientación a padres

- Capacitación en expectativas, planificación, capacitación emocional inteligencia deportiva
- Entrenamiento de dobles
- Conocimiento e implementación de la Preparación física
- Presencia y accionar en los torneos

Estrategia 8.- Enseñar a los jugadores a competir e implicar a los padres

- Afrontar distintas experiencias durante su formación deportiva. Compromiso, Perseverancia. Aceptación de las victorias y derrotas
- Selección de los torneos. Participación. ¿Qué está haciendo el entrenador, cuando sus alumnos participan en torneos?. En que % de las veces logra observar a sus alumnos competir y registrar lo que hace?
- Evaluación del rendimiento y el resultado
- Autoanálisis del jugador
- Trabajar en equipo con otros entrenadores y con los padres
- Enseñarles rutinas para que estén concentrados

Ejemplos de rutinas:

- **Rutinas antes del partido**: centrarse sólo en el partido que va a jugarse. Aislarse durante 20-30 min antes del partido en un lugar tranquilo. Visualizándose a uno mismo como quiere jugar y sentirse
- **Rutinas entre puntos**: reacción positiva, caminar, respirar, secarse con la toalla, relajarse o activarse según el estado emocional, usar este tiempo para arreglar cuerdas, planificar la táctica para el punto siguiente
- **Rutinas entre juegos**: Sentarse, beber, relajarse o activarse según el estado emocional, usar este tiempo para arreglar el equipo, planificar la táctica para los juegos siguientes, visualizar
- **Rutinas después del partido**: Ducharse, analizar el partido positivamente, sacar una o dos ideas de cada partido, analizar el partido independientemente del resultado

Ver videos de partidos

Orden de aprendizaje: relajación, auto-charla, activación, visualización y concentración.

Estrategia 9.- Los entrenadores deben estar al tanto junto a los padres de las preocupaciones de los jugadores en competiciones

- Estar nervioso a la hora de jugar
- Salir mal en el torneo
- Perder con alguien que juegue menos
- Que mi papá se ponga bravo si pierdo

(Caracteriza a los jugadores centrados en el resultado, pueden llegar a sentir miedo a perder)

- Llegar temprano para poder calentar bien
- Esforzarme en el trabajo de coordinación
- Trabajar el giro de hombros para poder pegarle delante a la pelota
- Hacer mis rutinas en las pausas
- Que mis amigos no puedan venir a verme jugar

(Caracteriza a los jugadores centrados en la eficacia y en pasarla bien)

Estrategia 10.- Manejar las reacciones e Interpretaciones a las situaciones que se dan en competiciones

- Enseñarlos a reaccionar al ver el sorteo, ante algún comentario de los rivales
- Enseñarlos a sacar conclusiones constructivas, tanto de lo bueno que de lo malo, sin acentuar demasiado ni la victoria, ni la derrota
- Deben felicitar al Jugador por su esfuerzo, con independencia del resultado. Si ganó deberá estacar las acciones bien hechas y corregir lo que debe mejorar y establecer nuevos retos y si perdió hacer lo mismo.
- Evitar cualquier juicio valorativo Ej.: “Que mal jugaste, así nunca le ganaras a nadie, y no llores, que los hombres no lloran, además que importa ganar o perder si es igual…”

- Escuchar primero la reflexión del jugador
- Darle tiempo para que se recupere de ese momento
- Ofrecerle apoyo y soluciones: Ej. El niño sale de la cancha cabizbajo después de perder, vamos a su encuentro, le ponemos la mano en el hombro ofreciéndole apoyo, nos evita, le damos espacio y le comentamos: "recupérate, se como te sientes, voy a estar por aquí por si me necesitas"
- Estimularlos a que: "Acepten el rol del entrenador". "Disfruten ver a su hijo/a jugar al tenis y lo estimulen para que lo disfrute también"
- "Sean un modelo de autocontrol. aprenda a controlar sus emociones y favorezca emociones positivas de su hijo/a"
- "Acepten los errores de su hijo/a y los aciertos del rival, sean tolerantes y empáticos

Conclusiones:

1. El Tenis es un juego con un enorme potencial educativo y formativo, por lo que puede resultar una actividad social con un enorme atractivo para las familias. Lo que nos puede enseñar este deporte es para toda la vida, sin los padres los entrenadores no pueden trabajar.
2. El proceso de iniciación/ formación en el Tenis es complejo, se presentan muchos obstáculos y su manejo adecuado puede significar un desafío para cualquier familia
3. Las primeras vivencias de los jugadores y sus padres podrán predecir su permanencia en el Tenis y su participación futura
4. Los padres tienen roles centrales en el apoyo del deportista durante su proceso de desarrollo.
5. Es imprescindible el trabajo en equipo, donde el Entrenador establezca una relación efectiva con las familias, y pueda ejercer mayor influencia
6. Entre las funciones del entrenador en el proceso de preparación de jugadores están establecer objetivos, desarrollar estrategias y formar a los padres lo que puede acelerar o frenar el progreso de sus hijos/as como tenistas y como personas.

7. El psicólogo deportivo orienta y asesora a través de diferentes vías a directivos, entrenadores, jugadores y padres. En la actualidad la presencia física de un psicólogo por equipo, es limitada por múltiples factores; por tanto, el modelo ubica al psicólogo como orientador y asesor y al entrenador como ejecutor para la asesoría a los padres

Recomendaciones:

1. Los entrenadores tienen que atraer jugadores y retenerlos por medio de un programa de entrenamiento y competiciones bien manejado. En esto puede resultar crucial la comunicación efectiva con las familias para que se involucren, delimitar su rol, planificar con ellos, ofrecerles opciones y que escojan la que más les acomoda y está a su alcance por sus intereses y proyecto de vida familiar
2. La capacitación y actualización de los entrenadores en temas psicológicos evaluando la satisfacción por la calidad de los cursos y su aprovechamiento.
3. Poner en práctica las estrategias aprendidas para favorecer la comunicación efectiva con padres y el desarrollo personal/deportivo de los jugadores
4. Se exhorta a los entrenadores a que estén abiertos a los intercambios con otros colegas y ha generalizar los resultados positivos en su gestión en la relaciones efectivas con las familias
5. La instrumentación de estrategias prácticas en la cancha con modelaje de las condiciones perturbadoras del rendimiento para que los jugadores y padres desarrollen mecanismos de adaptación en situación competitiva según su rol.
6. La atención a las necesidades de los entrenadores, jugadores, de sus padres por parte de las instituciones y directivos pertinentes

Bibliografía

1.- Ancalmo, C. :(2007) «El rol de los padres en la vida del niño y la niñatenista”. Conferencia en curso de Solidaridad Olímpica, Federación
Internacional deTenis, San Salvador.

2.- Balaguer I. (2010).Clima motivacional y Bienestar: Actuación de los entrenadores.En experiencias en Psicología del Deporte 181-202.Editorial Dykinson. Madrid

2.- Borra, H.: (2006)«El rol de los padres en la formación de su hijo». APDA. http://www.aplenotenis.com.ar.

3.- Borra, E.: (2010) El psicólogo del deporte en una Escuela/ Academia de Tenis. Enexperiencias en Psicología del Deporte. P 333-343.Editorial Dykinson. Madrid

4.- Buceta, J. M. Beiran J.M. (2002) Los padres también juegan. Madrid. Real Madrid Club de Futbol

5.- Buceta, J. M. (2004) Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes. Editorial Dykinson. Madrid.

6.- Crespo, M. Y Col.: Como ser mejor padres de tenistas. Federación Internacionalde Tenis. 1999. P.18.

7.- Cruz. J. (2010) Intervenciones psicológicas con entrenadores en la Iniciación Deportiva. En experiencias en Psicología del Deporte. P 172-180. Editorial Dykinson. Madrid

8.- Domínguez, M.; M. Suárez, C. Casariego (2006): «El rol de la familia en la etapa de Iniciación Deportiva.» Versión Digital. Congreso Interamericano de Psicología. Palacio de las Convenciones. La Habana.

9.- _____(2007) «Familia y Deporte en la etapa de iniciación deportiva».II Congreso Latinoamericano de Psicología de la ULAPSI La Habana.

10.- Dominguez, M. :(2008) «El comportamiento de la familia en la etapa de Iniciación Deportiva en tenistas de Ciudad de la Habana» Tesis en opción al grado de Máster en Psicología del Deporte. Universidad del deporte «Manuel Fajardo». La Habana. P. 80

11.- Dominguez M. (2011) Influencia de la familia en el entorno pedagógico. Editorial Deportes. La Habana, P. 130. **ISBN:** 978-959-203-164-7

12.-Dominguez M. (2016) Efectivo manejo de las relacionescon los padres de los Jugadores. Tema impartido en la 9na Conferencia Regional ITF para Entrenadores de Tenis de COTECC, región habla hispana. Querétaro, México.

13.- Gimeno. F. (2000). Entrenando a padres y madres. Claves para una Gestión eficaz de la relación con los padres y las madres de los jóvenes deportistas. Zaragoza. Mira Editores.
14.- Llopis D. (2010) Formación y asesoramiento a padres. En experiencias en Psicología del Deporte. P 652-660.Editorial Dykinson. Madrid
15.-Peris D. (2010) Trabajo psicológico con padres de deportistas. En Experiencias en Psicología del Deporte. P 639-651.Editorial Dykinson. Madrid

Título: Estrategia didáctica para la resolución de conflictos a través de aprendizaje cooperativo desde el curso "Introducción a los deportes" nivel I del programa de Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad Tecnológica del Chocó.

Autor: Pedro José Mosquera Agualimpia, pejomogua@gmail.com

País: Colombia

Resumen:

En el presente trabajo de grado realiza un análisis del proceso de enseñanza–aprendizaje para la resolución de conflictos a través del aprendizaje cooperativo desde el curso de Introducción a los Deportes en el Primer Nivel del Programa de Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad Tecnológica del Chocó "Diego Luís Córdoba". Para ello, se inició con el estudio de los antecedentes a nivel internacional, nacional y local y la caracterización de dicho proceso al interior de la U.T.CH., mediante la aplicación de diversas técnicas e instrumentos de recolección de la información, tales como la observación, la entrevista y la encuesta.

Posteriormente, se analizaron los referentes teóricos del proceso de enseñanza–aprendizaje para la resolución de conflictos a través del aprendizaje cooperativo, entre los que se cuentan: Dewey, Consuegra, Goldestein y Vygotsky, siendo precisamente éste último quien más aportes hace a las fundamentación de la presente investigación desde su Teoría Socio-Cultural; por lo que, a partir de sus constructos teóricos, se inicia el diseño de la estrategia.

La estrategia didáctica para el mejoramiento del proceso de enseñanza–aprendizaje para la resolución de conflictos a través del aprendizaje cooperativo desde el curso de Introducción a los Deportes en el primer nivel del Programa de Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad Tecnológica del Chocó, consta de 3 fases: socialización, apropiación y aplicación.

Finalmente, se elaboran las conclusiones, las recomendaciones, referencias bibliográficas, bibliografía y los anexos.

Título: Estrategias para el desarrollo de la empatía como parte de los procesos de adaptación psicológica en niños de 2 a 5 años al medio acuático.

Autores: Ps. Enrique Brito Taboada Msc. * E-mail: enrique.britot@ug.edu.ec

Lcdo. Alex Nata Cuji E-mail: alex.natac@ug.edu.ec

Institución: *Docente de la Universidad de Guayaquil. Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación. Guayaquil.

País: Ecuador.

Resumen:

El presente trabajo se enfoca en investigar situaciones particulares que se presentan en los procesos de enseñanza-aprendizaje durante los primeros momentos en que los niños tienen contacto con un medio acuático; el objetivo central es diseñar una propuesta innovadora de estrategias para desarrollar la empatía como parte de los procesos de adaptación psicológica al medio acuático en niños de 2 a 5 años del Club Coello de la ciudad de Guayaquil. Para lograr esto, es necesario recabar información bibliográfica referente al desarrollo de habilidades empáticas con niños; así como, determinar los actuales comportamientos de los menores que acuden al Club Coello; obtener datos relevantes de los entrenadores y padres de familia sobre el tema de investigación. Se utiliza metodología descriptiva, documental y de campo, empleando como técnica de recolección de datos una encuesta aplicada a los instructores y representantes legales; además se aplica una guía de observación a los menores, para obtener información in situ de los principales repertorios de conducta dentro de los tiempos de adaptación al medio acuático. Luego del pertinente análisis de los resultados se propone la aplicación de una guía didáctica con enfoque metodológico de actividades de familiarización del niño en el agua.

Palabras Clave: empatía – natación – adaptación psicológica – niños – conducta

Título: Estudio de los procesos psicológicos de una atleta de natación.

Autora: E. Patricia Becali Martí. Estudiante

Institución: Universidad De Las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Introducción:

En la búsqueda del máximo rendimiento de la actividad física y el deporte en cualquiera de las categorías atléticas, los aspectos psicológicos son de gran importancia, lo cual constituye una evidencia que se ha debido fundamentalmente al propio desarrollo de la ciencia psicológica en general, a las investigaciones sobre el comportamiento de los deportistas bajo tensiones psíquicas muy peculiares, y a las demandas de la práctica pedagógica en la actividad física y deporte contemporáneo.

Es importante la utilización de la psicología en la actividad física y en el deporte pues tiene como fin conocer e interpretar la realidad psíquica y contribuir a transformarla.

Es por lo que en este trabajo proponemos una serie de ejercicios para lograr un mejoramiento de las cualidades volitivas del sujeto.

El sujeto a analizar en este trabajo presenta los siguientes datos generales:

Edad: 10 años

Sexo: femenino

Escolaridad: primaria 2do ciclo

Zona de residencia: Plaza de la Revolución

Convivencia: mamá, papá y dos hermanas mayores

Actividad física que practica: Natación

<u>Resumen de la caracterización de las particularidades psicológicas evaluadas al sujeto:</u>

Percepción:

Del tiempo

sujeto	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	medición
1	0:08:29 +1	0:07:50 +0	0:09:06 +2	0:07:50 +0	0:08:53 +1	7segudos

Como se puede observar el sujeto presenta una buena percepción del tiempo, pues sus resultados se encuentran dentro de la media, solo se va en un solo momento dos segundos por encima de la medición.

Del movimiento

sujeto	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	medición
1	1.08 +0	1.04 -4	1.05 -3	1.08 +0	1.07 -1	1m.08cm

Como se observa presenta una regular percepción del movimiento, pues en algunos casos los resultados se alejan de la medición.

Del Espacio

sujeto	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	prueba resultado	medición
1	10.04 +4cm	10.10 +10cm	11.00 +1m	10.00 +0	10.05 +5	10metros

Como se observa el sujeto presenta una regular percepción del espacio pues sus resultados oscilan sobre la medición con resultados no muy alejados a la marca.

Memoria:

n	patron	resultado	diferncia	resultado	diferencia	resultado	diferencia	resultado	diferncia	resultado	diferencia
1	10	7	3	8	2	3	7	8	2	4	6

Aquí podemos observar que en esta prueba el sujeto presenta buenos resultados de memoria aunque hay casos en los que se separan del patrón de prueba.

Pensamiento:

Al sujeto en esta prueba se le realizó una situación problemática sobre su deporte donde se le presentaban problemas de diferentes complejidades y el según su flexibilidad del pensamiento tendría que dar las diferentes soluciones. Las soluciones se midieron de la siguiente manera:

Amplitud: el sujeto de 10 soluciones que tenía el problema logro 9 de ellas correctamente.

Profundidad: llego en un alto nivel a la solución del problema.

Independencia: logródarle respuesta al problema por si sola.

Flexibilidad:tuvo gran aceptación con respecto a la solución que le brinde.

Consecutividad:presentó un orden lógico de las respuestas.

Rapidez:en solo 7minutos logro darle solución al problema.

Motivación:

Para el sujeto, su primer deseo se encuentra dentro de la esfera del deporte, pues es: “Ser Campeona Olímpica”. En la composición que realizó sobre su primer deseo la categoría que más se evidencia es la del vínculo emocional, pues en muchos momentos expone palabras como: me gusta mucho, siento amor por ello, siento satisfacción, me siento bien…etc.

Resumen de la caracterización de las particularidades psicológicas evaluadas al profesor:

Ansiedad:

En la primera parte del test que veía “Ansiedad Reactiva o Situacional” obtuve en la escala de puntos un Alto Nivel de Ansiedad. En la segunda parte donde se analizaba “Ansiedad como rasgo” obtuve un Nivel Medio de Ansiedad.

Temperamento:

En el test de temperamento arroje a los siguientes resultados:

Sanguíneo: 61 puntos. Mediana presencia.

Colérico: 58 puntos. Mediana presencia.

Flemático: 46 puntos. Mediana presencia.

Melancólico: 39 puntos. Baja presencia.

Por lo que a modo de conclusión podemos observar que se presenta un tipo de temperamento Sanguíneo – Colérico.

Carácter:

El rasgo más predominante en esta prueba fue:

Orientación hacia la actividad fundamental. Con un total de 30ptos.

Luego la orientación hacia sí mismo. Con 28ptos.

Después la orientación hacia los demás. Con 23ptos.

***Objetivo deltrabajo*:**Valorar los niveles de preparación que incidan en el desempeño del sujeto durante la competencia.

Desarrollo

Situación problemática por el que se estudió al sujeto:

El sujeto es una niña de 10 diez años que practica el deporte de natación. En una provincial realizada hace varias semanas se veía a la niña muy atenta a lo que su entrenador le explicaba y demostraba. Él le recordaba que cuando estuviera en el

cajón de arrancada visualizara cada evento que nadaría en ese momento. Aunque por momentos por los mismos nervios no odia visualizar con exactitud cada evento que tenía que nadar ella se veía muy concentrada en su competencia pero a la vez se sentía muy nerviosa y presionada pues minutos antes de entrar a la piscina le hacía dicho a su familia que su mayor deseo era ser la campeona provincial en todos los eventos a competir ese día y por momentos se sentía insegura de no poder alcanzar este resultado. Al finalizar todos los eventos, en las premiaciones se declara que la niña había conseguido su mayor deseo y se había convertido en la campeona Provincial. La niña corría hacia su entrenador con una gran sonrisa en su rostro y cuando llego a donde estaba el, se encaramo en su pecho y comenzó a llorar de alegría, luego salió corriendo hacia donde estaba su familia y saltaba y gritaba contenta diciendo: “lo logre, lo logre”! Todo esto fue posible por la disciplina y sacrificio diario de esta atleta para lograr este buen resultado. Aunque aún debe calmar más el pre arranque que siente antes de comenzar la competencia. Ella siempre se ha caracterizado por llevarse bien con todos sus compañeros tanto de aula como el de equipo de entrenamiento y por ser muy disciplinada y respetuosa con su entrenador que logra que ella siempre esté dispuesta a alcanzar nuevas metas y resultados.

Según las entrevistas y resultados a partir de las observaciones que se le ha realizado a este sujeto, pude arrojar a los siguientes resultados.

El sujeto presenta antes de la competencia pre arranque, también presenta problemas de inseguridad y producto de los mismos nervios por momentos, le cuesta trabajo concentrarse en la competencia.

Situación social del desarrollo del escolar:

En este periodo el escolar se obliga a sí mismo a concentrarse y puede organizar. Mientras mayor es el interés del niño por la clase, tanto más fuerte e intensa es su atención.

La imaginación tiene un carácter más generalizado en el orden mental-verbal, y así se va enriqueciendo y complicando la imaginación creadora.

La imaginación constructiva o reconstructiva se desarrolla en las más diversas actividades cotidianas y clases.

Los motivos aun no son del todo estables, predominan los motivos vinculados con el presente, su actividad se rige por motivos y hechos inmediatos

También son capases de orientar su comportamiento no solo por objetivos que el planteen los adultos, sino también por otros que se proponen conscientemente, logrando un control más activo de su conducta.

El escolar comienza a interesarse por el resultado.

En las emociones y sentimientosel niño logra mayor control de sus reacciones físicas. Al final de la edad los niños orientan su comportamiento no solo por los objetivos planteados por los adultos, sino también por otros que se autoproponen conscientemente, buscando premeditadamente y encontrando los medios para su logro, enfrentando los obstáculos que aparecen. Descubren las mejores vías para la solución.

En esta etapa también aparece una parquedad de los movimientos, se expresa una evolución paulatina hacia una ejecución más ajustada a los fines, desapareciendo los movimientos innecesarios, ellos son más preciosos, aumentado la compresión de las tareas motrices.

Resultados:

Para mejorar el problema del sujeto del pre arranque y la inseguridad en las competencias como ejercicios, se le realizaron antes de las competencias varios topes y modelajes competitivos para mejorar la seguridad en ella misma, y en la misma competencia ir para un lugar aislado a escuchar música fuerte sin que nadie la interrumpa para poder lograr una mayor concentración y seguridad en sí misma.

Y obtuvimos con estosejercicios que el resultado para el sujeto fuera que lograra alcanzar su mejor forma deportiva, logrando sus mejores marcas y obteniendo los primeros lugares en las competencias.

Conclusiones

Como conclusión, haremos un resume de como se comportaron las pruebas aplicadas con el sujeto luego de los ejercicios que se le recomendaron.

En la percepción del tiempo logro un gran cambio, llegando a cumplir con la marca planteada.

En la percepción del movimiento y del espacio logro mejorar sus marcas llevándola a alcanzar sus máximos resultados en las competencias.

En las pruebas del pensamiento y de memoria también alcanzó grandes resultados pues mejoró todos los resultados tanto de sus marcas como sus tiempos.

Con este trabajo le dimos cumplimiento a nuestro objetivo principal y analizamos las diferentes vías y soluciones para el análisis psicológico de nuestro sujeto.

Recomendaciones:

1. Incrementar esta propuesta de ejercicios para que sirva como herramienta para otros profesores de la disciplina
2. Utilizar la tecnología de la información y la comunicación como unas de las vías de transmisión de conocimiento de la disciplina
3. Estimular las actividades que realiza durante el proceso y así utilizar los medios que le sirven para complementar la enseñanza en los atletas.
4. Introducir elementos de competencia. Exigir un estricto cumplimiento de todas las órdenes y tareas.

Frase célebre:

- Cuando estoyen el bloque de arrancada ya he analizado a todos mis contrarios, ya conozco perfectamente la táctica que debo hacer en la carrera. Toda mi concentración la dedico a autoconvencerme que voy a hacer un esfuerzo que estará muy cercano a la muerte.
- Hay tres cosas que siempre quiero hacer: entrenar, entrenar y entrenar.

➢ Mary Mayer. 2 veces campeona mundial de natación

Bibliografía

-Libro de Psicología General y del desarrollo. María Elisa Sánchez Acosta y Matilde Gonzales García.
-Libro de Psicología del Entrenamiento y la Competencia Deportiva. María Elisa Sánchez Acosta
-Libro de Psicología General. A. Petrovski.

Título: Factores psicológicos poco considerados en la preparación de los deportistas de alto rendimiento

Autor: M.Sc.Pedro E. Gómez Castañeda, pedro.gomez@cpled.com.mx
País: México

La preparación psicológica forma parte de la preparación integral del deportista. Juega un papel determinante para el logro de los éxitos competitivos en los deportes de combate. De tal suerte que interviene en el comportamiento de los aspectos físicos, técnicos y tácticos de la preparación.

Si el entrenador incorpora a su método de trabajo cotidiano la preparación psicológica, entonces podrá analizar y comprender de manera más efectiva las necesidades y problemas de sus competidores, tendrá la posibilidad de tomar decisiones más certeras, dirigir atinadamente la preparación técnico-táctica así como la toma de decisiones antes, durante y después de la contienda, lo que se traduce finalmente en un enriquecimiento potencial de su estilo de trabajo, forma de entrenar y comunicación con los mismos.

No obstante, la realidad es que pocos entrenadores ponen atención a este tipo de preparación. En ese sentido es importante mencionar que la carga de entrenamiento se entiende como una serie de estímulos que recibe el deportista y que en función de los mismos se obtendrán determinadas adaptaciones que repercuten en tres dimensiones: física, técnico-táctica y psicológica.

Dichas adaptaciones deberían estar orientadas al mejoramiento de las condiciones que exige la actividad competitiva. Sin embargo más del 95% de entrenadores de combate mexicanos, afirman que, las características que implica la actividad competitiva obedecen a situaciones estresantes por parte de los competidores, ansiedad y nerviosismo, mientras que en el proceso de entrenamiento mayormente las sesiones son relajadas, sin presión y con poca exigencia desde el punto de vista psicológico. Luego entonces las adaptaciones provocadas a partir de dichos estímulos no son favorables para la situación competitiva.

Además es de suma importancia resaltar que en los deportes de combate, el aspecto táctico también es determinante para el resultado competitivo. Esta condición exige pues un alto nivel de desarrollo técnico, pero aún más de pensamiento táctico y de toma de decisiones. Situaciones que exigen un desarrollo de la preparación psicológica del competidor orientada a resolver problemas del combate de manera rápida y en condiciones de constante estrés.

Dentro de los factores psicológicos que poco se entrena es la situación que indisolublemente se presenta en dicha actividad referida al combate que es el arbitraje o jueceo. Es decir, cuando un juez o árbitro sanciona de manera “injustificada” o constante a un competidor, éste tiende a perder la concentración y su nivel de ansiedad se ve aumentado. Luego entonces ante esta situación, se presentan errores constantes en la toma de decisiones tácticas y como consecuencia se puede perder el combate. Por ello, consideramos relevante integrar en los modelajes competitivos este tipo de situaciones como una forma importante para adaptar al competidor.

Título: Impacto social de la cátedra de estudios olímpicos Isla de la juventud, Cuba.

Autores:

Profesor: Douglas Crispín Castellanos. PhD. Et al. ("Jesus Montané Oropesa" University.Islan of Youth, Cuba). Presidente de la Cátedra de Estudios Olímpicos Isla de la Juventud, Cuba. E-mail: douglas@uij.edu.cu / douglascrispin@yahoo.es

Profesor: Francisco Enrique García Ucha. PhD. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD) "Manuel Fajardo", La Habana Cuba.

Profesor: Juan Carlos Fernández Truan. PhD. Universidad ¨Pablo de Olavidez¨. Sevilla, España.

País: Cuba

Resumen.

El Olimpismo antiguo ha sido fuente de inspiración para muchas personalidades de la filosofía a lo largo de toda la vida, pues los griegos supieron dar a la actividad física un lugar educativo, en la formación de su pueblo buscando un equilibrio entre el cuerpo y el alma de sus practicantes, con un profundo carácter clasista, religioso y militar. También veían en la actividad física un vehículo cultural, pues durante la celebración de los Juegos Olímpicos, que significaban la máxima expresión de la actividad del músculo jamás vista en ninguna civilización, se reunían los más afamados filósofos, retóricos, oradores, hombres de negocios y todo tipo de personas libres de esa sociedad, convirtiendo dichos Juegos en una fiesta cultural y deportiva. Todo este legado ha llegado hasta nuestros días, gracias a la obra de Pierre de Fredy, el padre del Olimpismo moderno. En Cuba estas ideas se han convertido en realidad gracias a la obra de la revolución, la Isla de la Juventud no está ajena a esta filosofía, pues cuenta con una Cátedra de Estudios Olímpicos, en coordinación con la Academia Olímpica Cubana, por lo que es objetivo de esta investigación dar a conocer la imagen y evolución que ha tenido la misma en el territorio pinero.

Palabras claves: Olimpismo, desarrollo espiritual, desarrollo físico.

Abstract.

The ancient Olympics has been a source of inspiration for many personalities of philosophy throughout life, as the Greeks were able to give the place an educational exercise in training your people looking for a balance between body and soul its practitioners, with a deep class, religious and military character. Also seen in physical activity a cultural vehicle, because during the celebration of the Olympic Games, which meant the ultimate expression of muscle activity ever seen in any civilization, the most famous philosophers, rhetoricians, orators, businessmen gathered and all kinds of people free of that society, turning the Games into a cultural and sports festival. This legacy has survived to this day, thanks to the work of Pierre de Fredy, the father of modern Olympism. In Cuba these ideas have become reality thanks to the work of the revolution, the Island of Youth is no stranger to this philosophy, which has Olympic Studies Professorship, in coordination with the Cuban Olympic Academy, so it is objective of this research to present the image and developments that have taken it in the Pinero territory.

Key words: Olympism, spiritual development, physical development.

1. Introducción.

Si el Olimpismo existió en la antigüedad y existe en la era moderna es producto a la labor persistente del hombre, gracias a que su fin fue y es en la actualidad el desarrollo del hombre, buscando la perfección del individuo donde cuerpo y alma unidos en todo resaltaban la figura de un hombre listo para cualquier tarea, ya sea física o intelectual, priorizando el perfeccionamiento de las cualidades humanas de los hombres a través del Deporte como un medio pedagógico para lograr tales fines.

Estos ideales fueron desarrollados por muchos pueblos del mundo antiguo, incluso los americanos, pero sobresale el pueblo Helénico, que supo educar a través del ejercicio físico a sus hombres, de forma sana y generalizadora, llegando hasta nuestros días sus antiguos cantares, el más famoso de ellos rezaba": Queremos para todos nuestros conciudadanos una mente de oro en un cuerpo de hierro..." Dichas ideas hicieron eco en muchos filósofos y pedagogos ilustres de nuestra era, pero fue Pirre de Fredy Barón de Coubertin quien inmortalizara estas ideas en

el modernismo, al darle vida nuevamente al Olimpismo Griego, como un medio de preparar a la juventud de forma sana y armónica a través del ejercicio físico, siendo los deportes un camino y los Juegos Olímpicos Modernos, la fiesta cuatrienal de la juventud, en torno a lo que más cale y brilla del deporte en el mundo.

¿Qué es el Olimpismo? Quienes hablan actualmente del Olimpismo tienden a ver en la extensa y múltiple obra de Pierre de Coubertin solamente lo relacionado con los Juegos Olímpicos. Que error. Para él los juegos eran un medio no un fin. Los juegos ofrecían la ventaja inconmensurable de presentar al universo el comienzo de la aplicación práctica de sus ideales sobre la educación, la fraternidad, el honor, la fusión del espíritu y el cuerpo, eso que él había bautizado con nombre afortunado la euritmia cuya significación es conocida de muy pocos. Según él, el Olimpismo es un estado. Estado de equilibrio entre el cuerpo y el alma, el espíritu y la materia, los impulsos y la conciencia, estado de gracia en la búsqueda de la superación de sí mismo. El Olimpismo va mucho más allá que el deporte, puesto que es inseparable de la educación en su acepción más amplia y completa. En el se funden la actividad física, el arte y el espíritu, teniendo así, a la formación del hombre completo... **Su excelencia. Sr. D. Juan Antonio Samaranch.**

El Olimpismo no es un sistema sino una actitud del espíritu. Esta actitud del espíritu nace de un doble culto: del culto del esfuerzo y del culto de la euritmia, la combinación del gusto del exceso y del gusto de la mesura. (Coubertin, P. 1916).

Incuestionablemente el Olimpismo se ha convertido en la organización sociológica más grande que existe sobre la faz de la tierra en nuestros días. Es un movimiento capaz de reunir cada cuatro años a toda la juventud del mundo, sin distinción de razas, sexo, grupo social o religión; con el único objetivo de estrechar aún más las relaciones humanas entre sus seguidores. Siendo esta organización la que más ha hecho por la paz y la educación de los pueblos del mundo.

En nuestro planeta no existió ningún mecanismo social, político o religioso que juntara a todos los pueblos del mundo y en especial a su juventud, después de las desgarradoras I y II guerras mundiales, donde los países rugían de odio hacia el prójimo producto de la masacre encabezada por los países agresores, solo fueron

los Juegos Olímpicos de 1920 en Amberes y los de 1948 en Londres, el único movimiento sociológico que aglutino a las juventudes del mundo, dejando a un lado sus rencores y disfrutando del festival de los Juegos Olímpicos Modernos, como un símbolo de paz y amistad entre las naciones.

Esta filosofía se ha mantenido viva la llama del Olimpismo y recorre cada cuatro años el mundo, desde la sagrada Olimpia hasta la ciudad sede de los Juegos Olímpicos. El C.O.I., está consciente de que para perdurar el ideal Olímpico es necesario educar a la juventud en su filosofía para mantener su tradición, por ello creó una institución capaz de desempeñar esa función y que cumpliera ese objetivo, La Academia Olímpica Internacional es esa institución, con sede permanente en el recinto sagrado de Olimpia Grecia, se funda en 1961 y las Academias Olímpicas Nacionales, a partir de ese momento, con sede permanente en el C.O.N., del país en cuestión; En el nuestro se creó en 1991 y por primera vez sale a la Palestra internacional en 1997, con gran aceptación entre sus miembros. Esto constituye un paso importante pues en materia Olímpica Cuba está muy bien representada en participación y resultados deportivos y en lo adelante también en la filosofía del olimpismo; en estos momentos la A.O.C., despliega un profundo trabajo en aras de desarrollar dicha filosofía en todo el país.

Objetivo general:

Valorar la participación de los deportistas pineros en los Juegos Olímpicos de verano.

Objetivos específicos:

1. Difundir la filosofía del Olimpismo.
2. Defender los postulados Olímpicos.
3. Denunciar toda alteración que atente contra los postulados Olímpicos.

2. Metodología:

Los fundamentos teóricos y metodológicos para llevar a cabo este estudio, han sido de tipo etnográfico y descriptivo, basándose en métodos teóricos de lógica abstracta, así como en métodos empíricos para la triangulación de los datos obtenidos mediante la revisión bibliográfica, así como el empleo de entrevistas.

El estudio abarca todo el periodo histórico del desarrollo deportivo pinero desde antes de 1959 a la actualidad; con especial atención a los momentos históricos donde los atletas de la Isla de la Juventud participaron en los Juegos Olímpicos y otras grandes competiciones internacionales.

3. Discusión.

3. 1: Surgimiento de la Catedra de Estudios Olímpicos Isla de la Juventud, Cuba.

La Isla de la Juventud no está apartada de este fenómeno, pese a tener que esperar 100 años para tener un medallista Olímpico, no puede esperar a que pasen 100 años más, sin estar presentes como un elemento más de desarrollo educacional y cultural de la sociedad pinera en la filosofía del Olimpismo.

Por estos motivos el 15 de abril de 1998 se funda en la Filial Universitaria del territorio pinero La Cátedra de Estudios Olímpicos Isla de la Juventud, con sede permanente en dicho recinto universitario, con los siguientes objetivos:

1. Difundir la filosofía del Olimpismo en el territorio.
2. Defender los postulados Olímpicos.
3. Denunciar cualquier acción que se manifieste en contra del Olimpismo.

En el año 2005 comienza un proceso de intercambio científico y académico con la Universidad Pablo de Olavide, Sevilla España, que luego culminaría en un vínculo importante donde profesores de dicha institución universitaria se vinculan directamente a La Cátedra de Estudios Olímpicos Isla de la Juventud través de Proyectos de investigación.

Hecho que se materializa al ser nombrado un profesor de la Facultad de la Facultad de Cultura Física, de la Universidad pinera como Investigador del proyecto internacional: G. I. TECNOLOGIA E HISTORIA DE EDUCACION FISICA Y DEPORTES. Por la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla España. Del Grupo de Investigación del Plan Andaluz de Investigación (P. A. I) Desde 2006.

3. 2: Imagen y evolución de la Catedra de Estudios Olímpicos Isla de la Juventud, Cuba.

Hoy con gran satisfacción queda atrás la fecha de constituida la Cátedra**, primera de su tipo en Cuba**, con una Sesión Anual Científico Recreativo Internacional, donde rendimos homenaje al Olimpismo antiguo y moderno.

Los autores de esta investigación están plenamente convencidos que en estos precisos momentos desde el fondo de la era antigua, desde un país tan lejano como Grecia, en la sagrada Olimpia todos sus héroes, olimpioniques y dioses, estarán regocijados por el tributo rendido por la Isla de la Juventud al ideario Olímpico, como también desde Suiza u Olimpia donde descansan los restos del Barón de Coubertin, igualmente sé alegraría pues vería que su obra no ha sido destruida y hoy más que nunca se levanta desde esta pequeña isla del Caribe, firme en todos los tiempos, estoica ante tantos huracanes y ciclones que azotan a esta región, se levanta como un faro la llama Olímpica difundiéndose en todas direcciones, como la espada de los antiguos Hoplitas griegos.

En todo este tiempo se realizaron más de 560 actividades, todas relacionadas con los objetivos de la Cátedra, para lograr cada día que el deporte sea, como lo es, el medio más eficaz de cultivar el cuerpo y el alma.

El deporte será pues, no solo el medio más cómodo, rápido y eficaz para la formación del individuo, sino también el vehículo más directo de comunicación, comprensión y pacificación de los pueblos, al ser una escuela de nobleza y pureza moral, a la vez que medio de fortalecimiento y energía física. (C. Durantez, Comunicación personal, abril 1998)

En la Isla de la Juventud la Cátedra de Estudios Olímpicos, desempeña una ardua labor educativa del ideal Olímpico dentro de la sociedad, no solo dirigida a los profesionales de la Cultura Física, sino también a otras capas de la sociedad, como por ejemplo los escolares de todas las enseñanzas por solo citar uno de ellos. Se desarrolla un sistema de conferencias especializadas en el Olimpismo impartidas a todos los profesionales del deporte en el territorio, se crearon círculos de interés en las escuelas y se desarrollan investigaciones sobre los deportistas más destacados de la Isla en todos los tiempos.

3. 3: La Cotorra Olímpica, única de su tipo en el mundo.

Como culminación a todas las actividades realizadas por la Catedra de Estudios Olímpicos Isla de la Juventud se efectúa en el mes de abril de cada año una Sesión Científica Recreativa Olímpica llamada **"La Cotorra Olímpica"**, donde se debaten trabajos relacionados con las temáticas del Olimpismo y se realizan unos juegos recreativos al estilo Griego Antiguo, para de esta forma rendir tributo a los creadores de la gran obra humana del Olimpismo.

El objetivo de la **Cotorra Olímpica** es: Difundir la Filosofía del Olimpismo en la sociedad y los logros alcanzados en la esfera del deporte y la Educación Física. Las temáticas tratadas son:

- Estudio de la filosofía del olimpismo.
- Deporte y medio ambiente.
- Cultura Física y Comunidad.
- Educación Física y sus retos para el nuevo milenio.
- Iniciación y perfeccionamiento deportivo.
- Manifestaciones recreativas especiales, tiempo libre y recreación.

En la Sesión se organizarán diversas actividades científico técnicas que incluyen:

- Conferencias magistrales.
- Conferencias Especializadas sobre la Filosofía del Olimpismo y otras temáticas de interés.
- Presentación de trabajos en Comisiones.
- Juegos recreativos **"La Cotorra Olímpica"**

La Sesión se realiza con trabajo en comisiones y la actividad físico-recreativo **"La Cotorra Olímpica",** que consiste en una competencia al estilo griego antiguo en los siguientes eventos:

- Carrera de dromos en 80 metros.
- Lanzamiento de la jabalina a un blanco.
- Salto de longitud.
- Lucha de pie (Orte Pale).

En estos eventos se compite descalzo y en short o trusa, como único vestuario para los hombres. Las mujeres descalzas.

Características de los juegos recreativos:

Carrera de Dromos:

Se correrá a una distancia aproximada de 80 metros en línea recta, clasificando siempre el primero de cada jit y los segundos mejores tiempos en dependencia de la cantidad de jits eliminatorios.

Lanzamiento de la jabalina:

Se realizará a un blanco ubicado a 10 metros aproximado de distancia y a 1,50 de altura, ejecutándose 3 lanzamientos, computándose el mejor. (Esta modalidad era ejecutada en los juegos olímpicos antiguos.)

Salto de longitud:

Se ejecutará con alteras en las manos, dejándose caer las mismas en el último momento del vuelo.

Lucha: (Orte pale o Lucha de pie).

En este evento no habrá división de peso ni el combate tendrá límite de tiempo, como se celebraba en los Juegos Olímpicos antiguos. Se puede obtener la victoria de la manera siguiente:

- Abandono del combate, por el contrario.
- Sacar al contrario del círculo de combate.
- Cuando el contrario apoye otro punto de apoyo en el suelo, que no sea el de sus dos pies.

Los gladiadores serán untados con un lubricante.

Para todos los eventos se utilizará como único vestuario, trusa o short para los hombres y descalza las mujeres, estas no competirán en la lucha.

3. 4: Evolución del deporte en la Isla de la Juventud.

En la Cátedra militan más de 100 personas de diferentes perfiles profesionales y naciones, los cuales reciben superación en materia Olímpica, ese es el futuro del ideal Olímpico que se desarrolla en la juventud cubana, para que desde nuestro país las ideas humanas de Coubertin no mueran y sigan siendo las más grandes en materia educativa y formadoras de valores en Cuba y el mundo. En 1998 el Presidente de la Catedra estuvo en la 38 Sesión Internacional para Jóvenes participantes de la Academia Olímpica Internacional (IOA), donde puso bien en

alto los logros alcanzados por Cuba en el deporte y en todas las esferas de nuestra sociedad.

La Isla de la Juventud es la segunda isla más importante del archipiélago cubano, con unos 86 000 habitantes. En los primeros años del siglo XX las personas de este territorio empezaron a practicar los deportes pero sólo se representaron por algunos juegos, actividades recreativas y físicas que incluyeron: equitación, pesca, tenis, caza, béisbol, golf, giras turísticas, juegos de mesa, Yatismo, y otros juegos de la pelota con menos desarrollo como, voleibol y baloncesto; éste era el escenario antes de 1959, en su gran mayoría todos estos deportes eran practicados por norteamericano que vivían e en la isla en ese momento. En la primera mitad del siglo XX para la entonces llamada Isla de Pinos no había tomado parte en las competiciones internacionales, excepto en los Juegos Centro Americanos de México en 1926, dónde Tomás Baldomero Minguillon Ortiz que nació en Nueva Gerona Isla de Pino, hijo de un teniente jubilado del ejercicio español y después comerciante, con una negra criolla, integró el equipo de Béisbol cubano como pitcher, alcanzando la medalla de un oro.

No fue hasta 1959 que la Isla de Pino (Ahora Isla de la Juventud) inscribió su nombre entre los países que participaron en las ediciones modernas de los Juegos Olímpicos; esta investigación intenta resumir la participación de los atletas pineros que han representado a Cuba en estas competiciones.

Entre todos estos atletas el que ha conseguido los mejores resultados deportivos en el siglo XX en la Isla de Juventud, y ha sido seleccionado como el mejor atleta, es el boxeador Alfredo Duvergel Adams, por sus grandes logros en múltiples competiciones nacionales e internacionales. Ya en el siglo XI se destaca entre todos Michel Enrique Tamayo, Oro y Plata Olímpicas en los juegos de Atenas 2004 y Beijing 2008 respectivamente con el equipo cubano de Béisbol.

La Isla de la Juventud tuvo que esperar 100 años después de haber empezado los Juegos Olímpico Modernos en Atenas 1896, hasta Atlanta 1996 cuando se llevó a cabo la mejor actuación tras la conquista de dos medallas, una de Plata y otra de Bronce, cuatro años después en Sydney 2000, se logra una medalla de plata. Los pobladores de la Isla esperaron entonces 108 para alcanzar una

Medalla de Oro en los Juegos Olímpicos Modernos, precisamente en Atenas 2004 la cuna de los Juegos, dónde se alcanzó la gloria del olimpismo a través del atleta de Béisbol Michael Enríquez Tamayo; Capitán del Equipo cubano de Béisbol; que ganó la medalla de oro frente al equipo australiano. En los Juegos de Beijing 2008 la Isla de la Juventud volvió a subir al podio Olímpico, nuevamente por intermedio de Michael Enríquez Tamayo, Plata con el equipo de Béisbol, e Ibrain Camejo Bronce en salto de longitud; en los Juegos de Londres se rompió la racha de medallas logradas por los deportistas de la isla, instaurada desde los Juegos de Atlanta en 1996 porque no se lograron medallas, aunque se participó en 2 finales, una en Levantamiento de Pesas y la otra en Kayak (final B).

3. 5: La isla Olímpica.

A continuación, se muestra la relación de los atletas que han tomado parte en los Juegos Olímpico: *Tokio, Japón 1964*. Alfredo Hernández Barreda, en Remo se eliminó en el repackage. *Munich, RFA 1972.* También se eliminaron Edito Gilbert Morejon y Rogelio Chirino Hernández, de kayac en el repackage. *Moscú, URSS 1980.* José Luis Marrero Hernández, de Kayac consiguió el Sexto lugar con un tiempo de: 3. 31. 12 minutos (hasta hoy el mejor cubano ubicado en una final olímpica). *Atlanta, EE.UU.* 1996. Joél García Luís, de Atletismos en Salto triple fue eliminado y Neiser Bent Vázquez Natación 100 m espalda alcanzó una medalla de bronce con un tiempo de 55. 02 minutos; y Alfredo Duvergel Adams de Boxeo 71 Kg., también consiguió una Medalla de plata. *Sydney, AUS 2000.* Neiser Bent Vázquez. Nadando 100 m espalda fue eliminado en el primer hit y Joél García Luis Atletismo en Salto triple consiguió una Medalla de plata con un Marca de: 17. 47 m. *Atenas, Grecia 2004.* Ernesto Peña, de Lucha Greco Romana con 96 Kg. consiguió el cuarto lugar y Michael Enrique Tamayo de Béisbol alcanzó Medalla de Oro. *Beijing, China 2008.* Michael Enrique Tamayo de béisbol alcanzó medalla de plata e Ibrain Camejo, Atletismo Salto de Longitud, medalla de bronce; también Indira Terrero de ese mismo deporte en el evento de Relevo 4 x 400 m femenino logró sexto lugar. Todos estos atletas se relacionan estrechamente al trabajo de la Cátedra de Estudios Olímpicos: recientemente se realizó un homenaje al señor. Alfredo Hernández porque se conmemoró el 48 aniversario de su participación en

los Juegos de Tokio Japón 1964, donde él fue el primer atleta de esta pequeña isla que tomó parte en unos Juegos Olímpicos: La celebración se hizo en el Museo Deportivo dónde se guardan los cuadros, medallas y reconocimientos de los resultados de los deportistas más excelentes de nuestra historia. Había presente más de 30 miembros de la Cátedra. La Universidad del Deporte también llevó allí diplomas de reconocimiento a esos atletas porque la mayoría de ellos habían estudiado en dicho centro de altos estudios.

Si en los Juegos olímpico de Atlanta 1996 la Isla de la Juventud hubiera competido como otra nación se hubiera ubicado en el mapa final de medallas en el lugar 58, junto con: Malasia (MA), Moldavia (MDA), Uzbekistán (UZB), los tres empatados con dos medallas (Plata y Bronce); en Sydney 2000 se ubicaría en el lugar 62, junto con: Irlanda (IRL), Uruguay (URU) y Viet Nam (VIN) empatados con una medalla de plata; en Atenas 2004 en el lugar 54 (una medalla de Oro), junto con: Irlanda (IRL), Emiratos Árabes Unidos, República Dominicana y Camerún empatados con una medalla de oro. En Beijing 2008 en el lugar 65 empatados con: Argelia (ALG), Bahamas (BAH), Colombia (COL), Kirguistán (KGZ), todos con una medalla de plata y una de bronce. En los Juegos de Londres 2012 los atletas pineros no lograron medallas, el pesista Yoelmis Hernández Paumier se ubicó séptimo en su categoría y Yulitza Meneses Prieto del K-2 en Kayak se ubicó séptima en la final B. Con sólo 86 000 habitantes hemos logrado estos resultados, gracias a los esfuerzos del gobierno cubano por desarrollar el Deporte para Todos, una tesis de Coubertin hecha una realidad en Cuba. (Crispin, D. 2015).

Tabla # 1: Atletas de Isla de la Juventud, Cuba en los Juegos Olímpicos de verano.

Nombre.	Año.	País.	Ciudad.	Deporte.	Resultados.	Tiempo o marca.
Alfredo Hernández Barreda.	1964	Japan.	Tokyo.	Remo.	Eliminated in repeckage.	
Edito Gilbert Morejon.	1972	RFA	Munich.	Kayak.	Eliminated in repeckage.	

Rogelio Chirino Hernández.	1972	RFA	Munich.	Kayak.	Eliminated in repeckage.	
José Luis Marrero Hernández.	1980	USSR	Moscú.	Kayak.	Sixth.	3.31.12 minutes.
Joel García Luis.	1996	USA	Atlanta.	Athletics. Triple Jump.	Eliminated in final.	
Neisser Bent Vázquez	1996	USA	Atlanta.	Swimming Back Style 100 m.	Bronze Medal.	55.02 minutes.
Alfredo Duvergel Adams.	1996	USA	Atlanta.	Boxing. 71 Kg.	Silver Medal.	
Neisser Bent Vázquez.	2000.	AUS.	Sydney.	Swimming Back Style 100 m.	Eliminated in first hit	
Joel García Luis.	2000.	AUS.	Sydney.	Athletics Triple Jump.	Silver Medal.	17.47 m.
Ernesto Peña Wuillians.	2004	Greece.	Athens.	Greek Roman Whresting. 96 KG.	Cuarto.	
Michael Enrique Tamayo.	2004	Greece.	Athens.	Baseball.	Gold Medal.	
Michael Enrique Tamayo.	2008	China.	Beijing.	Baseball.	Silver Medal.	
Ibrain Camejo	2008	China.	Beijing.	Athletics. longitude Jump.	Bronze Medal.	

Indira Terrero	2008	China.	Beijing.	Athletics. Relief 4 x 400 m.	Sixth.	
Yoelmis Hernández Paumier.	2012	England	London.	Hitting weights. 84 Kg.	Seventh	
Yulitza Meneses Prieto.	2012	England	London.	Kayak.	Seventh Final B.	
Yoelmis Hernández Paumier.	2016	Brazil.	Rio de Janeiro.	Levantamiento de Pesas.	Eliminado en primera ronda.	
Yusmary Mengana.	2016	Brazil.	Rio de Janeiro.	Kayak.	Eliminada en primer hit	
Gilda Casanova.	2016	Brazil.	Rio de Janeiro.	Athletics. Relief 4 x 400 m	Eliminada en semifinales.	

Fuente: obtenida por el autor.

3. 6: Impactos más significativos:

- 1998. Primer premio en el concurso Nacional de Historia del Deporte.
- Participación de un miembro de la Cátedra en la 38 Sesión de la IOAPA en Grecia.
- 1999. Conferencia Magistral del Sr. Willi Kaltschmitt Lujan. Miembro del COI. En el marco de la Cotorra Olímpica. Salida al aire de 18 programas radiales en Radio Cadena Habana.
- 2001. Primer premio Nacional en el FORUM C.E. en la red de C.F. Participación en carrera popular del atleta Olímpico Pinero Edito Gilbert. Segundo Premio en el Evento Nacional de Áreas Terapéuticas.
- 2002. Participación de un miembro de la Cátedra en el proyecto internacional de la CCC. En Costa Rica. Conferencia Magistral en la Facultad de CF. IJ. del Sr. Ray N. Olsen. Primer miembro de ISOH que visita Cuba.

- 2003. Participación de un miembro de la Cátedra en los Juegos Panamericanos de
- Santo Domingo. II Conferencia Magistral en la Facultad de CF. IJ. del Sr. Ray N. Olsen. Primer miembro de ISOH que visita Cuba.
- 2004. Conversatorio con Glorias del Deporte Pinero en el Museo Deportivo Municipal.
- 2005. Participación de un miembro de la Cátedra en el Forum Nacional del centenario del atletismo. Un miembro de la Cátedra participó como ponente en el X Congreso Internacional de Historia del Deporte, celebrado en la Universidad Pablo de Olavide, Sevilla, España, 2 al 5 de noviembre 2005.
- 2006. Participación de dos miembros de la Cátedra en el XI Congreso Mundial Sport For All. La Habana.
- 2007. I curso de Postgrado Internacional de Tai Chi como Deporte para Todos en la tercera edad. Dos miembros de la Cátedra participaron como delegados ponentes cubanos a la II Convención Internacional de Actividad Física y Deportes. Ciudad de la Habana, del 14 al 16 de noviembre de 2007.
- 2008. I curso de Postgrado de Tai Chi como Deporte para Todos en la tercera edad. Facultad de Ciencias Médicas. 4 de abril. Celebración de la Cotorra Olímpica. Un miembro de la Cátedra participó como delegado ponente cubano al II Congreso Internacional de deportes del ALBA. Venezuela, abril de 2008. Tres miembros de la Cátedra participaron como delegado ponente cubanos a la I Cumbre de Educación Física y Deporte Escolar. Taller Mundial de Psicomotricidad Infantil. Ciudad de la Habana, del 28 al 31 de mayo de 2008.
- 2009. Participación de 3 miembros de la Cátedra como autores y ponentes a la VII Conferencia Científica Pedagógica Internacional de Educación Física y Deportes, en calidad de autor y ponente. Pinar del Río. Abril de 2009. Participación de 57 miembros de la Cátedra como autores y ponentes al 7mo Congreso Provincial de Educación Superior con dos investigaciones, alcanzando el premio relevante con una de ellas y seleccionada para

participar en el Congreso Internacional en el año 2010. Mayo 2009. Participación de 3 miembros de la Cátedra como autores, ponentes y tutor a la III Convención Internacional de Actividad Física y Deportes AFIDE 09. Premio Relevante en el Concurso infanto – juvenil de Fotografía Digital. Noviembre 2009. Participación de 3 miembros de la Cátedra como autores, ponentes y tutor a la XIII Exposición Nacional Forjadores del Futuro. Premio Destacado, en calidad de Tutor. Isla de la Juventud septiembre 2009.

- 2010. Curso de Tai Chi como deporte para todos. Facultad de Ciencias Médicas. Isla de la Juventud. Enero de 2010. Festival deportivo recreativo en la comunidad del embasadero. Febrero de 2010. Participación de 3 miembros de la Cátedra como autores y ponentes cubanos al Foro Mundial de Educación Física. II Cumbre Iberoamericana de educación Física y Deporte Escolar. La Habana, Cuba. Julio de 2010.
- Curso Administración Deportiva. Desde 2007 hasta la fecha en las Especialidades de Postgrado para el Alto Rendimiento en los deportes: Béisbol, Lucha, Judo, Boxeo, Baloncesto, Atletismo, Canotaje y Fútbol.
- Participación de 1 miembro de la Cátedra como delegado ponente al I Taller Científico-Metodológico de Reglas y Arbitraje de la Federación Cubana de Taekwondo. Holguín, Cuba. Febrero 2011. Participación de 1 miembro de la Cátedra como delegado ponente cubano a la VIII Conferencia Internacional Científico Pedagógica de Educación Física y Deportes. Facultad de Pinar del Río “Nancy Uranga Romangoza”, Cuba. Abril 2011. Participación de 1 miembro de la Cátedra en los XVI Juegos Panamericanos de Guadalajara. México 2011 del 14 al 30 de octubre, como miembro de la Asociación Internacional de Historiadores Olímpicos. (ISOH) y la Asociación de Participantes de la Academia Olímpica Internacional (IOAPA). Participación de 2 miembros de la Cátedra como como delegados ponentes cubanos y españoles al XVIth International Congress. Sport and Tourism. Lisboa, Portugal. Octubre 2011. Participación de 3 miembros de la Cátedra como delegados ponentes al II Simposio Cultura Física Terapéutica y Profiláctica. La Habana, Cuba. Noviembre 2011. Participación de 3 miembros de la

Cátedra como delegados ponentes cubanos a la III Convención Internacional de Actividad Física y Deportes AFIDE 2011. La Habana, Cuba. Noviembre 2011.

- Curso Gerencia del Deporte, a los directivos del INDER en la Isla de la Juventud. Mayo – junio de 2012. Participación de 1 miembro de la Cátedra como Delegado al III Encuentro Nacional de Doctores del Movimiento Deportivo Cubano. La Habana. Marzo de 2012. Participación de 3 miembros de la Cátedra como delegados expositores cubanos a la I Convención Internacional de Psicomotricidad 2012. La Habana, Cuba. Junio 2012.Curso Entrenamiento Olímpico, al subsistema de deporte del INDER en la Isla de la Juventud. Junio de 2012.Curso de Verano: Ecoturismo una alternativa de la recreación. Julio – agosto 2012.
- Curso de Verano: Recreación en la naturaleza. Julio – agosto 2013.Curso de verano Internacional: Deporte participativo y de alto rendimiento frente a los desafíos ambientales contemporáneos; impartido a estudiantes del Instituto Superior de educación Física de Uruguay. Julio de 2013. Participación de 3 miembros de la Cátedra como delegados expositores cubanos al Congreso Internacional de Pedagogía 2013. La Habana, Cuba. Febrero 2013. Participación de 3 miembros de la Cátedra como delegados expositores cubanos a la 9th Convención Internacional de Medio Ambiente y Desarrollo 2013. La Habana, Cuba. Julio 2013. Participación de 3 miembros de la Cátedra como delegados ponentes cubanos a la IV Convención Internacional de Actividad Física y Deportes AFIDE 2013. La Habana, Cuba. Noviembre 2013.
- Curso de Tai Chi como Deporte para Todos en la tercera edad. Bindura University of Science Education. Zimbabwe. Marzo 2014. Participación de 3 miembros de la Cátedra como delegados ponentes cubanos al Congreso Internacional Universidad 2014. La Habana, febrero 2014. Participación de 2 miembros de la Cátedra como delegados ponentes cubanos al Congreso Nacional de Historia del Deporte. La Habana. Abril 2014. Participación de 3 miembros de la Cátedra como delegados ponentes a 1st international

conference on Social Sciences and Humanities, 4-7 June 2014, Gaborone, Botswana. Participación de 1 miembros de la Cátedra as Expositor for African Science Day Celebrations to be Held at Bindura Civic Grounds. Zimbabwe. July 2014. Participación de 1 miembros de la Cátedra as Delegate as 3RD Edition National Sports Convention. "Sport reflects society – think globally. Act locally". Harare, Zimbabwe. July 15 – 17, 2014. Participación de 1 miembros de la Cátedra as Exhibitor for RIE-SET WEEK. Ministry of Higher and Tertiary Education, Science and Technology Development. Harare. Zimbabwe. September 3- 6, 2014.

- Expositor Participated Cuban and Zimbabwean delegate to the International Congress on Sport History "Conrado Durantez" Sevilla España. November 4 – 5, 2014.
- Guest Lecture (two conferences) at Dairibod Schools Rugby Festival 2015. Prince Edward Schools. Harare, Zimbabwe. 27th April to 2nd May 2015.
- Expositor Participated Cuban and Zimbabwean delegate to the X International Convention on Environment and Development. X Congress on Environmental Education for Sustainable Development. Havana, Cuba. July 6-10, 2015.
- Keynote Lecture (one conference) at Southern African association for research in Mathematics, Science and Technology Education (Saarmste) - Zimbabwe Chapter. 26th Seminar/workshop Meeting. 2-5 July, 2015, Baptist Seminar, Gweru, Zimbabwe.
- Participated in XVII Pan-American Games of Toronto, Canadian 2015. As member of the International Association of Olympic Historians (ISOH), and the Association of Participants of the International Olympic Academy (IOAPA) and National Sport Academy, BUSE Zimbabwe.
- Guest Lecture (one conference) at 2nd International Science & Mathematics Educators' Conference. Bindura, Zimbabwe. 19th – 21 Augusts 2015.
- Expositor Participated Research and Intellectual Expo Science, Engineering and Technology RIE-SET. National University of Science and Technology (NUST). 2-5 September 2015. Bulawayo, Zimbabwe.

- VI Evento de Gestión Empresarial para un Desarrollo Local Sostenible. Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas. Universidad de la Isla de la Juventud "Jesús Montané Oropesa", Cuba. Mayo 2016.
- Fórum de Ciencia y Técnica 2016 Grupo MES. Junio 2016.
- Convención Internacional de Ciencia, Tecnología e Innovación dado en la Habana, Cuba. Noviembre de 2016.

4. **Conclusiones.**

Se culmina con una reflexión acerca del significado del lema de la competición Olímpica, pensamiento de profundo contenido deportivo y olímpico, de paternidad normal atribuida a Coubertin, pero fue el Arzobispo de Pensilvania, Monseñor Ethelbert Talbot, el 17 de junio de 1908, en la Catedral de San Pablo, en los Juegos de la IV Olimpiada que se resume en "lo importante no es vencer, sino competir"**.** *Coubertin interpretó la célebre frase en su personal forma distinguida con "lo importante en la vida –diría- no es el triunfo sino la lucha, lo esencial no es haber vencido, sino haberse batido bien. Extender estas ideas es preparar una humanidad más valiente, más fuerte, más escrupulosa y por tanto más abnegada"***.**
(C. Durantez, Comunicación personal, abril 1998)

Precisamente estas ideas son las que deben iluminar nuestro sendero, para que el ideal Olímpico, mediante el estudio de la historia nunca muera.

Bibliografía.

1. Adiós al Tritón: [En línea]: Documento de fuente electrónica en Internet. 2005 [Fecha de consulta enero 2007] Disponible en: http://www.blythe.org/nytransfer-subs/97-09cari/Sintesis_sobre_Cuba_9-23-97 http://www.opciones.cubaweb.cu/en247/falcon.html
2. Competencias en panamericanos: [en línea] documento de fuente electrónica en Internet.2005 [Fecha de consulta enero 2007] disponible en : http://wwwinder.co.cu/indernet/competencias/panamericanos2003/finalistas.asp?competencias_65&deportes

3. CRISPÍN CASTELLANOS, Douglas et al. Impacto social de la cátedra de Estudios Olímpicos Isla De La Juventud (Cuba). **Materiales para la Historia del Deporte**, [S.l.], p. 195-206, feb. 2015. ISSN 1887-9586. Disponible en: <http://www.upo.es/revistas/index.php/materiales_historia_deporte/article/view/1211>. Fecha de acceso: Sevilla, España. 14 feb. 2015.
4. FORBES, Irene, LUJAN, Ana María, VELASQUES, Juan. Famosos y desconocidos, cubanos en Juegos Olímpicos. Cuba, editorial Pueblo y Educación, 2003. 308p.
5. INTERNACIONAL, Olímpico Comité. Olimpia Games. [en línea]: documentos de fuentes electrónicas en Internet. Sydney 2000. [fecha de consulta: Enero del 2007] disponible en: <http://www.olimpic.org/uk/games/past/index_uk.asp?OLGT=1&OLGY=2000
6. MECIAS Cañizares, Luis Ángel. Yoel García Luis, otro pinero Olímpico (Trabajo de diploma para optar por el título de licenciado en Cultura Física), Isla de la Juventud, ISCF Manuel Fajardo, 2005, 15h.
7. Maglisho, Ernes W. Nadar más rápido. / Ernes W Maglisho – California: Editorial: State University, 1985 – 224 – 126 p.
8. Ramos Cabaña, M. Michel Enrique Tamayo, una estrella del Béisbol (Trabajo de Diploma para optar por el título de Licenciado en Cultura Física, Isla de la Juventud, ISCF Manuel Fajardo, 2002) 54 h.
9. Retornan a casa: [En línea]: Documento de fuente electrónica en Internet. 2006 [Fecha de consulta enero 2007] disponible en: http://www.juventudrebelde.cu/2003/enero-marzo/e

Título: Intervención psicológica a padres de familia de futbolistas en formación de la Escuela de Futbol F.C. Porto Dragon Force Bogotá

Autoras: Camila Abella
Adriana Sandoval
Magaly Sánchez
Institución: Universidad Manuela Beltrán
País: Colombia

RESUMEN

Tras una evaluación diagnóstica de necesidades en la escuela de futbol F.C Porto Dragon Force Bogotá, se evidenciaron dificultades en la cohesión entre entrenadores y padres de familia que ocasionaba agresión verbal a entrenadores y árbitros con un aumento etapas de pre-competencia y competencia, afectando el desempeño de los deportistas. Se creó el programa Yo soy un padre Dragon Force, con el objetivo de Fortalecer el proceso formativo del deportista desde el sistema familiar. Se realizó una intervención con 67 padres de niños y adolescentes de las categorías sub 13-14- 15-16-17 a través de juegos de intercambio de roles entre deportistas, padres de familia y entrenadores. La población en general fue receptiva al trabajo psicológico y se contó con el apoyo de directivos, entrenadores, padres de familia y deportistas. Pese a la novedad del área de psicología en el lugar de práctica se puede concluir que el trabajo psicológico llevado en el lugar permitió reconocer la necesidad y pertinencia de esta disciplina del conocimiento en el ámbito deportivo.

Palabras claves:
Cohesión, identidad, psicoeducación, sistema familiar, comunicación.

Introducción

Esta iniciativa surge con el fin de incentivar la cohesión en el grupo de padres de los deportistas de Dragon Force Bogotá. Después de llevar a cabo un proceso de observación en el campo en presencia de padres, deportistas y entrenadores, se logró identificar que durante las etapas precompetitivas y competitivas se presentaron situaciones donde el acompañamiento de los padres a las categorías menores es de mayor presencia y cohesión comparado con las categorías mayores, también se evidenció un desconocimiento por parte de los padres hacia el entrenador y viceversa (no se saben el nombre). Por otro lado, en la etapa competitiva se logró observar y evidenciar presión en la tribuna y agresión verbal por parte de los padres hacia los jugadores, entrenadores y árbitros haciendo que los deportistas no logren enfocar la atención de manera correcta a los estímulos e indicaciones proporcionadas por el entrenador.

A partir de lo anterior y de los acontecimientos mencionados anteriormente se creó el proyecto “YO SOY UN PADRE DE FAMILIA FC PORTO DRAGON FORCE BOGOTA”, con el objetivo de que los padres hagan parte activa de la formación deportiva y del crecimiento y desarrollo personal del jugador, y además se establezca identidad y compromiso con la institución.

Contextualización teórica

Según el Diccionario de Psicología y Educación (1998) la comunicación es definidacomo la transmisiónde información entre un emisor y un receptor centrándose en habilidades y capacidades para que dicha información llegue correctamente, de este modo se tiene en cuenta la comunicación verbal y la no verbal. La primera según Crespo & Balaguer (1994) se refiere a los a los aspectos cognitivos donde se tiene en cuenta la codificación y la descodificación del mensaje que se quiere trasmitir y la comunicación no verbal hace referencia a las emociones y tiende a ser más difícil de controlar ya que suele interpretarse por medio de gestos, posturas y posiciones corporales presentándose en diferentes situaciones.

Por otro lado, Carron (1982) define la cohesión como un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido en la búsqueda de sus metas y objetivos. De este modo se identifican dos componentes: cohesión de tarea donde los miembros del grupo trabajan para alcanzar una meta o un objetivo en común; el segundo componente es la cohesión social el cual los miembros de este grupo son colectivos y se relacionan haciendo actividades diferentes a las que normalmente suelen hacer ejemplo: ir a cine después de finalizar el entrenamiento.

A partir de una investigación hecha por Guillén (2010) acerca de una intervención psicológica con padres para la búsqueda de logros deportivos en los hijos mediante la adquisición de habilidades propias que ayudan a mejorar y a prevenir la deserción deportiva especialmente en la adolescencia, se generó un programa psicoeducativo para padres de familia donde se les permite conocer las repercusiones de los hábitos y conductas inapropiadas en momentos deportivos pero así mismo se brinda los conocimientos y habilidades necesarias para afrontarlas. Esta investigación se fundamentó en talleres cuyo contenido se centraba en desarrollar habilidades básicas en padres de familia para prevenir obstáculos y conductas inapropiadas durante y después de cada competencia (Velásquez y Guillén, 2007).

Los padres desempeñan un papel importante en el comportamiento de sus hijos en el ambiente deportivo, teniendo en cuenta lo anterior es deseable mantener una relación positiva con el futbol haciendo inclusión de los padres en este ámbito por medio de un proceso de aprendizaje significativo demostrando que el futbol no es solo un deporte de entrenamiento, por medio de educación, practica y enseñanza en valores cuyo fin es alcanzar armonía psicológica y física (Michels, 2001).

Hoy en día las familias tienen distintas composiciones, estas pueden estar conformadas por grupos de dos o más personas de diferente o mismo sexo, con o sin hijos, por una relación de parentesco, consanguinidad, entre otras (SDIS, 2014). Por otro lado según Jiménez& Musitu (2007) se pueden identificar ciertos tipos de estructuras familiares:

- Familia Nuclear: compuesta por madre, padre e hijos y hoy en día es la composición más común en la sociedad.
- Familia Monoparental: padres separados y puede ser que el hijo viva o con el padre o con madre, este tipo de familia se pueden generan por múltiples razones entre ellas divorcio, separaciones y viudez
- Familia Extensa: En este tipo de familias se puede encontrar la inclusión de diferentes generaciones, como abuelos, nietos, tíos, sobrinos, etc.

Siguiendo a Smoll (1986) existen cinco tipos de padres:

- Padres entrenadores auxiliares: que son aquellos que actúan a modo de entrenador, a menudo cuestionando las propias decisiones técnicas de éstos.
- Padres hipercríticos (con sus hijos): pues centran más su atención en los errores de sus hijos que en los aciertos de éstos.
- Padres vociferantes: que están continuamente dando instrucciones desde la banda
- Padres sobreprotectores: que intentan evitar cualquier daño, ya sea físico o moral, a sus hijos
- Padres desinteresados: que, simplemente, dejan a sus hijos en estas actividades durante un determinado tiempo, sin interesarse por su evolución, aprendizaje, etc.

Independientemente del tipo de padres -pues a veces, el interés del psicólogo no debe estar tanto en catalogar como en intervenir.

Siguiendo a Santos (2015), la influencia de la familia en el ámbito deportivo es fundamental para el desarrollo de los atletas que logran alcanzar un alto nivel.El ambiente tiene una influencia mucho más importante que la genética y es aquí que, tanto los padres cuanto los entrenadores y profesores, pueden influenciar.

En la fase inicial, o de “experimentación” el deportista se ve enfrentado a situaciones problema que resuelve a través de la solución sobre la base de ensayo y error, y en una fase posterior, a través de su capacidad y habilidad de

practicar actividades con suceso y enriqueciendo su repertorio cognitivo y motor. La fase inicial debe relacionarse con la práctica deportiva por entretenimiento y ocio, por tanto, los padres de familia deben hacer parte de este proceso motivando e incentivando a los hijos valorando su esfuerzo y dedicación, evitando darle importancia solo a los resultados.

En la fase intermediaria, o de “especialización”, hay una mayor dedicación al aprendizaje y al desarrollo de las actividades elegidas, por tanto, la familia aumenta el apoyo financiero, así como la busca por las mejores condiciones materiales, instalaciones y profesionales cualificados.

En la fase final, o de investimento, aumenta el compromiso dedicado a la práctica de la actividad, así como el periodo de entrenamiento y la preparación son más intensos. Las actividades son más elaboradas y el nivel de las habilidades es más refinado. Se evidencia un alto dominio de las técnicas y gestos deportivos,así como de niveles motivacionales superiores a los de personas de su misma edad. El papel de la familia es, principalmente, de mostrar interese y apoyar la actividad elegida, ayudar a enfrentar las dificultades y situaciones financieras, sociales, educacionales o de salud, que puedan perjudicar el desarrollo del atleta.

En las instituciones, clubes y escuelas de futbol es importante construir espacios naturales teniendo en cuenta que los responsables de los deportistas en este caso la familia encuentren la oportunidad de reflexionar sobre el rol del padre y de qué manera pueden ser parte activa en la formación integra en valores y formación deportiva en los deportistas, estableciendo un vínculo de comunicación asertiva entre directivos, entrenadores y demás padres de familia en pro de los deportistas (Sierra, 2014). Así mismo los padres de familia deben tener en cuenta el estado emocional del hijo deportista, ya que se evidencia que las actitudes y acciones que los progenitores puedan tomar frente a los directivos y entrenadores puede afectar significativamente el rendimiento deportivo (Orlick, 1992). La presión que ponen algunos padres en los deportistas es una carga adicional para los mismos, ya que algunos padres de familia se obsesionan con el juego y no permiten que el deportista disfrute y pueda desenvolverse por sí mismo, claro está que el atleta debe ser recompensado a medida que vaya logrando un progreso, evitando las

comparaciones con los compañeros, resultados, logros y metas. (Cabrini, 1999). En varias ocasiones los padres de familia tienden a tener conflictos con los entrenadores, generalmente por las decisiones tácticas y técnicas que se toman frente a un deportista, esto presenta inconvenientes en los padres y logra un obstáculo psicológico de defensa excusando el rendimiento bajo del deportista a causa de las decisiones tomadas por el técnico. Según Verheijen (1998) el apoyo y la motivación dada desde el rol de los padres causa que los deportistas logren alcanzar un alto nivel deportivo teniendo en cuenta que este apoyo se brinda en derrotas y victorias.

Metodología

Se contó con 67 padres de familia de las diferentes categorías sub 13, sub 14, sub 15, sub 16 y sub 17, quienes fueron citados a 15 sesiones de trabajo con el área de psicología deacuerdo a los horarios de entrenamiento y disponibilidad en los entrenamientos

Etapa	**Descripción**	**Duración**
Diagnóstico	Salir a las canchas, observar y encontrar diversos comportamientos que tienen los padres frente a entrenamientos y competencias.	(2 semanas)
Diseño de intervención	Después de la observación se desarrolla un video con la participación de algunos padres de familia, una presentación digital formal, elaboración de cantos (barras) y camisetas estampadas con el nombre del proyecto “YO SOY UN PADRE DE FAMILIA FC PORTO DRAGON FORCE BOGOTA”. Ofreciendo retroalimentación por cada actividad.	(2 semanas)
Intervención	Se cita a todos los padres de familia de escuela y competencia empezando con la reproducción de un video hecho con algunos padres de familia señalando la importancia del respeto por las reglas en la escuela de futbol, luego se	(4 semanas)

	empieza a intervenir desde la elaboración de cantos y momentos álgidos donde se deben utilizar para presionar al contrario, después se hace la citación por categorías y se desarrolla el juego de rol propuesto, el cual se basa en hacer un partido amistoso formando dos equipos de padres conformados cada uno de 8 personas (dependiendo la asistencia) luego ya teniendo los equipos conformados se da la indicación a los jugadores de hacerse en las gradas y empezar a dar indicaciones tomando el papel de padres. La duración de cada partido es de 15 minutos, en las canchas de la escuela y con árbitros. Finalmente se da una retroalimentación a padres de familia y deportistas teniendo en cuenta las sugerencias y aportes significativos que dejaba cada actividad.	
Evaluación	Se observa los momentos de desarrollo de rol y se tiene en cuenta las expresiones verbales y corporales de los deportistas y también el comportamiento de los padres frente a esos estímulos dados por los deportistas Finalmente se da un producto digital para ser ubicado en el campo de juego donde se tenga presente las reglas a cumplir.	(2 semanas)

Resultados

Pese a la novedad del área en la escuela de futbol F.C Porto Dragon Force Bogotá se pudo observar que el trabajo psicológico llevado en este lugar permitió reconocer la necesidad y pertinencia de esta disciplina del conocimiento en el ámbito deportivo, esta adherencia fue en general por parte de directivos, padres

de familia, entrenadores y deportistas. Con relación a lo anterior los padres de la escuela de futbol elaboraron unos cantos (barras de apoyo) por diferentes categorías estas barras de apoyo se usaban en cada partido para disminuir agresiones verbales a entrenadores, árbitros y demás asistentes.También se evidencióla asistencia de 67 padres de familia citados de las diferentes categorías para poder desarrollar diferentes actividades lúdicas, así mismo se generó un aprendizaje reciproco donde el juego de roles generaba mayor compresión ante situaciones de juego reales y al final de cada actividad se brindaba una retroalimentación la cual era de suma importancia para tener en cuenta los aspectos positivos y los aspectos a mejorar como padre de familia del F.C Porto Dragon Force Bogotá.

Las actividades desarrolladas permitieron una mayor comprensión por parte de los padres acerca de la importancia de la práctica del fútbol, en las charlas y talleres con los padres, se logró una mayor asertividad en el lenguaje verbal y no verbal empleado por los padres hacia el deportista, lo cual genera un importante cambio en el ambiente de juego. Cabe resaltar que debe haber un equilibrio en la relación deportista-padre-entrenador, y el éxito en el desarrollo del deportista depende en grande medida de la convivencia armoniosa, del comprometimiento y del suceso del trabajo realizado por cada una de las partes de esta tríada.

Conclusiones

Por medio del método observacional se pudo identificar un cambio en el comportamiento de padres e hijos en pre competencia y competencia, estos cambios se evidenciaba por parte de los padres dando mayor seguridad a los deportistas por medio de cantos, destacando lo positivo y algunas muestras de aprecio esto hizo que el jugador entrara con más autoconfianza y motivación al terreno de juego, por otro lado desde la tribuna se fomentó animar las buenas acciones a nivel grupal por medio de pancartas hechas por los padres generando un incremento en cuanto a la motivación de cada jugador al ver, escuchar y comprender las acciones mostradas por la tribuna. De acuerdo a lo anterior también se logró disminuir las expresiones verbales negativas por parte de los

padres a jugadores, entrenadores y árbitros fortaleciendo en control actitudinal y control atencional en jugadores.

Teniendo en cuenta la creación de diferentes espacios lúdicos y el apoyo de los directivos se obtuvo los resultados esperados, donde se puede concluir que gran parte de padres de familia y deportistas lograron tener un sentido de pertenencia e identidad, así mismo contando con el sistema familiar de cada deportista se evidencio la cohesión y la disminución en agresiones verbales dentro y fuera de las canchas. También surgió un gran compromiso en asistencia a encuentros deportivos en las categorías mayores por parte de los padres de familia esto género resultados positivos en cuanto a la comunicación padre y entrenador desde sus diferentes posturas, teniendo en cuenta que la cohesión era evidente realizando pancartas, cantos y coreografías.

Finalmente la comunidad creada YO SOY UN PADRE DE FAMILIA F.C PORTO DRAGON FORCE BOGOTÁ fue receptiva al trabajo psicológico lo que facilitó la identificación de necesidades para llevar a cabo las intervenciones a nivel grupal e individual, así mismo queda por mejorar varios aspectos en cuanto cohesión, valores, identidad y comunicación en diferentes categorías incluyendo escuela de formación. De esta manera se propone seguir con la comunidad ya que tuvo gran acogida, crear una liga interna de padres de familia, seguir con las reuniones por categorías incluyendo a deportistas potenciando aspectos psicológicos según las necesidades y desarrollar intervención con entrenadores.

Bibliografía

Balaguer, I; Castillo, I; Ródenas, L; Fabra, P & Duda, J. (2014) Los Entrenadores Como Promotores de la Cohesión del Equipo. Cuadernos de Psicología del Deporte. Universidad de Murcia, España. Vol. 15,1,pp.233-242.

De la Vega, M. (2006) El papel de los padres y madres en la práctica deportiva de los más jóvenes. Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana. Universidad Autónoma de Madrid.

Guillén, N. (2010) Intervención psicológica con padres: una alternativa en la búsqueda de logros deportivos.Pensamiento Psicológico. Pontificia Universidad Javeriana. Cali, Colombia. Vol. 8, 15 pp. 125-134.

Romero, S; Garrido, M & Zagalaz, M. (2009) El comportamiento de los padres en el deporte. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación. Federación Española de Docentes de Educación Física. Murcia, España.Vol. 15, pp. 29-34.

Juarez, J. (2016) Cohesión y liderazgo dentro de la planificación de futbol infantil en Sevilla España. Tesis de Maestría. Universidad Autónoma de Nuevo León. Facultad de psicología.

Latorre, P; Gasco, F.; García, M.; Martínez, R.M.; Quevedo, O.; Carmona, F.J.; Rascón, P.J.; Romero, A.; López, G.A.; Malo, J. (2009).ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF THE PARENTS IN THE SPORTS PROMOTION OF THE CHILDREN. Journal of Sport and Health Research.University of Jaén. Vol. 1 (1) pp. 12-25.

Santos, V. (2015) La influencia de los padres en el desarrollo deportivo de la crianza. Asociación de Psicología del Deporte Argentina. Psicología del Deporte. Belo Horizonte Brazil.

Sibaja, R. (2003) EL ROL DE LOS PADRES EN LA FORMACIÓN FUTBOLÍSTICA DEL NIÑO. Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud. Universidad de Costa Rica, San José. Vol. 3, N 1. pp. 77-81.

Sierra, M. (2014) Corresponsabilidad de padres de familia en los procesos formativos de los niños vinculados a la fundación Imago. Tesis de Pregrado. Universidad Católica de Colombia. Bogotá, Colombia.

Título: La concentración de la atención y las dificultades corporales de equilibrios en gimnastas escolares de 10 a 12 años de Gimnasia Rítmica de la EIDE de La Habana.

Autora:M.Sc. Mercedes Lourdes Pérez Iznaga.

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo

País: Cuba

Resumen

En la actualidad el elevado nivel de las dificultades de equilibrios que exige el código de puntuación en la Gimnasia Rítmica, tiene como base fundamental el desarrollo de capacidades de diferente orden, según Comas (2007) y Navarro (2008). Entre ellas, las de carácter psicológico, han recibido poca atención en las investigaciones, de tal manera se aprecia que las soluciones a problemas de esta índole, desde la perspectiva psicológica, son escasas en su interrelación con el proceso pedagógico del entrenamiento deportivo. En investigaciones anteriores de la autora, se ha detectado que las especialistas del equipo nacional de este deporte opinan que la falta de concentración de la atención es una de las causas por lo que las gimnastas cubanas de alto rendimiento, no logran la correcta ejecución de estos elementos técnicos en las competiciones, incidiendo además, en los bajos resultados deportivos que se vienen manifestando en los últimos años en este deporte. Los criterios anteriores justifican la necesidad de indagar en el comportamiento de esta situación en categorías antecedentes, por lo que se pretende realizar un estudio exploratorio en gimnastas escolares (10-12 años) de Gimnasia Rítmica, de la EIDE de la Habana, a fin de develar la necesidad del desarrollo especializado de la concentración de la atención en las gimnastas, como contenido de la preparación a largo plazo de las deportistas de esta modalidad gimnástica.

Palabras clave: Concentración de la atención. Equilibrio. Gimnasia Rítmica.

Introducción

La práctica deportiva enfocada hacia la formación de la personalidad ha sido uno de los principales fines del deporte revolucionario, del cual no ha estado alejada la Gimnasia Rítmica; junto al perfeccionamiento deportivo hacia la competición, han sido las causas de los resultados alcanzados por este deporte en la esfera internacional, hechos elocuentes que respaldan la atención de que ha sido objeto, entre los que se destacan la victoria en varios campeonatos y juegos panamericanos, así como en otros eventos de mayor y menor nivel.

Las exigencias que les plantea la competición a las Gimnastas, son cada vez más altas, por lo que se hace necesaria la aplicación en el proceso de entrenamiento deportivo de alto nivel, de los adelantos de la ciencia y la tecnología, los que deben ser dominados por todo el personal que dirige este proceso, en el que se ven involucrados de forma directa los entrenadores. Por la importancia y la necesidad de alcanzar un mayor desarrollo deportivo, cada año se dedica especial atención a los diversos aspectos que influyen en el logro de óptimos resultados en este deporte.

Está clasificado dentro de los deportes de apreciación y arte competitivo, exclusivamente femenino y estrechamente ligado a la estética en el cual se muestra la sensibilidad frente a la música y los suaves y complejos movimientos, los cuales logran cautivar incluso a la persona que diga ser más alejada del arte y el deporte, es realizada mediante movimientos naturales libres, acompañados de música, excluye totalmente aquellos ejercicios físicos que requieran violencia o que se ejecuten de manera mecánica orquestada y todo movimiento debe ser expresión de la persona en su conjunto y, por ende, afectar por igual a todas las partes del cuerpo. Los aparatos utilizados son pequeños y están en relación con las características específicas del mismo ejercicio.

Desde sus inicios, ha ido unida a lo clásico (música y movimientos), a pesar de que esto ha variado un poco últimamente, nunca dejará de serlo, ya que en este deporte la mujer se expresa tal como es, llevando la suave música a su interior y reflejándola en maravillosos movimientos. Actualmente, ha sufrido muchos cambios con los que cada vez está siendo más agradable a todo tipo de público,

ha recibido influencias de todos los ámbitos, desde la moda hasta los cambios sociales, algunos elementos importantes en su cambio son la danza y el ballet y lo podemos observar al ver el entrenamiento de una gimnasta el cual incluye clases de las disciplinas ya mencionadas.

Las propias exigencias del contexto deportivo internacional, hacen que la Gimnasia Rítmica continúe su acelerado desarrollo a un nivel cualitativamente superior, tal como lo confirman los altos resultados deportivos de las gimnastas en competencias de alto nivel, el aumento de la complejidad de las selecciones, así como el surgimiento de nuevos y difíciles movimientos de acuerdo a su estructura técnica y la complejidad del programa individual, así como, los ejercicios de conjunto, son la más genuina ratificación de dicha afirmación.

Desde sus inicios, solo se practicaba en el continente europeo, luego se extendió por el resto del mundo. Fue reconocida como deporte independiente por la Federación Internacional de Gimnasia (F.I.G.) en junio de 1962. El idioma oficial de esta disciplina es el francés, aunque también se reconocen el alemán y el inglés.

A partir de 1963, se comienzan a desarrollar los Campeonatos Mundiales, cada dos años, estableciéndose como la competencia principal del deporte. Como todo deporte, las reglamentaciones también han experimentado cambios significativos que han estado motivados, fundamentalmente, por la inclusión de este deporte en el programa oficial de los Juegos Olímpicos de verano, desde 1988 en Seúl, Corea del Sur.

Durante varios años nuestro país obtuvo resultados sobresalientes en el ámbito internacional, mientras que en la actualidad estos resultados se han visto afectados por el bajo rendimiento deportivo de nuestras gimnastas, tal es así que se han ido perdiendo gradualmente los lugares cimeros que ocupaba nuestro país en el área centroamericana y panamericana, una de las causas reconocidas son los severos cambios que ha venido experimentando el código de puntuación en los últimos ciclos olímpicos.

En un análisis por parte de la comisión técnica y especialistas del deporte, trabajos investigativos consultados, enriquecidas con observaciones a

competencias y entrenamientos se señalan como otras de las causas, una disminución significativa en los niveles de dificultad en los ejercicios competitivos que exhiben hoy en día las gimnastas de la Escuela Nacional, cantera del equipo nacional, específicamente en la dificultad corporal del grupo de los equilibrios, además de la poca variedad de estos, debido a que las gimnastas presentan bajos niveles de capacidades motrices que les permitan alcanzar altos niveles de dificultad a pesar de ser este un grupo corporal fundamental dentro las composiciones gimnásticas, por tal motivo influye en las bajas puntuaciones que obtienen nuestras gimnastas en las competiciones.

Estudios realizados por diferentes autoras coinciden con estos planteamientos expuestos, que en la actualidad el elevado nivel de las dificultades de los equilibrios que exige el código de puntuación, tiene como base fundamental el desarrollo de las capacidades de fuerza y flexibilidad" (Comas 2007 y Navarro 2008), mientras que en investigación realizada por la segunda de las autoras citadas, logró demostrar que no existe correspondencia entre la preparación física especial de nuestras gimnastas y las altas exigencias en las dificultades de este grupo corporal.

Elena Fernández Caburrasi, Águeda Gutiérrez Sánchez y Mercedes Vernetta Santana (2009) con la introducción del código de puntuación del ciclo 2009-2012 y haciendo un análisis en el parámetro dificultad demostraron que en todos los grupos corporales, a excepción de los equilibrios, se observa cómo en mayor o menor medida ha disminuido el número de dificultades de menor valor, de forma tal que hay un aumento generalizado del valor de las dificultades.

Como podemos apreciar son múltiples los estudios relacionados con las dificultades corporales de equilibrios, relacionados con el componente físico y muy pocos los relacionados con el componente psicológico y sin embargo opiniones de entrenadores y resultados investigativos anteriores de la propia autora de esta investigación, se plantean además de los bajos niveles de capacidades físicas, bajo nivel técnico y poca variedad en el ejercicio competitivo, incumplimiento de algunas dificultades corporales de equilibrio declaradas en las fichas técnicas en

las competiciones, deficiencias técnicas que inciden en la puntuación final y poca concentración de la atención.

Estos criterios se han tomado como base para encaminar la presente investigación, con el propósito de buscar soluciones que pretendan resolver la problemática existente en cuanto las deficiencias del grupo corporal de los equilibrios en la Gimnasia Rítmica y de esta forma contribuir a mejorar los resultados deportivos. Declarándose como **Problema de Investigación:**

¿Cuál es el comportamiento de las dificultades corporales de equilibrios y la concentración de la atención, en gimnastas de 10 a 12 años de Gimnasia Rítmica, de la EIDE de La Habana?

Objetivo: Diagnosticar el comportamiento de las dificultades corporales de equilibrios y la concentración de la atención, en niñas de 10 a 12 años de Gimnasia Rítmica, de la EIDE de La Habana.

Desarrollo

Desde distintas perspectivas de la ciencia, la psicología del deporte tiene como objetivo, la aplicación del conocimiento científico, con el fin de optimizar el rendimiento deportivo por medio de la modificación de la conducta, estando justificada su aplicación en el ámbito deportivo, debido a que en disímiles estudios se ha demostrado que con la utilización del entrenamiento psicológico, se logran mejoras en el rendimiento deportivo del atleta.

Entre ellos tenemos los citados por Domínguez (2012) que justifican de manera objetiva la importancia del entrenamiento psicológico:

- Calmels y Fournier (2001) evaluaron el entrenamiento psicológico en gimnastas femeninas de élite. Entre los resultados más importantes destaca el hecho de que un plan de entrenamiento psicológico, aumentase la confianza y reforzase el nivel de confianza de las gimnastas. Además, en períodos competitivos, se le atribuye una mayor importancia al entrenamiento psicológico.
- Gammage, Hall y Rodger (2000) encuentran que los deportistas que realizan una mayor práctica física, también realizan una mayor práctica

psicológica, llegando al final de su artículo a la hipótesis de que el uso de determinados entrenamientos psicológicos, podrían crear adherencia a la práctica física.

Además se plantean también criterios sobre la utilidad y la efectividad del entrenamiento psicológico en el deporte, citado por este mismo autor en su artículo, Metodología y medios de entrenamiento psicológico a utilizar en la preparación del deportista, donde plantea los del tenista Jimmy Connors y las declaraciones de Mark Spitz (vídeo “El deporte de vivir”) que aseguran que “la diferencia entre ganar y perder depende en un 99% de la Psicología”.

Otro criterio importante es el de la Dra. C. SiomaraAmeller, que plantea que la Gimnasia Rítmica, demanda de una efectividad en la técnica y que esta es la posibilidad de realizar determinadas acciones técnica sin faltas y con alto valor interpretativo, condicionada por las posibilidades físico-técnicas y psicológicas de las gimnastas, demostrando una alta capacidad de coordinación, rapidez de ejecución y alta concentración de la atención.

La autora de esta investigación coincide con los criterios de los diferentes autores, sobre la importancia de la preparación psicológica en los entrenamientos desde edades tempranas y con lo planteado por Domínguez (2012) que un deportista individual que entrena y aplica las destrezas psicológicas, puede comprobar los resultados de la modificación de su técnica, de su estrategia, el aumento en la capacidad de concentración, la reducción de la ansiedad, y relacionar el éxito en la tarea con el esfuerzo realizado en el entrenamiento psicológico (Garcés, 2006). Pero, lógicamente, si el deportista sigue un plan de entrenamiento de sus destrezas psicológicas y descuida su entrenamiento físico y/o técnico, no será efectivo el entrenamiento psicológico en términos de rendimiento (Cruz, 2001).

Por tanto, un deportista preparado psicológicamente sabrá “reconducir” su atención, manteniendo unos altos niveles de concentración y así, dirigir su atención a una correcta ejecución consiguiendo, dentro de sus posibilidades, el máximo nivel de actuación. La concentración, por tanto, es un aspecto importante a tener en cuenta, no sólo en el momento de la competición, sino en la fase de

aprendizaje y entrenamiento y se define como la capacidad de dirigir la atención a un solo objeto, es el acto de abstraerse de todo estímulo que altere la atención a un objeto. La atención es el proceso a través del cual se selecciona algún estímulo del ambiente, es decir, se centra la atención en un estímulo de entre todos los que hay alrededor y se ignora todos los demás y se presta atención a aquello que interesa, ya sea por las propias características del estímulo (tamaño, color, forma, movimiento…) o por las propias motivaciones. Así pues, la atención y el interés están íntimamente relacionados, al igual que la atención y la concentración. Haciendo un análisis de todos los criterios desde las perspectivas de diferentes autores en esta investigación, se devela la necesidad de considerar que el componente psicológico: la concentración de la atención, es de gran importancia dentro del entrenamiento de las gimnastas, ya que, es precisamente en él donde radica el éxito y la calidad que diferencia un sistema de entrenamiento de otro, ya que a igualdad de capacidades físicas, la ganadora será la que exhiba mejor preparación psicológica. Por tanto, las especialistas del deporte deben aprender gran parte de estas destrezas psicológicas para poder potenciar el rendimiento de sus gimnastas y establecer una relación directa entre el entrenamiento psicológico y los resultados en la tarea.

Las dificultades de equilibrios, objeto de estudio de esta investigación, con la nueva inclusión del código de puntuación (CP) (2013-2016) se deben realizar con una forma definida y claramente fijada (parada en la posición) y ejecutado sobre media punta, pie plano, o diferentes partes del cuerpo, con un valor de dificultad desde 0.1 punto hasta 0,5 puntos. Para el logro de su efectividad demandan de una buena concentración de la tensión, postura, alineación del cuerpo y alto nivel de preparación de capacidades físicas, siendo estos requisitos la clave para unos buenos equilibrios y a la cual se le atribuye, además, una buena preparación psicológica.

Teniendo en cuenta todos los análisis realizados, esta investigación va encaminada específicamente a la realización de un estudio exploratorio acerca de las dificultades corporales de equilibrios que realizan las gimnastas en sus composiciones, así como deficiencias que se cometen en la ejecución teniendo en

cuenta el componente psicológico, la concentración de la atención, ya que siendo este un pilar para el logro de estas dificultades y ha sido poco tratado en trabajos investigativos. Se tomaron como muestra 3 gimnastas escolares (10-12 años) de la modalidad individual de la EIDE de la Habana, siendo esta categoría la de entrada a la Escuela Nacional de Gimnasia y 10 entrenadoras de Gimnasia Rítmica. Se aplicaron diferentes métodos y técnicas tales como tales como análisis bibliográfico, análisis de documentos, encuestas, entrevistas, observaciones a entrenamientos y la medición. Las encuestas fueron aplicadas a 10 entrenadoras para conocer sus opiniones acerca de la concentración de la atención y su importancia en la ejecución de las dificultades corporales de equilibrios, se entrevistaron a las 3 gimnastas de la modalidad individual lo que permitió explorar las características de las dificultades de equilibrio que realizan en sus selecciones, se le aplicó una evaluación técnica que permitió valorar la ejecución de las dificultades corporales de equilibrios a cada gimnasta en los 3 aparatos (aro, pelota, cinta) y manos libres y se realizaron observaciones para valorar la conducta de las gimnastas en el entrenamiento y estimar la manifestación de la concentración de la atención en este espacio.

Los resultados obtenidos fueron los siguientes:

A través del análisis de las entrevistas realizadas los resultados mostraron que existen vacíos en el conocimiento sobre el trabajo de la concentración de la atención con las gimnastas en el entrenamiento, el 80 % de las entrenadoras distingue al componente psicológico como una responsabilidad del psicólogo, a pesar de ser uno de los componentes del sistema de preparación y el 100 % le atribuye gran importancia a la concentración de la atención para el cumplimiento de las dificultades de equilibrio, en los las observaciones realizadas a los entrenamientos de detecto que las gimnastas se distraen con facilidad y desvían la atención de otras practicantes, manifiestan poca motivación por la actividad y se disgustan cuando se les llama la atención, limitación para mantenerse ejecutando una acción con elevado nivel de exigencia, todo esto a pesar que las condiciones de entrenamiento no favorecen la predisposición para lograr una buena

concentración de la atención en la ejecución de las tareas motrices. Todo ello, visto en la ejecución de dificultades de equilibrio.

En las evaluaciones técnicas realizadas a los equilibrios que realizan en sus selecciones, en un primer momento se realizó un análisis de las dificultades según las exigencias actuales, se diagnosticaron los tipos de equilibrios y su valor de dificultad que realizan en cada selección individual, que según las exigencias de la categoría en las modalidades de ejercicios a manos libres, aro, pelota y cinta. El equilibrio más representado por estas gimnastas dentro de sus selecciones es el equilibrio dinámico con onda total del cuerpo (ver figura 1) con un valor de 0.30 puntos, utilizado de forma aislada y utilizado de forma mixta; el equilibrio en paseé, 0,10 puntos y el de pierna libre a la horizontal en diferentes direcciones y flexión del cuerpo adelante o atrás, 0.40 puntos. Como se puede apreciar no existe variedad de estos, dentro de las composiciones de estas gimnastas, existiendo varios tipos de equilibrios dentro del código actual tanto dinámicos como estáticos.
Con la aplicación de las entrevistas a cada gimnasta con el objetivo de determinar los criterios que se tienen acerca de las características de las dificultades corporales de equilibrios de sus selecciones, los resultados arrojaron que no conocen algunos de los elementos corporales por su nombre, ni el grupo técnico del instrumento y sin embargo lo saben ejecutar , además existe poco dominio de las características de los equilibrios en los diferentes elementos corporales y conocen la relación que existe entre el manejo del aparato y el elemento corporal al realizar la dificultad de equilibrio para lograr su cumplimiento y lograr una correcta ejecución técnica, pero desconocen su evaluación y plantean que si conocen que la concentración de la atención es uno de los aspectos que les ayuda en la ejecución de los equilibrios; pero no saben cómo lograrla.

Luego de una evaluación de la ejecución de las dificultades corporales de equilibrios a cada gimnasta en los 3 aparatos (aro, pelota, cinta) y manos libres, según los criterios de exigencias declarados en el código de puntuación, los resultados obtenidos mostraron que no ejecutan correctamente las dificultades de equilibrios, aunque en ocasiones éstas se cumplían, pero con errores técnicos, como: desequilibrios, saltitos, no mantienen la postura durante todo el ejercicio,

pierden el punto de referencia con facilidad, la forma del elemento no es definida ni fijada, bajo relevé, insuficiente coordinación entre el trabajo corporal y el manejo del aparato en las diferentes poses, tanto en equilibrios estáticos como en los dinámicos.

Conclusiones

- Se constata insuficiente dominio por parte de las entrenadoras respecto a cómo educar la concentración de la atención, corroborándose la necesidad de profundizar en este estudio.
- Se evidenció la poca variedad de equilibrios en las selecciones, representando el mismo tipo en cada aparato, predominando los dinámicos sobre los estáticos.
- Las gimnastas no dominan las características de las dificultades corporales de equilibrios, detectándose errores en su ejecución como: desequilibrios, saltitos, posturas incorrecta durante todo el ejercicio y pierden el punto de referencia con facilidad,
- Se observó la poca concentración de la atención que poseen las gimnastas, constatado a través de su comportamiento en los entrenamientos.

Recomendaciones

- Aplicar el test de concentración de la atención teniendo en cuanta las características del deporte.
- Incorporar en los entrenamientos acciones y técnicas dirigidas al logro de la concentración de la atención.
- Que se realicen otras investigaciones con objetivos afines a esta y se profundice en ellas, sobre las formas de implementación y evaluación

Bibliografía

- Cañizares, M. (2000). *Selección temática de Psicología del Deporte*. ISCF Manuel Fajardo.
- *Código de puntuación de Federación Internacional de Gimnasia (2013-2016).*

- Domínguez, R. (2012). *Metodología y medios de entrenamiento psicológico a utilizar en la preparación del deportista.*
- Rabilero, Echevarría y Vinet (2012). *Ejercicios para el desarrollo de la concentración de la atención en atletas de bádminton.*
- Segura y Olano (2007). *Plan de acciones psicológicas para el mejoramiento de la concentración de la atención.*

Título: La preparación a la familia de atletas con necesidades educativas especiales, en el cumplimiento de su función educativa para la iniciación deportiva.

Autores: MSc. William Alberto Yera Díaz, williamyd@uniss.edu.cu. Profesor Auxiliar. Facultad de Cultura Física.

Dr. C. Joel de la Paz Avila, Profesor Titular. Facultad de Cultura Física.

Dr. C. David Santamaría Cuesta. Profesor Titular. Facultad de Ciencias Pedagógicas.

Institución: Universidad de Sancti Spíritus "José Martí Pérez".

País: Cuba

Resumen.

La preparación a la familia de atletas con necesidades educativas especiales, en el cumplimiento de su función educativa para la iniciación deportiva, con la finalidad de orientar a las familias de atletas con necesidades educativas especiales, para que adquieran conocimientos de cómo ayudar a los hijos, para que el deporte sea una acción más en sus vidas, tanto recreativa como profesionalmente. Se realiza un estudio descriptivo, en el que se aplicaron búsquedas teóricas para dar solución a las interrogantes y objetivos trazados, con la finalidad de solucionar el problema planteado en el trabajo.

Abstract.

The investigation titled "Proposal of orientation, directed to the families of athletes with necessities special educational since to guide to the families of athletes with necessities special educational they go acquiring knowledge of as helping the children so that the sport is more an action in its life so much professional as for its recreation. To treat to give solution to this problem The work is descriptive, in which methods were applied to give solution to queries and objectives outlined with the purpose the problem outlined in the work.

Introducción.

La familia humana constituye una categoría histórica ya que en cada etapa del desarrollo de la sociedad esta institución reproduce las relaciones específicas del correspondiente sistema social. Al mismo tiempo, la dinámica imperante influye activamente en el orden social, interviniendo en mayor o menor medida en su condicionamiento.

En el seno familiar es donde el sujeto da sus primeros pasos; si estos son firmes, cargados de afectividad, voluntad, exigencias y ejemplos positivos, entonces tiene la posibilidad de tener una personalidad más estable y feliz. Si por el contrario adolece de estas características, pude presentar dificultades en su formación.

La acción de la familia es decisiva en la formación física, moral, laboral y social de cada uno de sus hijos, en ella se genera el desarrollo del hombre como agente primordial de las relaciones sociales y eslabón principal de las fuerzas productivas.

Desarrollo

Educar a los sujetos en el amor por lo que creen, constituye la base de apoyo en el trabajo docente de las instituciones deportivas, que participan de acuerdo con sus condiciones, en el trabajo educativo, como parte integrante del sistema de influencias que brinda la sociedad, en la educación de la familia a través de diferentes vías para que esta pueda ejercer sus funciones educativas.

La sociedad cubana le brinda a la familia un lugar priorizado, lo cual se ve reflejado en las tesis y resoluciones del Congreso del P.C.C. al plantear: "...el papel formativo de la familia es también fundamental pues los estímulos que reciben y los ejemplos que los niños y jóvenes reciben en el seno familiar tiene influencia primordial en sus hábitos, actitudes y conductas"

Los fundamentos jurídicos que preservan la relación acerca de la atención a la familia, se encuentran legislados en los documentos básicos, que rigen la vida del país, la Constitución de la República de Cuba, en su capítulo IV, reconoce a la familia como célula fundamental de la sociedad, este documento establece la práctica del deporte y la educación física como derecho fundamental del ciudadano cubano.

El solo hecho de crear el Código de la Familia, donde le es conferido a la familia un papel muy importante en nuestra sociedad socialista, expresado en la declaración de los derechos y deberes de los padres en el cumplimiento de las funciones básicas. (Ley No 1289, Artículo 85) Por lo que se hace necesario que la preparación a la familia tenga un carácter educativo, que ayude a una correcta educación familiar, con un enfoque pedagógico, pues se ha comprobado que las dificultades en la educación de los padres obedecen en la mayoría de las ocasiones a la ignorancia pedagógica.

El Comité Paralímpico Cubano (CPCU) es un organismo con autonomía propia creada sin fines lucrativos y constituidos como Asociación con personalidad jurídica reconocida por el Estado Cubano y por el Comité Paralímpico Internacional, (IPC).Tiene como objetivo, contribuir al bienestar, a la salud mental y física de los atletas con necesidades educativas especiales, educando a la población en la práctica del deporte, dentro del espíritu olímpico, paralímpico y del deporte para sordos, la paz, la confraternidad, la solidaridad y la comprensión mutua, en la realización de ejercicios físicos, deportes y recreación como medio para elevar la calidad de vida.

El movimiento deportivo cubano agrupa bajo la dirección del CPCU a las federaciones deportivas nacionales y a los comités organizadores constituidos para la celebración de juegos y campeonatos de cualquier nivel y tipo, a los atletas asociados a las organizaciones paralimitados físicos motores, ciegos y deficientes visuales y sordos e hipoacúsicos, constituidas y reconocidas por las leyes cubanas, así como a otras personas naturales y jurídicas que acepten y cumplan las disposiciones de la Carta Olímpica, los principios paralímpicos, del movimiento deportivo para sordos..

El estudio de sus documentos específicos dirigidos al Programa de Atención a atletas con necesidades educativas especiales, donde se establecen las principales prioridades de trabajo, el incremento e incorporación como practicantes sistemáticos de las actividades físicas y la formación integral de los atletas, puesta de manifiesto en su comportamiento diario, dentro y fuera de las instalaciones

deportivas y su actitud relacionada a competencias municipales, provinciales y nacionales.

Para dar cumplimiento a estas prioridades en el trabajo con la atención a los atletas con necesidades educativas especiales, en el deporte, se planifican como direcciones de trabajo, la atención en la comunidad como prioridad fundamental y el deporte de alto rendimiento como forma de demostración de los grandes logros que son capaces de alcanzar cuando se atienden adecuadamente sus necesidades especiales.

Por lo que se hace imprescindible el estudio de la relación y atención a estos atletas en el deporte, donde se establecen contradicciones en cuanto a:

- La relación a la atención a la familia de los atletascon necesidades educativas especiales,solo para el alto rendimiento deportivo, donde no se contempla la pirámide desde la iniciación deportiva en las instituciones escolares.
- La atención a la familia de los atletas con necesidades educativas especiales,solo se centra en los atletas retirados y los familiares de los fallecidos.
- La relación entre los actores principales que actúan en la formación de un deportista desde su iniciación deportiva como son: el deportista, el entrenador y los padres. Estos tres agentes forman el llamado triángulo deportivo.

Estas contradicciones traen como consecuencia, el surgimiento de demandas educativas, en el campo delasciencias pedagógicasy desu aplicaciónpráctica, como resultado derivado al no existir una correspondencia entre lo instituido oficialmente, mediante las atribuciones y funciones con la práctica cotidiana de la familia, en cuanto a su preparación para el cumplimiento de su función educativa en el ámbito deportivo desde la iniciación deportiva en las instituciones escolares, por lo que requiere de indagacionestendientesa lamejoradel su procesoeducativo.

Sus propósitos han llevado múltiples transformaciones derivadas de los principios generales de la Educación Especial, entendidos como posiciones rectoras de partida, que definen los aspectos generales de la educación y la

enseñanza, de las personas con necesidades educativas especiales, en correspondencia con la función transformadora,dirigidas ala atención a ladiversidad en el proceso de dirección para la educación y enseñanza deportiva de las necesidades educativas especiales. En la vinculación de la familia y del carácter activo de su participación en la educación de sus hijos y del carácter inclusivo de todo el proceso.

Sin embargo, lamentablemente su concreción en la práctica educativa resulta insuficiente y las investigaciones destinadas a develar cómo puede materializarse de forma concreta en los contextos educativos vinculados alainiciación deportiva, resultan escasas yaisladas.

Investigaciones realizadaspor la comunidad científica internacional, relacionadas con el proceso de iniciación deportiva, determinan la preocupación que existe en su estudio: Matvéev, L. (1983); Hans, E. (1988); Le Boulch, J. (1991); Sánchez, F (1992); Blázquez, D. (1995); Hernández, J. (2000); KiyoshiTakahashi (2004); Federico Fader y Jorge Visconti (2004); quienes destacan que el deporte en su etapa de iniciación debe predominar la acción del entrenador como agente esencial en el proceso de enseñanza aprendizaje de las acciones motrices básicas y su transferencia hacia el desarrollo y formación de las habilidades motrices deportivas, a partir de una metodología preestablecida para cada deporte en particular, en función del desarrollo multifactorial deportivo. Concepción que se acerca a posiciones positivistas, basado en una pedagogía directiva y teorías cognitivistas del aprendizaje.

Numerosos especialistas se han dedicado al estudio del tema en nuestro país, entre los que se encuentran: Pila, H. J. (1996); Ranzola, A. y J. Barrios (1998); Navarro, S. (2001); Romero, E. (2004); López, A. (2005); Almaguer, R. (2006); Navarro, S. y Méndez, H. (2007); Valdés, M. (2010). Quienes coinciden que las particularidades de la iniciación deportiva determinan, la importancia del papel de la Educación Física desde las edades escolares, en su potenciación para el proceso de selección de talentos, la masificación del deporte escolar y comunitario

como base del alto rendimiento. Aunque no siempre conciben al profesor de Educación Física como el centro del proceso de iniciación deportiva.

El análisis de las condiciones reales del tema en estudio y sus antecedentes, permite determinar que existen numerosas investigaciones relacionadas a la atención, preparación y orientación educativa a la familia con un carácter más generalizado, en el contexto de la escuela, la familia o el hogar y la comunidad desde las instituciones escolares y en determinadas etapas en la vida de sus hijos. (Arés, P.1985, Álvarez, M.; Casañas; 1971; Molina y Real, 1980; Rodríguez Becerra, 1999; Álvarez, S.M.; 1994; Perera M, 2007), demuestran que desde la perspectiva de la escuela socio histórico cultural, las leyes que rigen el desarrollo y la educación de los hijos son las mismas en cualquier tipo de hogar y que varíana pesar de los avances alcanzados por la familia aún se observan formas tradicionales de funcionamiento expresadas en el desarrollo desigual que se producen en los roles familiares y sociales.

El estudio de las investigaciones realizadas, relacionadas con la atención y preparación a la familia de atletas con necesidades educativas especiales. Se puede apreciar que a nivel internacional se destacan los estudios realizados en España, donde se brinda una orientación educativa dirigida a los padres desde la teoría del apego con hijos pequeños que presentan diversas necesidades educativas especiales. Rodríguez, B. (2013)

A nivel nacional se destacan los estudios realizados por el grupo de estudios sobre familia del Centro de Investigaciones Sociológicas y Psicológicas. (CIPS) así como: Castro, P.L, (1992),Geagea. Y. (2008). Borges, S. (2011). Rodríguez. B, (2013) Todas ellas coinciden en manifestar que aún la familia es deficitaria en su preparación desde la escuela y en post de garantizar un adecuado funcionamiento familiar de su función educativa a partir del tipo de necesidad educativa especial diagnosticada, el tiempo de aparición y la preparación u orientación que posean los padres.

En la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte de Sancti Spíritus, se han dado pasos incipientes en el trabajo con la familia de atletas con necesidades educativas especiales, que cuenta en su haber investigativo con trabajos de diploma y maestrías relacionados con la temática que se aborda a partir del proyecto de investigación territorial dirigido a la iniciación deportiva escolar en Sancti Spíritus. “No solo medallas”Incluido en la línea investigativa relacionada con la iniciación deportiva en atletas con necesidades educativas especiales”, al cual se encuentra asociado el tema propuesto donde se establece dentro de sus programas la información y educación a las personas, sus familiares o personas que lo atienden.

Cuando surge o aparece una necesidad educativa especial de un hijo, la familia sufre la sobrecarga de ciertas funciones. Dirigidas a su desarrollo físico de una manera más intensa, y sobre todo, cargada de ansiedades, ante las secuelas, en el alcance que pueda tener el proceso de rehabilitación. Enfrentarla exige en la familia el estudio con una perspectiva evolutiva y considerarlo en sus relaciones con el ciclo de vida familiar.

Las indagaciones científicas realizadas por el autor revelan la existencia de varias limitaciones que afectan el proceso de función educativa para la iniciación deportiva por la familia de atletas con necesidades educativas especiales,por elementos esenciales, definidos en la investigación como demandas contextuales, teóricas, metodológicas y prácticas.

Demandas contextuales

- Necesidad de cambios en la concepción de programas curriculares en correspondencia con las tendencias actuales de la Educación Física Contemporánea y el Deporte Escolar.
- Incorporación de personas con necesidades educativas especiales como practicantes sistemáticos de las actividades físicas.
- Formación integral de los atletas con necesidades educativas especiales, en el ámbito deportivo escolar.

Demandas teóricas

- Multiplicidad de conceptos, modelos y teorías.
- Investigaciones orientadas hacia la familia y su función educativa dirigidas a la atención a atletas con necesidades educativas especiales.
- Carencia de una base teórico-metodológica para su contextualización en la iniciación deportiva.

Demandas metodológicas

- Propuestas dirigidas a la atención a la familia de las personas con necesidades educativas especiales y su formación integral.
- La relación entre los actores principales que actúan en la formación integral de un deportista para su iniciación deportiva.

Demandas prácticas

- Carencias relacionadas con el conocimiento de las necesidades educativas y la acción cohesionada entre las la familia, los atletas y los profesionales y su atención.

Estas demandas permitieron precisar algunas potencialidades, carencias y causas que influyen en que la familia a través de la preparación familiar ejerza una adecuada influencia educativa sobre sus hijos.

Potencialidades:

- Investigadores sobre el tema en estudio reconocen la necesidad de implicar la familia en el contexto deportivo delos atletas con necesidades educativas especiales.
- Desde la teoría se reconoce el papel preponderante de la familia en la función educativa de los atletas con necesidades educativas especiales.
- La familia siente la necesidad de prepararse para influir positivamente en la educación de sus hijos.

Carencias:

- Son insuficientes los estudios desde la teoría, que aportan acciones para la preparación familiar en la etapa de iniciación del deporte

- Las familias carecen de preparación para influir positivamente en la educación de sus hijos.
- En la familia existen limitaciones relacionadas con: el nivel de conocimientos sobre el deporte, la disponibilidad de tiempo, la motivación por la actividad deportiva y el interés por la colaboración en este contexto.

Causas:

- Los estudios teóricos sobre la etapa de iniciación deportiva centran su atención solo en la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje del deporte.
- Insuficiente preparación a las familias para enfrentar la etapa de iniciación deportiva.

Le correspondea la Facultad de Cultura Física como centro de formación de profesionales con un perfil pedagógico, la responsabilidad de atender a la diversidad y las particularidades de la familia en los diferentes sectores poblacionales en cuanto al deporte, la cultura física, la rehabilitación y la recreación, Mediante el manejo de conceptos y propuestas que permitan la preparación a la familia de todos los atletas en el cumplimiento de su función educativaen el deporte.En labúsqueda de soluciones que eleven su calidad de vida.

Los profesores deportivos constituyen y pueden ser uno de los pilares esenciales en la atención, preparación y orientación de la familia de los atletas con necesidades educativas especiales, como uno de los elementos que debe centrar la organización y desarrollo de la actividad física, para el desarrollo de habilidades y capacidades físicas, propias del deporte, que influyan en el desarrollo de cualidades morales y volitivas de la personalidad de estos en esta importante etapa del desarrollo deportivo, para facilitarles la posibilidad de llegar hasta donde las limitaciones pudieran poner freno a sus posibilidades.

El apropiarse de los conocimientos, habilidades, costumbres, cualidades, presentes en el medio social con el cual se interactúa y se comunica, pertenece a la familia, a las instituciones escolares y a la comunidad. Resaltando el papel que

tiene la familia para el desarrollo y la función educativa a través de las acciones motrices en el desarrollo afectivo, cognitivo, social y motriz de los atletas con necesidades educativas especiales.

El análisis de las propias realidades que enfrentan la familia de atletascon necesidades educativas especiales, en su etapa de iniciación deportiva, permite reconocer que estas solo cuentan con una breve concepción sobre la clasificación de la discapacidad a la hora de participar en los eventos competitivos, donde no son consideradas las características de los procesos sociales y familiares que se desarrollan a su alrededor y que contribuyen a su formación como ser social. La detección de estas regularidades y elaboración de estrategias que eduquen y orienten a estas familias de atletas con necesidades educativas especiales, constituyen la motivación científica para la realización de la investigación, la cual se inserta en un problema actual del Instituto nacional de deportes y recreación (INDER) del CPCU y sus prioridades para su atención.

La necesidad de una acción cohesionada entre la familia, los atletas y los profesionales que intervienen en el trabajo educativo, es una necesidad imperiosa de la realidad deportiva cubana por la trascendencia que adquiere de las metas propuestas por la sociedad. Su importancia es más evidente en la medida en que se comprende que el mejoramiento de la calidad del deporte adaptado depende en una parte importante de lafunción educativa de la familia. En las relaciones humanas y en la comunicación que se establece, en la incorporación a actividades conjuntas en correspondencia con sus propias necesidades, intereses, objetivos y problemas comunes.

Este vínculo debe caracterizarse por el deseo de trabajar juntos para alcanzar la meta propuesta, las contribuciones conjuntas en lo educativo, lo formativo y lo social, responsabilidad compartida en las acciones que se emprenden para lograr tales metas, compartir la información que se necesita en la dirección de los procesos necesarios de la labor educativa, comunicación clara, comprensión, empatía, evaluación conjunta de los progresos y ausencia de etiquetas de culpabilidad.

Consideramos que la asociación de estos actores principales en post del logro de las metas educativas, significa implicación en la educación, implicación en el trabajo conjunto, promoviendo el desarrollo integral de la personalidad de los niños, adolescentes y jóvenes. Los padres y la comunidad en sentido general se involucran conjuntamente con la institución docente en la educación de las nuevas generaciones. La implicación debe conducir a la autogestión desde la participación, por eso es necesario tomar conciencia del porqué de esta actuación conjunta y de que uno sin el otro no puede lograr nada.

Conclusiones

Los antecedentes citados ponen de manifiesto la intención de fundamentar la necesidad en la preparación a la familia de atletas con necesidades educativas especiales, para el logro de una mejor calidad de su gestión educativa, esta realidad reconoce a la familia como grupo funcional instituido desde lo social como factor esencial en el logro de los sujetos demandados, según las normas y valores de la sociedad socialista cubana; la que no ha sido suficientemente trabajada y la ausencia de manejos conceptuales y propuestas para la preparación desde la iniciación deportiva.

Por todo ello se hace necesario diseñar desde la práctica deportiva una respuesta educativa dirigida a la preparación a la familia de atletas con necesidades educativas especiales,en el cumplimiento de su función educativa para la iniciación deportiva y su diversidad, ajustadas a las características y a las exigencias actuales, donde la familia con su participación activa se convierta en promotora de su propio desarrollo y educación familiar.

Bibliografía

1. Castro, P. L. (1996) *Cómo la familia cumple su función educativa.* Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
2. _____.. (2009) *El estudio de casos en la investigación educativa*. En: Selección de lecturas de metodología de la investigación educativa.

Editorial Pueblo y Educación. La Habana.

3. Castro,P.L. y Castillo, S.. (1998) *Para conocer mejor a la familia.*Editorial Pueblo y Educación, La Habana.
4. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, CIPS(1990). *Análisis de las investigaciones sobre la familia cubana* 1970-87, Editorial Ciencias Sociales. La Habana.
5. Claros Saavedra Ruth E. (2005) *La desmitificación de la educación de sordos. Hacia una pedagogía de éxito*. Universidad Nacional del Nordeste, Córdoba.
6. Colectivo de autores. (1987*) Investigaciones de Psicología pedagógica acerca del escolar cubano*. Editorial Pueblo y Educación, La Habana.
7. Colectivo de autores. (1997) *Educación especial. Razones visión actual y desafíos.* Editorial Pueblo y Educación, La Habana.
8. Colectivo de autores. (2002) *Educación de alumnos con necesidades educativas especiales. Fundamentos y actualidad.* Editorial Pueblo y Educación. La Habana.

Título: La Preparación de Árbitros por medio de la Psicología deportiva para manejar su ansiedad

Autores: Dr. Daniel Martínez Ortiz, dmartinez@albizu.edu
Dra. Rebecca Lopez Bobonis
Dr. Lino Hernández Pereira
Institución: Universidad Carlos Albizu
País: Puerto Rico

El trabajo de un árbitro no es fácil. Además de controlar un partido, tienen que lidiar con muchos momentos de ansiedad y tensión. Entre otras cualidades, el árbitro debería tener la capacidad para focalizar y concentrarse, mantenerse tranquilo en momentos de presión, saber escuchar y tener la capacidad para recuperarse después de cometer un error. La Universidad Carlos Albizu ha realizado una serie de talles para los árbitros de la Federación de Baloncesto de Puerto Rico.

Esta ponencia presentara las estrategias de auto-control y técnicas cognitivas que se han ofrecido a los árbitros.

Palabras claves: Ansiedad, Psicologia deportiva, árbitros, preparación,.

Título: Manejo Psicológico del Atleta de Alto Rendimiento. Meta-análisis.

Autores: Yvis del Mar Ortiz, Marimer Ramos Pagán, Dr. Daniel Martinez.

Institución: Universidad Carlos Albizu, Recinto de San Juan.

País: Puerto Rico

Resumen:

El atleta de alto rendimiento se expone a largas horas de entrenamiento físico para lograr desarrollar y mejorar las habilidades necesarias para sus competencias. El nuevo surgimiento de la psicología deportiva ha puesto al alcance de esto la concientización sobre la importancia del entrenamiento mental y como el atleta puede beneficiarse. Las investigaciones referentes al tema han ido surgiendo poco a poco con el pasar de los años. Es por tal razón que en el presente estudio le presentamos un meta análisis sobre las investigaciones más recientes en Psicologia deportiva para atletas de alto rendimiento.

Palabras claves: atleta, psicologia, deporte, rendimiento, meta-analisis.

Titulo: Motivación e intención de practicar actividad física entre colombianos y españoles

Autor: M.Sc. Hernando Alejandro Martínez González, amargox@hotmail.com. Profesor Auxiliar

Forma de Presentación: Ponencia

País: Colombia

Resumen:

La promoción de conductas saludables durante la infancia y la adolescencia se considera un objetivo prioritario de salud pública, ya que este sector de población se encuentra en una etapa fundamental para la adquisición y consolidación de un estilo de vida activo y saludable (Biddle, Sallis y Cavill, 1998; Boreham y Riddoch, 2001). La clase de Educación Física (EF) es un entorno fundamental para la formación de hábitos de salud y adherencia a la práctica físico-deportiva que pueda perdurar en la vida adulta (Jiménez, 2004; Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2007). El estudio buscó conocer las variables presentes en la clase de Educación Física que son percibidas como determinantes por los estudiantes para promover su intención de mantener una práctica física continuada en un futuro. Se administraron los cuestionarios TEOSQ, IPAS y los ítems correspondientes al factor motivación intrínseca del PLOC a una muestra de 655 estudiantes de Colombia y España con edades comprendidas entre 16 y 18 años de edad. Los resultados del análisis de correlación evidencian patrones de relaciones entre variables similares de ambas poblaciones a pesar de que la fuerza de la relación resultó más consistente en la población colombiana.

Título del panel: Psicología del deporte en el contexto docente: aportes y retos para su desarrollo desde Cuba y México.

Tipo de presentación: Panel Internacional

Panelistas:

Dr. C. Luis Gustavo González Carballido, IMD, Cuba.

Dra. C. Marta Cañizares Hernández, UCCFD “Manuel Fajardo”, Cuba.

Lic. Julio Arturo Ordoqui Baldriche, IMD, Cuba.

M. Sc. Leonel Russell Gonzalez. UCCFD “Manuel Fajardo”, Cuba.

M. Sc. José Leopoldo Castro Fernández de Lara, Universidad Iberoamericana de Puebla, México.

Lic. Roger Caraballo Chacón, Universidad Iberoamericana de Puebla, México.

Lic. Marlene Moreno Cruz, Universidad Iberoamericana de Puebla, México.

Lic. Samara Gabriela Esqueda Luna, Universidad Iberoamericana de Puebla, México.

Resumen del panel:

¿Cuáles son los retos y dificultades que existen en Cuba y México para continuar desarrollando la enseñanza de la Psicología del Deporte?¿Cómo las diferencias nacionales y culturales impactan la forma de concebir el problema, los proyectos y las evaluaciones realizadas? ¿Qué podemos hacer como profesores/investigadores para promover en los estudiantes prácticas más ricas y mejores aprendizajes de nuestra ciencia aplicada?

Estas y otras preguntas serán objeto de análisis durante el panel que se propone reflexionar sobre los retos y dificultades que existen en nuestros países acerca del proceso de enseñanza-aprendizaje de la Psicología del Deporte. Para ello, cada panelista ofrecerá un breve panorama de cómo ocurre la enseñanza de la Psicología del Deporte en su país, comentará sobre las problemáticas que se presentan en las prácticas que se desarrollan en el ámbito docente, y analizará algunas consecuencias que esto puede generar en los estudiantes. Posteriormente, se presentarán experiencias docentes en distintos niveles educativos (pregrado y postgrado) teniendo en cuenta el contexto de aplicación, el

estado de desarrollo de la Psicología del Deporte y las diferencias de los sistemas educativos en que se aplican.

Palabras claves: Psicología del deporte, docencia, estudiantes, Cuba y México.

Desarrollo:

El objetivo del panel consiste en centrar el debate en los retos de la enseñanza de la Psicología del Deporte enla formación de profesionales que puedan insertarse en campos de aplicación cada vez más diversos, y con mayor dominio de herramientas para la eficacia del trabajo.

Las preguntas centrales que guíanel panel son: ¿qué estamos haciendo para enseñar la Psicología del Deporte a psicólogos enpregrado y postgrado en la Universidad Iberoamericana de Puebla (IBERO), en el Instituto de Medicina del Deporte (IMD) y en la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y del Deporte "Manuel Fajardo" (UCCFD)? Y¿cómo podemos perfeccionar este proceso?

ElDrC. Luis Gustavo González Carballido, se referirá a la próxima fundación de la especialidad de Psicología del Deporte en el IMD, como instrumento para elevar el nivel profesional de los psicólogos y como vía efectiva para evitar el intrusismo (práctica frecuente que padece nuestra ciencia). Esta especialidad tiene un carácter esencialmente práctico, y se dirige a colegas con un perfil de desempeño directo en los terrenos deportivos.

El Msc Leonel Russell González, uno de los fundadores de la Psicología del Deporte, en la antigua ESEF Manuel Fajardo en nuestro país, expondrá, de manera general un análisis histórico curricular de la Psicología del Deporte en el plan de estudios de la carrera de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo. Se destacan las particularidades del currículo en Psicología del deporte que se desarrolla en actual plan de estudios en el pregrado.

La Dra. C. Marta Cañizares Hernández (coordinadora de la Maestría en Psicología del Deporte) expondrá lo relacionado al posgrado para la formación de cuadros

científicos, donde se promueve la investigación a los profesionales en el ámbito de la psicología del deporte

En los estudios de posgrados el profesional puede optar por cursos en Psicología del Deporte, diplomados, maestría y doctorado. Además en el Diplomado básico de las especialidades deportivas se imparten cursos sobre temas de la Psicología aplicada a las demandas y exigencias de cada uno de los deportes.

Todos estas formas de posgrados están diseñados para profesionales cubanos y extranjeros y son impartidos por especialistas de reconocidos prestigio y vasta experiencia en Psicología del deporte así como por profesores y colaboradores del Centro de Estudios de Psicología de la Actividad Física y Deporte, CEPAFD, de la universidad.

Los cursos y diplomados permiten la superación y actualización en resultados de investigación sobre Psicología del deporte y contenidos más específicos relacionada con las esferas de actuación del profesional, deporte, categoría deportiva y otras.

La maestría Psicología del Deportese imparte en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deporte "Manuel Fajardo", por la necesidad de crear e impartir un programa para satisfacer las necesidades de superación y preparación de los profesionales de la actividad deportiva relacionados con la preparación psicológica del deportista, así como potenciar e impulsar las investigaciones de la Psicología del Deporte en el país. Constituye una prioridad para los psicólogos del deporte.

Por la amplia demanda de profesionales de otras esferas de actuación de la Cultura Física (Profesores de Educación física, recreadores físicos, rehabilitadores), en relación con la aplicación de la Psicología en su labor, el programa abarcará contenidos específicos para estas.

Esta maestría está acreditada como "Programa de Excelencia" por Junta Nacional de Acreditación del Ministerio de Educación Superior. El objeto de estudio de la maestría es:

La interrelación de la personalidad del practicante con las características y exigencias de las diferentes manifestaciones de la actividad física y el deporte

El análisis de dichas interrelaciones permite concebir el carácter complejo del objeto en cuestión y revela las vías para abordar su estudio desde una estrategia metodológica investigativa, que permita develar la esencia de las influencias de los diferentes tipos de deportes y actividades físicas en general, sobre las particularidades psicológicas de la personalidad y a su vez, el papel que estas ejercen en el comportamiento deportivo, físico educativo y físico rehabilitador.El objetivo general de la maestría es:Ampliar la cultura científica y los conocimientos avanzados sobre la Psicología del Deporte, quepermitan elevar la calidad de su labor profesional, docente e investigativa, en correspondencia con los problemas y necesidades de la práctica social en que se desenvuelven. Entre sus tareas se desarrollan Investigaciones para solucionar los problemas psicológicos de la preparación del deportista y de los practicantes de actividad física, que garanticen la efectividad del proceso de entrenamiento tendiente a la adquisición de elevados resultados.

El Doctorado . El profesional relacionado con la Psicología del Deporte también tendrá la posibilidad de cursar el doctorado en Ciencias de la Cultura Física y realizando su investigación en temas de Psicología del deporte y la actividad física en general. El aspirante doctor debe demostrar un profundo dominio sobre la Psicología del deporte y la actividad física, en particular del tema investigado así desarrollar habilidades para la investigación científica y exponer su tema de investigación en una lengua extranjera, preferentemente el inglés. Debe dominar la metodología entrenamiento deportivo así como los problemas sociales actuales dela ciencia y particularmente del tema que investiga. Al culminar el proceso de investigación, debe defender su tesis ante un tribunal de doctores especialistas.

Por la amplia demanda de profesionales de otras esferas de actuación de la Cultura Física (Profesores de Educación física, recreadores físicos, rehabilitadores), en relación con la aplicación de la Psicología en su labor, el programa abarcará contenidos específicos para estas.

Se destacarán las fortalezas que poseen y definirán los retos futuros.

Por su parte, el M. Sc. José Leopoldo Castro Fernández de Lara en representación de la IBERO-especialmente del Departamento de Ciencias de la

Salud- pretende dotar a su programa de estudios de materias y contenidos que marquen unadiferencia en la enseñanza superior de México, aportando a los estudiantes de psicología herramientas y experiencias profesionalizantes, que les permitan aprovechar un mercado laboral muy diverso y competitivo. Por eso, organizan cada año eventos científicos y talleres a los que invitan profesionales mexicanos y foráneos a foros de debate en torno a temas que interesan a los futurospsicólogos.

Dichos espacios amplían el horizonte vocacional de sus estudiantes mostrándoles áreas de ejercicio profesional y sus implicaciones, una oferta laboral más aterrizada que aporta al desarrollo social del país.

Se explicará un aspecto relevante, y es que la enseñanza de la Psicología del Deporte en la Ibero tiene como propósito colaborar con el desarrollo del deporte, brindando una cobertura psicológica a sus propios deportistas universitarios. Este servicio de preparación psicológica hoy es modesto pero brinda asesoría a entrenadores y atletas, y realiza diagnósticos de algunosprocesos psicológicos asociados al deporte. Indudablemente, la Psicología está encondiciones de brindar esta contribución extra a su Universidad, algo que indudablemente los distingue.

Este es el punto donde los licenciados Roger Caraballo y Marlene (recientemente egresados de IBERO) mostrarán resumidamente resultados investigativos que ya se han obtenido con muestras universitarias. El licenciado comentará brevemente su labor actual como psicólogo del deporte en el estado de Puebla. Será evidente la coherencia entre las estrategias institucionales y lo que ilustra la participación de los jóvenes colegas.

Por último, el Lic. Julio Arturo Ordoqui Baldriche se referirá a la asignatura optativa Psicología del Deporte, que coordina en la Universidad de la Habana. El presente documento concluye con este trabajo completo.

El cierre pondrá sobre la mesa nuestros propósitos de colaboración docente, para empezar, la realización futura de una pasantía de estudiantes de IBERO en la Habana, con el objetivo de acercarlos a larealidad de la preparación psicológica a deportistas medallistas mundiales y olímpicos, y continuar contribuyendo con el desarrollo de la psicología del deporte en la región latinoamericana.

Psicología del deporte. Asignatura optativa de la licenciaturaen Psicología.

El rol que desempeñaba la psicología del deporte en el proceso de formación de los licenciados en Psicología en Cuba hasta el año 2012 había sido entusiasta pero no sistemático.

A través de la Sección de Psicología del Deporte de la Sociedad Cubana de Psicología y de los convenios contraídos entre la facultad del mismo nombre y el Instituto de Medicina del Deporte (IMD), prestigiososprofesionales (Dr. C. Francisco Enrique García Ucha, Dr. C. Luis Gustavo González Carballido, M. Sc. Jorge Luis López Abascal, Lic Javier Alberto Rebozo Suárez y Lic. Alberto Pérez Lafargue, por mencionar algunos) habían participado en jornadas y sesiones científicas, breve serie de conferencias y talleres metodológicos que perseguían objetivos muy elementales: familiarizar y mostrar a los estudiantes los contenidos y procedimientos propios de la psicología del deporte.

Estas exitosas incursiones, pero aún limitadas en su alcance por el escaso tiempo en que debieron desarrollarsey por su discontinuidad; permitieron un primer nivel de análisis de resultados investigativos y sobre todo, la transmisión de múltiples y valiosas experiencias que aquellos profesionales llevaron a las aulas.

Allí se mencionaron por primera vez conceptos como control psicológico del entrenamiento deportivo, análisis del producto de la actividad, motivación en el deporte, respuesta emocional del deportista, autovaloración del deportista y otros muchos, que ampliaron la cultura sobre el quehacer profesional del psicólogo deportivo. No pocas tesis de diploma se realizaron en este ámbito.

Tales esfuerzos alimentaron el intrínseco interés que despierta el ámbito deportivo en los psicólogos(as),y en cada graduación contamos con uno o más compañeros que se insertaron en el IMD o en los Centros Provinciales de Medicina del Deporte (CEPROMEDE), en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Comandante Manuel Fajardo” o –más recientemente- en el Centro de Estudios de Psicología del Deporte para trabajar como investigadores, docentes y psicólogos de desempeño, o bien una combinación de estos.

En estos casos, la orientación vocacional especializada hacia la psicología deportiva debía transcurrir por una sola de las vías posibles, la búsqueda personal

y el interés del recién graduado por obtener información acerca de un campo de estudio del que se ha sistematizado un volumen considerable de conocimientos.Por otro lado, los psicólogos recién llegados a los centros empleadoresprecisaban un adiestramiento acelerado para un área de ejercicio profesional con el que no estaban familiarizados en su programa de estudios universitarios y que posee muchas peculiaridades.

El diálogo entre la Facultad y los centros empleadores de los futuros profesionales de la psicología es cada vez más productivo, con lo cual la posterior inserción laboral de estos ha sido más eficiente, cumpliendo la misión institucional que a cada uno corresponde.

Un ejemplo de lo anterior lo constituyen los análisis conjuntos realizados entre docentes y futuros empleadores acerca de los programas de estudio y la conciliación en competencias básicas que deben ser desarrolladas en los estudiantes. Así también, se amplían los convenios institucionales con la universidad creando nuevos espacios de prácticas pre profesionales, nuevos puestos de trabajo y posibilidades para la capacitación, que son aún insuficientes.

En medio de las mencionadas condiciones, en el curso 2012-2013 y con el amparo del Plan de Estudios “D” surgió la asignatura profesionalizante y con carácter optativo Psicología del Deporte, que culminóya su quinta edición. Esta se imparte en el segundo semestre de cuarto año de la carrera y su matrícula en todos los cursos ha sido significativa, ocupando como promedio el 84,5% de los estudiantes durante estos años.

Por otra parte, no debemos dejar de mencionar como causa imprescindible en esta consideración de la Psicología del deporte dentro del actual programa de estudios de la carrera,el importante desarrollo endógeno de esta ciencia aplicada como profesión en Cuba.

La divulgación creciente de esta rama de la psicologíapor los diferentes medios de comunicación masiva, incluyendo algunos espacios significativos de la televisión como Pulso Deportivo, Pasaje a loDesconocido, programas educativos, entre otros, la ha dotado de una visibilidad social mayor. En tales espacios se ha resaltado y puesto a la luz aspectos formales de la ciencia, así como testimonios

de deportistas y entrenadores que confirmaron el valor práctico e instrumental de la psicología -no exentos de emotividad- en el logro de hazañas deportivas como las protagonizadas por Javier Sotomayor, Ana Fidelia Quirot y las célebres “Morenas del Caribe”, por citar algunos ejemplos.

El espacio ganado por la subdirección de Psicología dentro del IMD, contribuyendo muy concretamente a su desarrollo científico y a su cobertura asistencial a deportistas de alto rendimiento, ha merecido una elevada demanda y aceptación de los psicólogos en los diferentes equipos nacionales.Los entrenadores solicitan cada vez más la asesoría de nuestros especialistas, argumentando y reconociendo el valor del componente psicológico de la preparación deportiva.

Paralelamente, en los CEPROMEDE el trabajo de los psicólogos ha sido destacado y ha cobrado un alcance significativo, especialmente en el rubro del desarrollo científico, presentando interesantes y novedosas investigaciones aplicadas con sus respectivos deportes, refrendando la sinergia entre cobertura psicológica e investigaciones en la labor de preparación psicológica del deporte escolar.

En lo que respecta a la visibilidad científica, las publicaciones cubanas de psicólogos del deporte han crecido en número y calidad, aunque debemos reconocer que persiste un grupo reducido de especialistas que alcanzan mayor productividad en esta área. Pretendemosque se amplíe el número de especialistas que dedique tiempo a dar a conocer los resultados de su trabajo y con ellos satisfaga los requisitos de las revistas científicas de mayor impacto.

El Blog de Psicología del Deporte del Dr. C. Francisco Enrique García Ucha, continúa recibiendo diariamente un sinnúmero de visitas por parte de especialistas e interesados nuestra ciencia.

La Sociedad Cubana de Psicología ha ponderado el activismos de nuestra sección en la realización de talleres sobre problemáticas científicas, discusión de los retos y realidades del ejercicio de la psicología en Cuba, la participación en eventos científicos logrando en la mayoría de los casos la realización de un simposio específico para nuestra área (Hóminis, AFIDE) y la búsqueda de alternativas

promocionales del resultado del trabajo en medio de limitadas opciones tecnológicas para el intercambio del gremio. Este es uno de los objetivos que trajo consigo la creación de las noti-secciones, un foro virtual para el análisis y la divulgación del quehacer de la psicología del deporte en Cuba y en el mundo.

Resumiendo, consideramos que ambas causas, el proceso de renovación de la educación superior, específicamente en la carrera de Psicología, y el crecimiento profesional constatable que ha experimentado la Psicología del Deporte, han determinado lainclusión sistemática de esta en el programa de estudios de nuestra ciencia general.

Mencionemos ahora –a nuestro juicio- cuáles son las principales fortalezas que esta asignatura ofrece al desarrollo de la Psicología del Deporte.

En primer lugar, los contenidos del curso recorren las problemáticas psicológicas más importantes que se debaten en el ámbito del deporte. Se inicia con un recorrido histórico de la fundación de esta ciencia aplicada, incluyendo autores, áreas y conceptos más estudiados en Cuba y en el extranjero.

Se presentan sus aspectos científicos constitutivos que implican un objeto de estudio, tareas a desarrollar, métodos más utilizados, definición de variables. Posteriormente se explica qué es la preparación psicológica y su tipología, para lo cual se define claramente el rol del psicólogo en la preparación deportiva, el encuadre de la tarea, y necesariamente se instruye a los estudiantes en aspectos generales de la planificación del entrenamiento deportivo.

Concluye ese primer bloque con áreas clásicas de estudio como el aprendizaje motor, la personalidad y el psicodiagnóstico en el deporte, los procesos motivacionales, la dimensión subjetiva de la recuperación fisiológica ante las cargas de entrenamiento, los procesos grupales en el deporte y el estudio de la respuesta emocional.En un segundo bloque, más especializado, se aborda la preparación psicológica en los cinco grupos técnico-metodológicos de deportes: de resistencia, de fuerza rápida, de combate, de juegos con pelota, y de coordinación y arte competitivo.

La creación de la asignatura favorece de manera coherente e intencionada la posterior inserción de jóvenes psicólogos a las instituciones empleadoras para el

servicio de psicología del deporte. Estoscolegas que se incorporan a su vida laboralhabiendo recibido nuestra asignatura optativa, alcanzan un rendimiento y eficiencia significativos durante su período de adiestramiento, que en el caso del IMD, se insertan tempranamente en colectivos técnicos nacionales productode la elevada demanda de nuestroservicio.

Ello no garantiza de manera absoluta el éxito, pero es indudable que el egresado ya posee herramientas para interactuar con el resto de los especialistas de la tríada médica del deporte, y con atletas y entrenadores a quienes brindará sus servicios.

Otro elemento destacado de esta inclusión es que los especialistas que imparten esta asignatura están obligados a generar espacios para ejercicios prácticos, lo que implica un mayor nivel de preparación y coordinación por parte de ellos en los terrenos deportivos (involucrando a otros colegas y a deportistas de alto nivel), pero además legitima la enseñanza de la psicología ante los ojos del movimiento deportivo cubano.

Se aprecia un sistema de funcionamiento eficiente de la profesión pues interactúan actividades de docencia y de desempeño, por medio de la incorporación temprana de estudiantes en los terrenos deportivos, siempre con la asesoría de alguno de los especialistas. Ello permitela instrumentación viable de investigaciones que pueden redundar en futuras tesis de diploma, maestrías y doctorados.

Recibir la asignatura les permite a los estudiantes conocer un espacio de aplicabilidad de la ciencia, familiarizarse con competencias laborales reales en el contexto deportivo y nos atreveríamos a decir que contribuye a la educación de valores tan importantes como la profesionalidad, el sentido de pertenencia y el patriotismo. ¿Por qué lo planteamos de esta manera?El psicólogo del deporte contribuye a la obtención de altos rendimientos competitivos de los atletas cubanos, realzando sentimientos de nacionalidad, auto superación y representatividad social que se irradian a todo un colectivo de trabajo.

A pesar de los incuestionables aportes de la asignatura a la integralidad y amplitud del plan de estudios de la licenciatura en Psicología, debemos decir que somos conscientes de algunos aspectos que debemos fortalecer.

Por ejemplo, debemos diseñar más actividades prácticas dentro del curso. Actualmente se cuenta con no más de diez horas clases que involucran a los estudiantes en los terrenos deportivos. Pensamos coordinar en el segundo bloque de la asignatura, que los seminarios correspondientes a la preparación por grupos de deportes técnico-metodológicos puedan hacerse en forma de actividades prácticas en las áreas de entrenamiento de un deporte representativo de ese grupo. En el caso de los deportes de combate, se propone hacerlo en boxeo o en judo, por poner ejemplos.

Tenemos el reto de actualizar en todo lo posible la bibliografía de la asignatura. Hemos pensado en la realización de un libro de texto que reúna materiales básicos para un nivel de consulta primario, rescatando algunos textos clásicos con otros contemporáneos, alternando autores nacionales y foráneos. Es indudable que ello favorecerá el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por último, la presencia de diferentes profesores dentro de la asignatura requiere de una coordinación más eficiente de los resultados de evaluaciones, control de la asistencia a clases y realización de seminarios y clases prácticas. Este claustro obedece a la especialización propia de la profesión, y asegura que cada contenido que se presente a los estudiantes sea impartido por el profesor o profesora que más dominio y tiempo de trabajo posea en dicha área.

Lo señalado en el apartado anterior no resta valor a los resultados que se han obtenido, y marcan objetivos para perfeccionar una asignatura que aspira en un futuro no lejano a formar parte del programa obligatorio de la licenciatura. De hecho, en la planificación del plan de estudios al “E”, se mantiene la condición de asignatura optativa dentro de la licenciatura.

Título: Predictibilidad del POMS como variable asociado a la ejecución. Evidencias vinculadas con la prueba "rejilla digital" en atletismo, Lanzamientos.

Autor: Lic. Cesar A. Montoya Romero

Colaboradora: Lic. Talía Negret Veranes.

País: Cuba

Resumen:

El empleo de instrumentos de evaluación, técnicas y métodos en general para el control psicológico del entrenamiento, que permitan la predicción del estado óptimo de rendimiento es un reto al cual es convocada nuestra especialidad. Cualquier intento en este sentido, sin importar su alcance, incluso resultando ser infructuoso, es considerado un avance en la dirección deseada.

La presente investigación tiene como propósito ofrecer evidencias acerca de la relación existente entre el ***estado de ánimo***, evaluado mediante el POMS, (Profile of MoodState) y sus diferentes escalas (tensión-ansiedad, depresión-melancolía, irritabilidad-hostilidad, vigor-actividad, fatiga-inercia y confusión-desorientación) con el rendimiento de 24 atletas de la preselección nacional de atletismo (área de lanzamiento) en una prueba de ejecución que evalúa la atención (rejilla digital) en condiciones controladas de laboratorio.

El análisis estadístico de los resultados de estas evaluaciones demuestran correlaciones significativas entre las escalas Tensión-Ansiedad, Depresión-Melancolía, Hostilidad- Irritabilidad y Fatiga-Inercia con el tiempo promedio y la desviación estándar en la prueba de atención. Asícomo también la predicción de los valores de la depresión como variable dependiente a partir de las variables confusión y fatiga.

Se concluye la existencia de una relación con carácter influyente entre el estado de ánimo como variable determinante del estado de disposición del deportista en su rendimiento atencional.

Título: Principios éticos en la Psicología deportiva.

Autores: Zuleyka Rodriguez Ojeda, MPs Universidad del Turabo

Dr. Daniel Martinez Ortiz. Universidad Albizu Campo.

País: Puerto Rico.

Resumen:

La ponencia debate la respuesta a tres preguntas:

¿Cómo se distingue en la Psicologia deportiva cliente vs paciente?

¿Los psicólogos deportivos deberían utiliza pruebas psicológicas?

¿Cuándo eres contratado por un equipo deportivo quien es el cliente, los atletas o entrenadores?

¿En qué países no existe un código de éticas para la Psicologia deportiva?

La Psicologia del deporte es una disciplina novel campo dela Psicologiaprofesional, si bien es importante destacar un progresivo crecimiento de la misma en el ámbito de las Facultades de Psicología, salvo algunas excepciones, sigue siendo un área de vacancia en la formación curricular de grado (Ojea & Calo, 2005). Estos señalan que por dicha novedad su consideración está ausente en lo códigos de ética ´profesionales en general. Para efectos de este estudio se tomará en cuenta solamente referencias del Código de Ética de la Junta.

Palabras claves: Psicologia deportiva, ética, psicólogos.

Título: Programa de entrenamiento de la orientación espacial asistido por neurofeedback para la prevención del deterioro cognitivo en el adulto mayor.

Autores: M.Sc: Osvaldo León Bravo.

M.Sc. Dotmaro Valdés Camacho.

M.Sc. Daniel Madruga Del Rey.

Dr. C. Francisco García Ucha

Institución: UNAH. San José de las Lajas. MES

Municipio:

GCT: 09**Grupo/Programas Priorizados:**

Actividad que beneficia: La calidad de vida y el funcionamiento adecuado de los procesos cognitivos en el adulto mayor previniendo las enfermedades degenerativas asociadas al cerebro.

Grado de generalización: Se ha generalizado en las filiares de la catedra del adulto mayor en San José de las lajas

Universo a Generalizar: se incorporarán a la aplicación del programa las cátedras del adulto mayor de los municipios Santa Cruz del Norte, Jaruco y se incluye la UNAH.

Beneficios que reportaría al país:constituye un programa de prevención del deterioro cognitivo encaminado que emplea tecnologías de avanzada que permiten su despliegue en cualquier contexto comunitario estudiando al adulto mayor en tiempo real durante la realización de sus actividades aspecto que se va a generalizar en todo el país incluyendo la participación universitaria.

Relación Costo – Beneficio: Se reduce el costo, el empleo de medicamentos, y recursos que se necesitan para un adulto mayor con síntoma de deterioro cognitivo, aspectos que el estado tendría que gastar en el tratamiento del adulto mayor con enfermedades degenerativas asociadas al cerebro y al correcto funcionamiento de los procesos cognitivos. De esta forma el país ganaría en beneficios de una mejor calidad de vida y salud del adulto mayor.

Organismo beneficiado:Cátedras del adulto mayor

Resumen de la ponencia: La orientación espacial es la capacidad cognitiva del individuo de apropiarse del espacio que le rodea a partir de la organización de su

propio cuerpo, como respuesta a la percepción visual, auditiva y táctil-kinestésica en la que se encuentre. El entrenamiento en el adulto mayor permite activar los niveles de reserva cognitiva y disminuir los riesgos de padecer enfermedades neurodegenerativas. La investigación tiene como objetivo instrumentar un programa de orientación espacial asistido por neurofeedback para la prevención del deterioro cognitivo en el adulto mayor. Dentro de los métodos y técnicas empleadas en la investigación se encuentran los encaminados al estudio del contenido teórico, los relacionados con la verificación de los resultados prácticos, el procedimiento de triangulación y el procesamiento estadístico. Se muestra como resultado la aplicación de un programa de entrenamiento de la orientación espacial asistido por un sistema neurofeedback en el adulto mayor, provocando cambios en aspectos como la memoria operativa, la atención, la velocidad de procesamiento y la función ejecutiva de los participantes en actividades de orientación en el espacio, empleando mapas y brújulas. El programa permite su articulación en contextos comunitarios a partir de un enfoque participativo y adaptado a las características del participante.

Titulo: Programa de intervención psicológica para la adecuación de la imagen corporal en patinadores artísticos colombianos.

Autora: Pabla Vanessa Bermúdez Zea, pablavaber@hotmail.com. Profesor Titular
País: Colombia

Resumen:

Se diseñó e implementó un programa de intervención psicológica para la adecuación de la imagen corporal a 26 patinadores artísticos de la Federación Colombiana de Patinaje, entre los 18 a 29 años, Las observaciones a entrenamientos y competencias, encuestas realizadas a 10 jueces y 26 entrenadores, demostraron que estos deportistas, presentaban una excesiva preocupación por su apariencia física, que afectaba su actuación en competencia.

En la etapa diagnóstica se emplearon las siguientes pruebas psicométricas: (CIMEC), Cuestionario de influencia de los modelos estéticos corporales; (CIMPASVIC), Cuestionario de influencia de las modalidades del Patinaje Artístico sobre la valoración de la imagen corporal; Cuestionario de percepción de causas del éxito deportivo, y la Técnica de autorretrato. Estas pruebas se volvieron a emplear tras la aplicación del programa de intervención Psicológica, estructurado en 9 módulos, los cuales tenían objetivos y técnicas específicas, orientadas a la regulación de la imagen corporal, se emplearon las siguientes: técnicas de autorregulación, respiración, relajación, autosugestión, automandatos, visualización, literatura de superación y conferencias informativas.

Mediante el procesamiento estadístico, tras la implementación del programa, se pudo comprobar que el este tuvo una incidencia positiva sobre la valoración de la imagen corporal de los patinadores estudiados, reflejándose esta sobre su actuación competitiva.

Título: Propuesta metodológica de planificación basada en contenidos para el entrenamiento psicológico en el deporte

Autora: Carol Cárdenas Castro. Psicóloga – Especialista en Psicología del deporte y el ejercicio

País: Colombia

La planificación deportiva se define como un proceso sistemático en el que se definen los objetivos,contenidos, medios y métodos, a través de los cuales se pretendeque el deportista alcance su máxima forma deportiva y funciona como un hilo conductor con elque se espera alcanzar los objetivos establecidos (Coldeportes, 2010). En el presente trabajo se presenta una propuesta de planificación deportiva basada en el modelo de planificación por contenidos, con el fin tener una guía metodológica general para el entrenamiento y el seguimiento psicológico de deportistas. Se inicia con una revisión conceptual y teórica de procesos psicofisiológicos, psicológicos y psicosociales tradicionalmente trabajados en la psicología del deporte tales como activación, atención, motivación, emociones, toma de decisiones, comunicación, trabajo en equipo y cohesión, además de los postulados de la propuesta de periodización para el entrenamiento psicológico de Balague (2000). Para cada proceso se exponen los objetivos mínimos que debe cumplir cada deportista y para cada objetivo planteado se señalan diversas técnicas que permiten desarrollar las metas y su correspondiente estrategia de medición.

LECTURA DE LA 1ª SLIDE:

PRESENTACIÓN

El trabajo que voy a presentar nace de mi personal exigencia de descubrir y profundizar el mundo de la psiquiatría, que desde siempre ha despertado mi curiosidad y me apasiona, no obstante los años de experiencia como Enseñante de Educación Física en un primer momento y después como Psicomotricista, con niños, adolescentes y adultos, personas con discapacidades físicas, psíquicas y neurosensoriales.
El objetivo de este trabajo es por lo tanto descubrir y profundizar el mundo de la Psiquiatría y las relaciones que se instauran entre el Paciente y el Terapista.
El tema trata de Terapia Psicomotora en las Comunidades Terapéuticas de Rehabilitación Psiquiátricas, y centra la atención en la relación entre el paciente y el psicomotricista, visto como una oportunidad para redefinir los propios límites y la propia identidad, a través de un continuo intercambio de equilibrios y desequilibrios. Durante la relación terapéutica el psicomotricista suspende su conocimiento, para recuperarlo más tarde, transformado gracias a la relación con el otro.

LECTURA DE LA 2ª SLIDE:

La importancia de la actividad psicomotora en los Servicios Psiquiátricos

La actividad Psicomotora modifica positivamente las modalidades de intervención con los pacientes y se centra en sus habilidades y capacidades residuales, poniendo a disposición los medios para que cada uno encuentre sus propias estrategias de acción;

La Terapia Psicomotora contribuye a la mejoría del estado del paciente, entendido como bienestar psicofísico, transformando las sensaciones corporales, disminuyendo sus delirios, sus alucinaciones y favoreciendo el pasaje: del CUERPO NEGADO al CUERPO PERCIBIDO al CUERPO REAL.

El "cuerpo negado" es el cuerpo que el paciente vive y deja degradarse en su aspecto físico y estético. Por lo tanto, una intervención terapéutica corporal puede consentir al paciente de volver a escuchar sus propias necesidades y sensaciones; por este motivo el cuerpo se convierte para el paciente en un medio que lo conecta a la realidad del ambiente en el que está viviendo. Por esto se habla de pasaje al cuerpo "vivido". Otro objetivo es el de intentar reconocer un cuerpo "percibido", que significa ampliar al enfermo espacios de realidad, a través de la sensorialidad, que le consienten reducir sus delirios.

Cada intervención mejora cualitativamente la activación neurológica individual, estimulando la memoria, la percepción, la respuesta motora, la función simbólica, la verbal, la representación mental y la atención, y en un segundo momento, se fija como objetivo la restructuración del esquema corporal, en el cual se funda el yo corporal subjetivo y la identidad individual.

Muchos aspectos del cuerpo permiten al paciente realizar experiencias límite, estructurando una diferenciación entre el mundo externo y el mundo interno, que según D. W. Winnicott es una de las condiciones para poder acceder a la experiencia del mundo.

LECTURA DE LA 3ª SLIDE:

La Cooperativa. Los Objetivos, los Pacientes y las Patologías.

->El objetivo general es el de actuar en beneficio del bienestar psicofísico, a través de una actuación individual sobre las necesidades de la salud mental, para disminuir el riesgo social que padecen los sujetos afectados y sus familias. El fin es el de promover su condición humana e integración social, mediante la gestión de servicios socio-sanitarios, educativos y de reintegración en el mundo laboral.
Los pacientes de la cooperativa donde yo trabajo son personas adultas, desde los 18 años en adelante, que presentan problemas psiquiátricos graves, que necesitan intervenciones de asistencia y rehabilitación. La Cooperativa responde a las necesidades de carácter sanitario, asistencial y de rehabilitación-ocupacional.
->Los pacientes presentan varios tipos de patologías psiquiátricas, entre las cuales recordamos:
LA PSICOSIS: sus síntomas son:
La pérdida de la capacidad de comprensión de la realidad y de mantener la sintonía entre sí mismo y los demás, con déficit de la autonomía personal. La alteración de las funciones del YO. La desorganización de las capacidades proyectuales del YO. La desestructuración de la unidad interna, de la identidad, de la percepción y de la vivencia de la realidad externa. Se manifiesta con alucinaciones y delirios.
LA ESQUIZOFRENÍA que se caracteriza por disfunciones emocionales, comportamentales y cognitivas, con pensamientos desorganizados, en los cuales las ideas no están conectadas entre ellas de manera lógica. También se caracteriza por una percepción distorsionada, alteraciones motoras y comportamentales.
LOS TRASTORNOS DE LA ALIMENTACIÓN se enmarcan al interno de patologías psiquiátricas porque el motivo causante está determinado por trastornos de tipo psicológicos. Se dividen en ANOREXIA, que tiene lugar por la pérdida del apetito debido a la búsqueda fanática de la delgadez y por un miedo asfixiante de engordar, se niegan a comer. La BULIMIA que se caracteriza por una irresistible gula por los alimentos con muchas calorías, los sujetos comen compulsivamente.
LOS TRASTORNOS DE PERSONALIDAD: constituyen un grupo heterogéneo de trastornos psicológicos, con modalidades problemáticas que se manifiestan en el área cognitiva, de las emociones y del control de los impulsos.

LECTURA DE LA 4ª SLIDE:

Los Elementos psicomotores: Espacio y Tiempo:

ESPACIO

Los pacientes viven un "no espacio". En las Comunidades hay solo espacios colectivos, uniformes e indiferentes, el único lugar personal es "la cama".

En psicomotricidad se trabaja en el espacio topológico, en la distancia y cercanía del cuerpo, orden y separación, invertir en espacios nuevos, distintos y personalizados, en los cuales expresar emociones, ocupando el espacio, creando posturas para poder afirmar y expresar la propia identidad.

Los objetivos psicomotores para la organización espacial son los de crear ocasiones de situaciones motoras, expresivas y sensoriales, para restablecer los límites corporales, recuperando la integridad corporal, establecer distancias y separación entre sí mismo y el otro, recuperar el espacio psíquico para vivir al otro, diverso de sí mismo. También se busca la distancia simbólica, gracias al uso de los objetos mediadores.

TIEMPO

En las Comunidades los pacientes perciben un tiempo siempre igual, no consiguen establecer un antes, un después y un durante. Viven por lo tanto un tiempo "vacío" como el que llevan dentro de ellos.

En Psicomotricidad se trabaja con el tiempo ralentizado, para escuchar el propio cuerpo y el del otro, a través de los ritmos más arcaicos (latido del corazón y respiro). Se pasará de un tiempo objetivo a uno subjetivo, vinculado a la afectividad y de cómo se percibe y se viven las situaciones del "aquí y ahora". Para las Comunidades se creará un tiempo estructurado, pero no forzado, un "tiempo diferente" y agradable al interior del transcurso de las jornadas, creando una escansión, pero con una continuidad, con experiencias significativas, de deseo y de expectativa. Como en el espacio, se tiene que buscar una distancia de tiempo, para crear la espera y un tiempo para dar y uno para recibir, con un intercambio de roles.

LOS OBJETOS MEDIADORES

Son dispositivos terapéuticos caracterizados de objetos que se dan, se reciben o se comparten y sirven de trámite para facilitar la relación entre dos o más personas. Actúan como mediadores de la distancia y representan simbólicamente la prolongación del propio cuerpo o del terapeuta; permiten afrontar de manera simbólica los aspectos más problemáticos de la propia vida. LOS PEQUEÑOS OBJETOS: pelota, bastones de goma, cojines, cuerdas, círculos, etc… actúan de trámite para las personas que tienen dificultad para entrar en contacto físico con los demás, son útiles para desarrollar la concentración, el equilibrio y la postura; LOS GRANDES OBJETOS: mejoran la sensorialidad propioceptiva y cinestésica.

LECTURA DE LA 5ª SLIDE:

Esquema Corporal e Imagen Corporal:

El yo corporal está constituido por una cohesión psico-corporal; está formado por la integración entre la parte psicotónica del sujeto, que es la imagen corporal y la parte psicomotora, que es el Esquema Corporal del sujeto. La parte psicotónica es el fundamento de la experiencia de la persona, está conectada al deseo y es la base del pensamiento primario, vinculado al tono. La parte psicomotora en cambio es la expresión del proyecto motor, se funda en la acción corporal, favorece el acceso a la realidad y es la base del pensamiento lógico y concreto.
->El CUERPO de los pacientes: es "inexistente", "apagado", "negado", "fragmentado", tiene una coraza tónica, privado de sensaciones y deseos;
La MOTRICIDAD de los pacientes: esta desconectada de la experiencia vivida, no hay en ellos deseo de movimiento;
Sus IMAGENES: están distorsionadas, irreales, fantasmales e non tienen en cuenta las informaciones que provienen de la realidad;
Su PIEL: no les protege, sino que los expone a las interferencias externas;
Sus LÍMITES: son frágiles e indefinidos; están angustiados por poder ser penetrados por el cuerpo del otro; Su MENTE: está apagada y privada de emociones, de sentimientos y deseos.
->La Actividad Psicomotora hace revivir en ellos sensaciones corporales y las vivencias perceptivas típicas de las experiencias primarias de intercambio, los hace volver a invertir en su cuerpo para percibir, sentir, comunicar; les da espacio a los deseos, para expresar las emociones, integrar informaciones perceptivas con las emotivas; propone distintos tipos de sensorialidad: cinestésica, externo e internoceptiva, propioceptiva y táctil; construye e integra la unidad del cuerpo; genera placer y motivación al movimiento; los hace entrar en contacto y relacionarse con ellos mismos y entre ellos.

LECTURA DE LA 6ª SLIDE:

EL PROYECTO PSICOMOTOR:

->Los criterios para la elección de los pacientes que se van a integrar en el grupo del Proyecto Psicomotor conciernen: la heterogeneidad de las patologías; no tienen que estar gravemente comprometidas en el nivel motor, no en fase aguda, necesitan restructuración corporal, tienen que estar libres, para poder elegir la actividad que se desarrollará. Después de una evaluación de las necesidades de cada uno de los pacientes se efectua la elaboración del Proyecto Psicomotor.
->Los Objetivos Generales son los de hacerse cargo de l sujeto en su globalidad , en clave relacional, mejorando la relación entre mente y cuerpo, a t ravés de la modulación del tono.
->Los Objetivos Específicos son los de proponer distintos tipos de sensaciones y experiencias motoras para integrar la unidad del cuerpo.
->Actividad y Modalidad→1 Sesión cada mes, de 1 h. y 1/2 cada una.
->Contenidos→Primera Parte: Son Ejercicios senso -motores individuales , de descarga pulsional; Segunda Parte: Son Ejercicios en pareja, binomios o trinomios o pequeños grupos. sobre el contacto corporal, con o sin objetos ; Tercera Parte: Son Ejercicios para favorecer la escucha y la expresión de las propias emociones , sentimientos y pensamientos, a través de la mímica, gesto, mirada, voz y postura; Cuarta Parte: Son Ejercicios de relajación, en el suelo , en alargamiento y estiramiento, contracción, tensión y distensión , según los distintos métodos aplicados.
->Duración → màs o menos 1 año; desde Enero hasta Octubre 2017.
->Material→Personal: 12 pacientes, la Psicomotricista y 1 Operador a sistente; --→M.Técnicos: todo el material necesario para poder desarrollar la actividad ; (Colchonetas, Pelotas grandes y pequeñas, Cuerdas, Bastones de goma y de madera, Círculos, Tejidos, Papel, Murales, Colores, Música, etc…).
->Control →Inicial/Intermedio y Final.

LECTURA DE LA 7ª SLIDE:

LAS SESIONES PSICOMOTORAS Y DE RELAJACIÓN:

Por las características de los pacientes, en todas las sesiones, se ha dado particular importancia a la RELAJACIÓN, vista como una "re-educación tónica", que tiene como objetivo el dominio y el control de las emociones, a través de una toma de conciencia responsable de la propia tonicidad y de las propias posturas.
Se han utilizado algunas Técnicas de mediación corporal "adaptadas", que forman parte de autores como Bergès, Jacobson y Soubiran.

En la **Primera Sesión**: la Relajación consiste en la TOMA DE CONCIENCIA Y VISUALIZACIÓN de los puntos de contacto del cuerpo en el suelo.
Tumbados en el suelo en la posición más conforme a cada uno, encontrar la mejor postura para la propia relajación personal, escuchando la propia respiración, el propio latido cardíaco y el propio tono muscular. En este instante de la sesión, los pacientes serán tapados por el psicomotricista y después tocarà las distintas partes del cuerpo, (brazos y piernas) para hacerlas visualizar.
En la **Segunda Sesión**: la Relajación consiste en la TOMA DE CONCIENCIA del propio cuerpo y de los puntos que lo limitan con el exterior*. El método trata en esta sesión el uso de la sensación táctil y por lo tanto del órgano del sentido de la piel, mediante por ejemplo el uso de burbujas de jabón, para la toma de conciencia del proprio límite corporal con el exterior, con el progresivo alejamiento de las tensiones.*
En la **Tercera Sesión**, la Relajación consiste en la REPRESENTACIÓN MENTAL a través de la escucha del ruido del viento y en el pase a la experiencia física.
El setting ha sido construido mediante el uso de una sábana grande y con la intervención del psicomotricista y del operador, che la suben y la bajan lentamente, acariciando los cuerpos de los pacientes. El método trata el uso de la sensación táctil, que permite de notar el aire y el roce de las partes del cuerpo con la sábana, que fija los límites y después produce una progresiva relajación de las tensiones.
En la **Cuarta Sesión,** la Relajación consiste en ENVOLVER y CONTENER las partes del cuerpo con tejidos.
El método en esta sesión trata el uso de la sensación táctil, que permite advertir la ligera presión, durante el proceso al envolver y contener las extremidades con los telas. Fija los limites corporales, produce una progresiva relajación de las tensiones porque el cuerpo se siente compacto, unido y esto produce un efecto de plenitud, tranquilidad y bienestar.
En la **Quinta Sesión,** la Relajación consiste en el uso de la PERCEPCIÓN CINESTÉSICA del cuerpo*, tumbado sobre la Pelota, y de la PERCEPCIÓN VESTIBULAR, estimulada por el balanceo.*
En la **Sexta Sesión,** la Relajación consiste en dibujar una SILUETA alrededor del cuerpo de cada paciente. *El método trata el uso de la sensación táctil y cinestésica,*

estimuladas por la posición prona o supina del paciente y por el contacto físico del psicomotricista, que mediante un tubo blando de goma, dibuja el contorno del cuerpo del sujeto.

En la **Séptima Sesión**, la Relajación consiste en la *ESTIMULACIÓN TÁCTIL Y CINESTÉSICA*, *mediante el masaje con una pelota. El contacto físico entre el Psicomotricista y el paciente está mediado por el objeto: el toque tiene que ser discreto, suave e indicar los límites del cuerpo del paciente.*

En la **Octava Sesión**, la Relajación consiste en ENCONTRAR LA DISTENSIÓN, VISUALIZANDO UN ELEMENTO TERRESTRE, como AGUA, AIRE, TIERRA y FUEGO: *la psicomotricista efectuará movimientos con tejidos, como sábanas o cortinas, que irán a acariciar a los pacientes que estarán tumbados en el suelo y que según la estimulación y el movimiento, imaginarán ser acariciados por las olas del mar, por la brisa del viento, por la fuerza y el calor del fuego o por la solidez de la tierra.* El método trata el uso de la sensación táctil y cinestésica que permite advertir la presión, la sensación de abrazo, el roce delicado, la contención de las extremidades con los tejidos, para fijar los límites corporales.

En la **Novena Sesión**, la Relajación consiste en el CONTACTO CORPORAL A TRAVÉS DE MASAJES, CON CREMAS PERFUMADAS. *La psicomotricista untará la crema y aceite perfumados, sobre las manos y los brazos de los pacientes.* El método trata el uso de la sensación táctil y del órgano del sentido del olfato, que también permite advertir *el agradable perfume que los pacientes se llevarán consigo, junto a los momentos de la sesión, unidos por la buena relación con el psicomotricista, que recuerda la relación con el vínculo primario.*

En la **Décima Sesión**, la Relajación consiste en hacer ejecutar a los pacientes algunas técnicas de *MOVILIZACIÓN,* según el *MÉTODO DE RELAJACIÓN SOUBIRAN ACTIVO (ADAPTADO):*

La Psicomotricista dará indicaciones a los pacientes, que se encuentran tumbados en decúbito supino: les hará levantar un brazo hacia arriba, muy lentamente, para después dejarlo caer, abandonándolo sobre la colchoneta; lo mismo con el otro, después los dos brazos juntos. Sucesivamente les hará levantar una pierna hacia arriba, muy lentamente, para después dejarla caer, abandonándola sobre la colchoneta; lo mismo con la otra, después las dos piernas juntas.

El método trata el uso del propio cuerpo, para crear en manera activa una forma de Relajación, fundada en el principio de la contracción y de la distensión. La primera tiene lugar en el momento que se levanta la extremidad y la segunda en el momento que se deja libre voluntariamente. Cada paciente probará sensaciones distintas, de calor y pesadez, que desde las extremidades interesadas en el movimiento se extenderán por todo el cuerpo y producirán una relajación global.

LECTURA DE LA 8ª SLIDE:

EVALUACIONES Y OBSERVACIONES FINALES:

ESPACIO: han dado un valor al espacio, lo han diferenciado y han aceptado la proximidad del otro.
TIEMPO: todos han conseguido quedarse hasta el final de la sesión.
ACCIONES: han conseguido dar un sentido a la mayor parte de las acciones, un significado simbólico y con valor comunicativo.
TONO: han alcanzado una buena modulación tónica del propio cuerpo.
RELACIÓN→LENGUAJE: han tenido una modulación del tono de la voz, de la respiración, mejorando la articulación de la palabra.
HUMOR, COMPORTAMIENTO, ADAPTACIÓN EN RELACIÓN CON LA GRATIFICACIÓN-FRUSTRACIÓN, SOCIALIDAD, AUTOESTIMA Y AUTONOMÍA: en general han mejorado en casi todos los pacientes.
MANIFESTACIONES EMOTIVAS: han disminuido los sentimientos de rabia, rechazo, desconfianza y miedo. Han sido sustituidos por la aceptación, la tranquilidad, la confianza y la seguridad, todas emociones que sustancialmente tienen como objetivo contener los síntomas de la patología.

Los Pacientes, al final:

- han adquirido suficiente conciencia corporal, consiguiendo elaborar las sensaciones y las emociones que nacen de ella;
- están más serenos y tienen menos delirios;
- son más activos, más solares y vitales;
- reconocen en mayor medida sus capacidades, límites y recursos;
- se mueven con mayor seguridad, están más motivados y más disponibles para la comunicación.

LECTURA DE LA 9ª SLIDE

CONCLUSIONES:

Estos pacientes han vivido un cambio…
“El psicoanalista Daniel N. Stern ha indicado como la relación con los demás en el presente, puede volver a escribir nuestro pasado y redefinir nuestro futuro; además expone como los factores que predisponen los cambios en terapia, transforman también nuestro modo de conducirla.
El momento de encuentro entre el paciente y el terapeuta crea una experiencia de vida real y da lugar a un “viaje afectivo común”, que permite compartir una experiencia directa y original, vivida en el “aquí y ahora”, que consiente el cambio terapéutico” …esta es la verdadera esencia de nuestro trabajo…

Título: Terapia Psicomotriz en las Comunidades Terapéuticas Psiquiátricas, mediante algunas Sesiones Psicomotrices

Autora: Lic. Sabrina Magotti

País: Italia

Resumen

Este trabajo nace de mi personal exigencia de profundizar el mundo de la psiquiatría, no obstante los años de experiencia como Enseñante de Educación Física y Psicomotricista.

El tema trata de Terapia Psicomotriz en las Comunidades Terapéuticas Psiquiátricas, mediante algunas Sesiones Psicomotrices, realizadas con un grupo de pacientes psiquiátricos, centrando la atención en la relación entre el paciente y el psicomotricista y en los cambios que se realizan en cada individuo.

El ámbito de la Psiquiatría nos induce a disponernos a una situación de escucha humilde y respetosa hacia el otro, intentando dar un sentido a lo que hace y a lo que nosotros hacemos por el.

Esto a su vez representa una importante oportunidad que nos viene concedida para redefinir los propios límites y la propia identidad, ya que dentro de esta relación existe un intercambio de equilibrios y desequilibrios y una distancia que permite la empatía y la escucha, sin llegar a la fusión con el paciente. Por lo tanto, el trabajo con los sujetos psiquiátricos se caracteriza por la posibilidad de poner en discusión continuamente los conocimientos y la formación del Psicomotricista, puesto que se enriquece de eventos que, en la relación terapéutica ocurren de manera espontánea; es un juego en el cual se “suspende” el proprio saber, para después recuperarlo, trasformado por la relación con el otro.

Título: Actividad Física en ambientes laborales en la Ciudad de Ibagué

Autor: Luis Alejandro Vargas Parga, lavargas19@misena.edu.co. Profesor Instructor.

País: Colombia

Resumen

El presente trabajo que está en vía de ejecución, tiene dos objetivos específicos de desarrollo; el primero es determinar cuál es el estado físico y de salud actual, que presentan los trabajadores en empresas de distintas áreas en la ciudad de Ibagué, y conocer a su vez el historial de ausentismo a causas de enfermedades laborales o enfermedades crónicas no transmisibles. Un segundo objetivo que abarca este trabajo es el de generar estrategias metodológicas y estructurales que permitan a las empresas implementar programas de salud a partir de actividades físicas dirigidas que accedan a mejorar la calidad y los estilos de vida de los trabajadores y a su vez que permita disminuir el ausentismo y aumentar la productividad de dicha población con respecto a sus funciones laborales. Para el desarrollo de estos procesos y la consecución de objetivos se tiene planeado la realización de test funcionales para los trabajadores y el estudio documental de informes de salud que presente la empresa. Así mismo para la generación de soluciones a las problemáticas encontradas se desarrollarán programas de actividades físicas que busquen la mejora de calidad de vida a través del movimiento. Los resultados de este trabajo están enmarcados en el impacto de forma positiva en la mejora de la calidad de vida de los trabajadores, la disminución de ausentismo y el aumento de productividad en las empresas. Como también se busca generar un nuevo campo laborar para los profesionales y personas capacitadas en el desarrollo y promoción de hábitos y estilos de vida saludables a partir del movimiento.

Título: Administración Deportiva Municipal

Autor: M.Sc. Zain Bernal Beltran, rafa_z88@hotmail.com. Profesor Titular

País: México

Resumen

Deporte municipal

El tema del deporte a nivel municipal no es un tema menor. Las políticas diseñadas a nivel nacional y provincial son importantes, pero es a nivel comunal donde se dan los cambios más sustantivos. Desde un plan municipal de deportes se va delineando la política correspondiente al área de manera tal que sus destinatarios se vean afectados en forma inmediata. Los proyectos locales buscan solucionar problemas locales y satisfacer las demandas de sus habitantes. Vamos a ir analizando a lo largo de esta presentación las distintas perspectivas que el tema nos ofrece. Sin dudas se trata de una cuestión fundamental a la hora de buscar verdaderos cambios en la calidad de vida de las personas.

Título: Alternativas gerenciales para el perfeccionamiento de la gestión económica en la Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado"

Autor: M.Sc. Yacel Noa Suárez

Institución: ESFAAR "Cerro Pelado"

País: Cuba

RESUMEN

El sistema social cubano constituye hoy un paradigma, no sólo para los pueblos de Iberoamérica, sino para todos los pueblos del mundo. El desarrollo científico técnico actual plantea nuevas exigencias en cuanto a la preparación profesional de los directivos. Esto condiciona la necesidad de buscar opciones de alternativas que les permitan mantenerse actualizados con los adelantos de la ciencia y la técnica. La tesis aborda las necesidades de como contribuir a mejorar el Sistema de gestión económica de la Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado" para la actividad científica de los directivos. Se abordan los principales fundamentos teóricos que sustentan este proceso para el fomento de una cultura económica de los directivos y trabajadores del área. El diagnóstico evidencia que la preparación recibida no satisface las exigencias de su actividad profesional y las necesidades de una cultura económica de cada uno de los directivos y el resto del personal. Como objetivo general se elaboran alternativas, que contribuya al perfeccionamiento de la gestión económica en la escuela de referencia.

SUMARY

The system social Cuban constitutes today a paradigm, it doesn't only stop the towns of Iberoamérica, but for all the towns of the world. The current technical scientific development outlines new demands as for the professional preparation of the directive. This conditions the necessity to look for options of alternatives that allow them to stay up-to-date with the advances of the science and the technique. The thesis approaches the necessities of as contributing to improve the System of economic administration of the Superior School of Formation of Athletes of High

Yield "Peeled Hill" for the scientific activity of the directive. The main theoretical foundations are approached that sustain this process for the development of an economic culture of the directive and workers of the area. The diagnosis evidences that the received preparation doesn't satisfy the demands of its professional activity and the necessities of an economic culture of each one of the directive and the rest of the personnel. As general objective they are elaborated alternative that contributes to the improvement of the economic administration in the reference school.

INTRODUCCION

El escenario mundial en los finales del siglo XX y principios del XXI posee, entre sus rasgos fundamentales: la globalización de la economía mundial, la privatización de las principales riquezas de los estados, la necesidad de ser cada día más competitivos y la carencia de fuentes de financiamiento.

En correspondencia con las exigencias del entorno para que las organizaciones sean exitosas, es necesario que éstas dejen de estar centradas en sí mismas y que posean reglas de juego que garanticen una elevada flexibilidad, capacidad de reacción, así como relaciones entre individuos y grupos que permitan que cada uno sea tan contributivo como su potencial y capacidades se los faculten para que la organización cumpla su función social.

La actividad económica es el conjunto de actividades vinculadas a la producción de lo necesario para vivir, y la circulación (distribución), consumo y reparto de esta producción. Es fundamental destacar el carácter social de las actividades económicas, ya que son realizadas por una comunidad: las relaciones económicas, como cualquier tipo de relación establecida entre personas, son relaciones sociales. Estas relaciones sociales que se establecen en torno a las actividades económicas determinan la estructura económica de una sociedad. Por otro lado, en cada sociedad se pueden encontrar fuerzas o recursos productivos propios con un determinado nivel de desarrollo, que determinan la infraestructura que posee esta sociedad.

Al interrelacionarse estructura e infraestructura, se conforma lo que se conoce como el modo de producción de esta sociedad. Esto implica que la definición de progreso, entendido como el desarrollo de las fuerzas productivas de una sociedad para aumentar la productividad de la fuerza de trabajo (aumentar su capacidad de trabajo) no es universal, ya que está condicionado por el fin que esta sociedad considere adecuado conseguir: por ejemplo, un aumento de productividad puede utilizarse para producir más con el mismo trabajo, o para producir lo mismo con menos trabajo. Por lo tanto, cada sociedad debiera definir su noción de progreso.

Asimismo, no existe una estructura económica ni un modo de producción natural, ni menos aún universal, ya que éstos dependen, por un lado, de los recursos con que cuenta una sociedad, y por otro, de la presencia de personas y de las relaciones que se establezcan entre ellas. Además de la estructura e infraestructura, en una sociedad existe la superestructura, que son las manifestaciones sociales que se producen fuera de la actividad económica, aunque pueden derivarse de ella y al mismo tiempo actuar sobre ella.

Estos tres componentes y sus relaciones dan lugar a una formación social, que es una comunidad estructurada, determinada espacial e históricamente. Dentro de una formación social pueden convivir varios modos de producción simultáneamente, aunque uno de ellos será el dominante.

La actividad económica del Estado socialista se basa en la propiedad social sobre los medios de producción y en las relaciones socialistas de producción condicionadas por dicho régimen de propiedad. En su actividad práctica, el Estado parte de las exigencias de las leyes económicas objetivas del socialismo, de las exigencias ya maduras de la vida material de la sociedad, de las condiciones concretas de la situación interior y exterior, y orienta el desenvolvimiento de la economía en interés de la edificación del socialismo.

La economía, considerada una ciencia social, estudia los procesos de extracción, producción, intercambio, distribución y consumo de bienes y servicios. En sentido figurado, economía significa regla y moderación de los gastos; ahorro.

La escasez de recursos sugiere la idea de que los recursos materiales son limitados y no es posible producir una cantidad infinita de bienes, teniendo en cuenta que los deseos y las necesidades humanas son ilimitadas e insaciables.

Los recursos, en realidad, son suficientes, pero la administración actualmente está siendo errónea. Gandhi dijo una vez: “En la Tierra hay suficiente para satisfacer las necesidades de todos, pero no tanto como para satisfacer la avaricia de algunos”. Con base en este principio, la economía observa el comportamiento humano como resultado de la relación entre las necesidades humanas y los recursos disponibles para satisfacer esas necesidades.

Esta ciencia trata de explicar el funcionamiento de los sistemas económicos y las relaciones con los agentes económicos, reflexionando sobre los problemas existentes y proponiendo soluciones. Así, la investigación de los principales problemas económicos y la toma de decisiones se basan en cuatro preguntas fundamentales sobre la producción: ¿qué producir?, ¿cuándo producir?, ¿cuánto producir?, ¿para quién producir?

El objeto de la economía es estudiar la distribución de los bienes económicos, considerando los procesos de producción, comercialización, distribución y consumo de estos para satisfacer las necesidades del ser humano. En una economía planificada, como la nuestra, los procesos económicos son determinados por una organización o agencia central perteneciente al Estado y coordinados a través de un plan general. Esto puede ser así puesto que no se considera la posibilidad de la propiedad privada, sino la propiedad estatal de los bienes y recursos. Los grados de escasez de los bienes son obtenidos de un modelo estadístico-matemático de equilibrio general centralizado. De este sistema se obtienen las cuotas de producción de los sectores productivos y, por ende, las cantidades que los consumidores pueden obtener de los distintos bienes y servicios. En este sistema desaparece la posibilidad de realizar decisiones personales con respecto a la actividad económica. En general, coincide asimismo con la incapacidad de ejercer decisiones libres en la esfera económica y con la imposibilidad de ese mismo tipo de decisiones en el ámbito político.

En la actualidad la economía cubana está inmersa en un proceso de profundas transformaciones. En busca de una salida a la recesión de los años noventa, se descentralizan las estructuras empresariales y de mercado, se incorporan a la escena nuevos sujetos económicos y varían las reglas de la planificación. Contra muchos pronósticos, Cuba ha encontrado en esa suma de cambios la senda de la recuperación.

En este contexto, el deporte en Cuba, no asiste como observador pasivo a la dinámica evolutiva; sujeto y objeto de las transformaciones que tiene que lograr la economía, atraviesa por un proceso de reorganización, adecuación y constante perfeccionamiento, donde el Proceso de Gestión se convierte en uno de los pilares más importantes. El Proceso de Gestión ha venido manifestando un alto dinamismo en correspondencia con el desarrollo político, económico, social y tecnológico; así como con las transformaciones operadas en el entorno en que se desempeñan las organizaciones contemporáneas, las que para sobrevivir, se desarrollan y avanzan hacia la excelencia; utilizando con racionalidad y visión de futuro, sus recursos.

DESARROLLO

Esta investigación como finalidad principal, contribuir a mejorar la funcionalidad del área económica de la Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento “Cerro Pelado”, fundamentalmente los rasgos principales que contienen estas alternativas, en términos funcionales y de estructuras. Enfatiza en abordar condicionantes que repercutan en el alcance de finalidades y procesos que nos conlleve a lograr una contabilidad confiable, con efectos multiplicadores, los que pueden ser de corto, mediano o largo plazo.

Entre sus principales beneficios se encuentran:

- ✓ Determinar los principales fundamentos teórico–metodológico que conforman la estrategia del área económica.
- ✓ La actualización de los procedimientos y documentos contables según el sistema implantado y aprobado Versat Sarasola.

- ✓ El perfeccionamiento de una nueva estructura para llevar a cabo una contrapartida en la nueva política de ingreso a atletas, entrenadores y especialistas, estimulación en CUC y premios.

A partir de considerar que es imprescindible el estudio de los componentes y procesos internos que se desarrollan en las escuelas nacionales deportivas, el entorno complejo en el que se desenvuelven y las interacciones entre estos dos ámbitos, se realiza un diagnóstico inicial que aflora la problemática siguiente:

- ✓ Bajo nivel de satisfacción de los usuarios
- ✓ Poco conocimiento, por parte de los directivos, en materia económica
- ✓ Exiguos conocimientos contables de los técnicos y especialistas del área económica
- ✓ Insuficiente fuerza técnica para ocupar las plazas por bajos salarios
- ✓ El sistema de capacitación establecido en la organización, no satisface las necesidades de superación del área económica.

Partiendo de la situación problémica anterior se formula el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir al perfeccionamiento de la gestión económica en la ESFAAR “Cerro Pelado”?

En la actualidad gerencial, en cualquiera de las esferas, referirse a alternativas es buscar la mejor opción entre varias. Las alternativas propuestas se derivan de la búsqueda bibliográfica de diferentes autores en el mundo gerencial y sobre todo económico. De hecho en la actividad deportiva para los especialistas económicos y directivos deportivos es muy complejo concebir las estrategias para poder hacer las propuestas.

Para las alternativas económicas en este contexto se tiene en cuenta:

1. Toda la parte contable, digamos gastos, insumos, materiales deportivos, vestuarios, etc.,
2. Unido a ello hay que concebir las estrategias deportivas, es decir competencias deportivas, estructura del entrenamiento deportivo, etc.

Por ello las alternativas constituyen un complemento para el especialista deportivo y economista de pensar, y reflexionar ante la planificación de ellas. Las principales

o mejor aún, las más representativas y por consiguiente las que contiene nuestra propuesta son las siguientes:

- **Capacitación Integral:** Busca el crecimiento integral de la persona y la expansión total de sus aptitudes y habilidades, todo esto con una visión de largo plazo. El desarrollo incluye la capacitación, pero busca principalmente la formación integral del individuo, la expresión total de su persona.
- **Procedimientos:** Conjunto de acciones u operaciones que tienen que realizarse de la misma forma, para obtener siempre el mismo resultado bajo las mismas circunstancias.
- **Logística:** Los procesos logísticos de la organización son todos los que se relacionan con los movimientos de materiales o de mercaderías y, por extensión en el caso de los servicios, con la preparación y prestación de dichos servicios.
  - ✓ Aprovisionamiento.
  - ✓ Producción.
  - ✓ Distribución.
- **Atención al Hombre:** Puede concebirse, de forma general, como un sistema, como un conjunto de tareas, medidas y acciones, que de forma coordinada, se orientan hacia la satisfacción de necesidades, a la creación de nuevos valores en el trabajador; con vistas a lograr los objetivos estratégicos de la entidad, en la búsqueda de productividad y eficiencia.
- **Tecnologías:** Conjunto de conocimientos y técnicas que, aplicados de forma lógica y ordenada, permiten al ser humano modificar su entorno material o virtual para satisfacer sus necesidades, esto es, un proceso combinado de pensamiento y acción con la finalidad de crear soluciones útiles.

La representación gráfica que se presenta es algo similar a una algoritmo donde le permite al directivo, utilizando los principios y su interrelación, concebir y llegar a aquellas alternativas más racionales y sólidas para estos tipos de organizaciones deportivas.

Resulta evidente que cuando se aplica esta operacionalización, hay que tener en cuenta las alianzas gerenciales para con las organizaciones en general. Por supuesto estas serán un acicate para la planificación, y apoyo.

Propuesta de alternativas gerenciales paraperfeccionar la gestión económica en la ESFAAR "Cerro Pelado"

Temporalidad:

- A corto plazo (hasta 3 meses)
- Mediano plazo (4 meses a un año)
- Largo plazo (más de un año)

PROGRAMA DE ACCIONES DE LAS ALTERNATIVAS PARA EL DESARROLLO DEL PROCESO DE GESTION ECONOMICA EN LA ESFAAR "CERRO PELADO"				
ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN: CAPACITACIÓN INTEGRAL **OBJETIVO:** Elaborar acciones de capacitación para el desarrollo de habilidades gerenciales.		**Responsables**	**Controla**	**Concepción temporal**
1	Preparación de cuadros y dirigentes-evaluativo para estudio y perspectiva de la gestión económica.	Jefe departamento de Cuadro	Director general	Corto plazo
2	Establecimiento de una nueva estructura del área económica que garantice la gestión y el control a través de la Res/60 la nueva implementación de los Lineamientos aprobados que garantice una mejor aplicación de conocimientos económicos financieros.	Subdirector Económico	Director general	Corto plazo
3	Capacitación en cultura personalizada de atención a los conocimientos de materia de anteproyecto y presupuesto de los directivos, cuadros y funcionarios.	Jefe de Recursos Humanos	Director general	Corto plazo
4	Evaluación sistemática de habilidades de todo el personal del área económica del sistema, por personal previamente capacitado.	Subdirector Económico	Director general	Corto plazo
ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN: PROCEDIMIENTO Y LOGÍSTICA **OBJETIVO:** Contribuir al mejoramiento de esta dimensión para potenciar su desarrollo considerando los problemas detectados		**Responsables**	**Controla**	**Concepción temporal**
5	Realizar estudio de Normas y Procedimientos Contables	Especialista Principal en Contabilidad	Subdirector Económico	Mediano plazo
6	Reparación y/o renovación de los equipos informáticos para procesar las informaciones del nuevo sistema automatizado Versión 8.0 del Versat Sarasola para aumentar la capacidad y calidad de la gestión	Jefe Departamento Informática	Subdirector Económico	Corto plazo

	económica.			
7	Adquisición de un Vehículo Ligero para la gestión, extracción, depósitos e ingresos de salario al Banco.	Subdirector Aseguramiento y jefe de Transporte	Director general	Corto plazo
8	Evaluar las condiciones de los locales destinados a la seguridad y el control de archivos y documentos económicos y financieros.	Director y Subdirector económico	Director general	Corto plazo
9	Estudio económico en función de brindar mejores informes presupuestarios, contables y financieros.	Subdirector económico y Subdirectores de cada áreas	Director general	Corto plazo
ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN: ATENCIÓN AL HOMBRE **OBJETIVO:** Incentivar la pasión y emoción de los cuadros, directivos y especialista afines a la actividad económica que propicien la innovación, dimensión y autenticidad.		**Responsables**	**Controla**	**Concepción temporal**
10	Adquirir el uniforme de los trabajadores para ganar en presencia personal.	Subdirector Aseguramientos y jefe de ATM	Director general	Corto plazo
11	Garantizar la compra de insumos para mejorar la capacidad y calidad del servicio	Subdirector Aseguramientos y jefe de ATM	Director general	Corto plazo
12	Solucionar los problemas que limitan el confort de las oficinas o departamentos.	Jefe de aseguramientos y dirección	Director general	Corto plazo
13	Participación en fórum exponiendo alternativas que desarrollen la economía del deporte.	Departamento de Superación	Director general	Mediano plazo
ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN: TECNOLOGÍAS **OBJETIVO:** Contribuir al perfeccionamiento tecnológico del área económica para satisfacer las necesidades del usuario.		**Responsables**	**Controla**	**Concepción temporal**
14	Realizar convenios de colaboración con DESOF, CANEC, MFP, MEP para elevar la preparación del personal.	Jefa de recursos humanos	Director general	Corto plazo
15	Introducir el servicio de internet en función de utilizarla como una fuente de búsqueda de informaciones, actualizaciones, gacetas, leyes, procedimientos, manuales contables y financieros.	Jefe de informática.	Director general	Mediano plazo

CONCLUSIONES

- La propuesta de alternativas gerenciales para el perfeccionamiento de la gestión económica en la ESFAAR “Cerro Pelado”resultante consta de cuatro (4) alternativas que abarcan las problemáticas detectadas y dentro de ellas sus respectivas acciones facilitadoras de su cumplimiento, estas tienen declarado su responsable, controlador y la concepción temporal de cada una que permitirá su evaluación y control.
- Se valoró la propuesta de alternativas gerenciales por los especialistas económicos seleccionados y se constata que contribuirá al perfeccionamiento de la gestión económica en la ESFAAR “Cerro Pelado” por su experiencia. Se realiza además un análisis de los resultados de su implementación y este debela un comportamiento positivo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Amat, Joan (2000) Control de Gestión: Una Perspectiva de Dirección. Edit. Gestión, Barcelona, España.
2. Baluja Quintero, Milagros (2005) Alternativas gerenciales para el perfeccionamiento de la gestión deportiva en las Organizaciones Deportivas de Base. V Congreso Internacional Virtual de Educación 7-27 de Febrero de 2005. Disponible en www.cibereduca.com Consultado en febrero 2016
3. Begoña Gavilán, Nerea Guezuraga y Pedro Beitia (2008). Guía básica para la gestión económico-financiera en organizaciones no lucrativas. Documento PDF, Ediciones Berekintza. Disponible en http://www.3sbizkaia.org Consultado en diciembre 2015
4. Benítez, Miguel Ángel (1997) Contabilidad y finanzas para la formación económica de los cuadros de dirección.p.150
5. Blanco, Felipe (2007).El Control Integrado de Gestión. Madrid: Ed. APD,196p.
6. Borrego, Orlando (2007). Che, el camino del fuego. La Habana: Ed. Imagen Contemporánea, 434p.
7. Castellanos Castillo, J. R y C. A Castellanos Machado (2011). El diseño organizacional: evolución y perspectivas. *Revista electrónica Técnica*

Administrativa Vol.:10, Nro.:02, Buenos Aires. Disponible en http://www.cyta.com.ar/ta1002/v10n2a1.htmConsultado en abril 2016

8. Colectivo de autores (1999). El Perfeccionamiento Empresarial en Cuba. Editorial Félix Valera. La Habana, p.p. 6
9. Cubadebates (S/A) Informe Central al VI Congreso del Partido Comunista de Cuba (I) Disponible enhttp://www.cubadebate.cu/congreso-del-partido-comunista-de-cuba/informe-central-al-vi-congreso-del-partido-comunista-de-cuba-i/Consultado en febrero 2016
10. Discurso pronunciado el 26 de julio del 2008 en la cuidad de Santiago de Cuba. Disponible en: www.cuba.cu/gobierno/raúl discursos/index2.html

Título: Aplicación Web desarrollada para AFIDE 2017

Autor: Grethel Vizanzay Fernández.

Institución: Departamento del CINID, INDER Nivel Central, Municipio Cerro. La Habana

País: Cuba

RESUMEN

El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación de Cuba (INDER) tiene en su haber el desarrollo de las Convenciones Internacionales de La Actividad Física y Deportes (AFIDE), celebrando este año 2017 su séptima edición. Con el objetivo de contar con una herramienta digital dinámica y atractiva que permita la divulgación de toda la información del evento así como una inscripción rápida y sencilla al mismo se desarrolló el sitio web oficial para AFIDE 2017. Para su implementación se realizó un profundo análisis de los objetivos a cumplir en el contexto de los programas de I+D en el sistema Deportivo Cubano. Se establecieron 6 etapas fundamentales: planeación, desarrollo de contenidos, diseño gráfico, programación, promoción y mantenimiento. Se estableció un diseño modular y responsive (adaptativo)del sitio web, que posibilita su personalización para cualquier tipo de congreso científico y su visualización tanto desde ordenadores de escritorio como desde tabletas y móviles. Es superior a versiones anteriores en su carácter amistoso, el nivel de informatividad y exhaustividad para su estructuración, organización, interacción organizadores - participantes en tiempo real, de gran utilidad no sólo para este tipo de evento bienal sino para otros congresos científicos. Herramientas: Se utilizaron varias herramientas informáticas de actualidad y líderes en el desarrollo de aplicaciones web: el gestor de base de datos SQL Server 2012 para el tratamiento eficaz y confiable de los datos; se combinó el diseño con Adobe Photoshop CS5.1, para el tratamiento de imágenes y la plataforma de programación ASP.NET. Esta aplicación constituye una herramienta novedosa para los organizadores de La Convención AFIDE 2017 sentando las bases para eventos similares. Entre sus novedades está su diseño modular y responsive, su interacción con las principales

redes sociales relacionadas con el tema del Congreso, un módulo de inscripción en tiempo real así como un detallado análisis estadístico de este proceso, registro y consulta en base de datos de la ubicación física del hospedaje del participante acreditado, la creación de un almacén de información no documental con las ponencias presentadas para un seguimiento virtual en tiempo real del Congreso, la creación de una mascota representativa de estos eventos, AFIDITO, el enlace con el sitio web del evento Marabana 2017 así como una amplia galería de imágenes y vídeos sobre eventos AFIDE anteriores y el Deporte Cubano.

Título: Atención a la población. Vía efectiva para el desarrollo del trabajo.

Autora: M.Sc. Elda Quiñones Gómez, control@inder.cu

Coautoras: Lic. Mireisis Álvarez Antúnez

Ing. Lucila Vázquez Noa

Institución: Dirección Inspección del INDER

País: Cuba

Resumen

El trabajo consiste en utilizar un sistema donde se integren vías, procedimientos y acciones de interacción sistemática entre cuadros, funcionarios, trabajadores y población en general, dirigidas, fundamentalmente, al control, tramitación, orientación y atención de quienes acuden o se dirigen al organismo para plantear sus insatisfacciones, considerando que el pueblo es el principal protagonista de su trabajo, de ahí la importancia del sistema de atención a la población.

Se realiza un análisis del comportamiento de las quejas, denuncias, solicitudes y sugerencias llegadas al organismo en el año 2015 y 2016.

Es una valiosa fuente de información, que generalmente señala focos de problemas, dificultades, errores y por tanto se convierten, bien utilizados, en instrumentos que ayudan a transformar concepciones y métodos de trabajo para elevar la calidad de los servicios. Atendiendo a la existencia de gran cantidad de problemas objetivos, a los que se le suman los que se crean subjetivamente por la conducta en ocasiones inadecuadas de personas que no cumplen las responsabilidades que tienen asignadas para determinada función.

Palabras claves

Prevención, Control, Eficiencia, Calidad de los servicios.

Introducción

Atención a la Población se considera un sistema donde se integran de vías, procedimientos y acciones de interacción sistemática entre cuadros, funcionarios, trabajadores y población en general, dirigidas, fundamentalmente, al control, tramitación, orientación y atención de quienes acuden o se dirigen al organismo

para plantear sus insatisfacciones, considerando que el pueblo es el principal protagonista de su trabajo, de ahí la importancia del sistema de atención a la población.

La atención a la población forma parte de nuestro acontecimiento histórico, como derecho constitucional, lo que se manifiesta en la Constitución de Guáimaro, Constitución de Jimaguayú, Constitución de la Yaya, Constitución de 1940 y por último la Constitución de 1976.

Es una valiosa fuente de información, que generalmente señala focos de problemas, dificultades, errores y por tanto se convierten, bien utilizados, en instrumentos que ayudan a transformar concepciones y métodos de trabajo para elevar la calidad de los servicios. Atendiendo a la existencia de gran cantidad de problemas objetivos, a los que se le suman los que se crean subjetivamente por la conducta en ocasiones inadecuadas de personas que no cumplen las responsabilidades que tienen asignadas para determinada función.

La atención a la población debe convertirse en una actividad priorizada para los jefes, cuadros y funcionarios principales de cada institución, no puede verse como un simple trámite burocrático y lo más correcto, siempre que sea posible, tocar con las manos el problema que se plantea.

Capítulo I: Teoría y Enfoque de las Organización

1.1 Caracterización del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) se crea por la Ley 936 del 23 de febrero de 1961, asumiendo también las funciones que venía ejerciendo hasta esa fecha la Dirección General de Deportes, así como el 21 de abril de 1994, el Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros, en el Decreto Ley # 147 de la Reorganización de los Organismos de la Administración Central del Estado, en su Acuerdo Segundo ratifica que el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación es el organismo encargado de dirigir, ejecutar y controlar la aplicación de la Política del Estado y el Gobierno en cuanto a los correspondientes programas deportivos, de educación, cultura física y recreación

física, asignándosele, además, las funciones comunes a todos los Organismos de la Administración Central del Estado y de las recogidas en la Ley 936 aquellas que son particulares. Por consiguiente el INDER, por ley, asume el objeto social siguiente:

La práctica de actividades deportivas físicas y de recreación en forma masiva ha de promover una ciudadanía sana, vigorosa y de carácter firme preparada para la defensa y el progreso de la patria y con un profundo sentido de sus deberes cívicos.

El deporte, la educación y la recreación física deben practicarse como medio de expansión y solidaridad entre la población y de exaltación de los más altos valores humanos.

Misión

1. Desarrollar actividades del Deporte, la Educación Física y la Recreación, contribuyendo a la esperanza y la elevación de la calidad de vida e individual de nuestro pueblo.
2. Impulsar y promover la excelencia del Sistema Deportivo Cubano y su desarrollo sostenible, comprometido con la atención y formación integral de los deportistas y basado en la aplicación de la ciencia y la innovación tecnológica.

La estructura directiva del aparato central está integrada por un (1) Presidente, seis (6) Vicepresidentes, diecinueve (19) Direcciones y cuatro (4) Departamentos Independientes, respondiendo todos estos cargos de dirección a una estructura jerárquica establecida en el orden mencionado.

El INDER también cuenta con 9 Centros de Subordinación Nacional que forman parte del Organismo y de sus objetivos. De igual forma también con Direcciones Provinciales de Deportes en las 15 Provincias y el Municipio Especial, las cuales se subordinan metodológicamente al INDER y administrativamente a los Consejos de la Administración Provinciales.

Como parte del proceso de institucionalización del país se aprueban en el VII Congreso del Partido los Lineamientos de la Política Económica y Social con incidencia de manera directa para nuestro Organismo los Lineamientos # 131 y el

132, y de manera indirecta 54, los cuales inciden en otros procesos que desarrolla la organización.

Marco Legal Regulatorio

Para este trabajo se realizó un estudio detallado de todas las leyes y normativas que se relacionan con la presente investigación, entre las que podemos señalar:

1. La **Constitución de la República de Cuba**: Capítulo V Educación y Cultura, Capítulo VII, Artículos 63.
2. **Ley No. 936 del 23 de febrero de 1961**: Establece el encargo social por el que fue creado el INDER.
3. Resolución No. 49/2004,emitida por el INDER para el tratamiento a los casos de población
4. **Resolución No. 60 del 2011** de la Contraloría General de la República de Cuba: Establece las normas del Control Interno.
5. **Lineamientos 131, 132** directos **y 54** indirectos de organismos y organizaciones con alianzas estratégicas con el INDER
6. Objetivo 16 de la Primera Conferencia del Partido
7. Procedimiento General del INDER para la Atención a la población.

Diseño Teórico – Metodológico

La atención a la Población no era desconocida para los Directivos, ejecutivos, funcionarios y trabajadores del Sistema Deportivo, ya que desde septiembre de 1998 se estableció una oficina, donde se recepcionaba, organizaba y desarrollaban las investigaciones, sus resultados y notificación a los promoventes, así como la atención a glorias del deporte y atletas retirados. Significar que esta oficina estaba adscripta a la Dirección de Cuadros como una actividad más y aunque se desarrollaba un trabajo serio y minucioso, no se tomaban los resultados e información para su generalización y prevención ante los hechos, ni formaba parte del Sistema de Control Interno.

En el año 2011, se crea el Grupo de Inspección, Control y Atención a la Población, subordinado al Presidente del INDER.

Misión: Establecer normas y principios básicos que son de obligada observancia por directivos, funcionarios y trabajadores, en función de implementar y comprobar

de forma sistemática, el cumplimiento de los objetivos y lineamientos trazados en correspondencia con la misión y visión del organismo INDER y dentro de sus funciones:

1. Controlar y ejecutar la recepción, tramitación y respuesta de las quejas, anónimos, solicitudes, denuncias y sugerencias que se reciban.
2. Organizar el desarrollo de la investigación y sus respuestas correspondientes en un término no mayor de 60 días
3. Atención a las personas que soliciten entrevistas con Directivos para formularles quejas y peticiones de forma verbal o consultas a la oficina.
4. Establecer, controlar y consolidar la información sobre los casos y las respuestas que llegan de la Oficina de Atención Atletas, los Centros de Subordinación Provincial, Nacional y Direcciones Provinciales.
5. Dar información sistemáticamente ante directivos y órganos colegiados de dirección información estadística y análisis evaluativo sobre los casos atendidos, las causas y las soluciones ofrecidas.

A partir del 2011, se establecen los procedimientos para la atención a la población, estableciendo los pasos para llevar a cabo este proceso, desde que llega la queja hasta la notificación, al reclamante.

Situación Problémica

Aún no se alcanzan los niveles deseados en la utilización de los resultados de las investigaciones de los casos de población para impulsar niveles superiores en el cumplimiento de los diferentes procesos..

Objetivo general

Desarrollar un diagnóstico del comportamiento de los casos de población investigados en el año 2015 y el 2016 que sirvan de base para la toma de decisiones en la gestión de los directivos del Sistema Deportivo Cubano.

Población y muestra

En la presente investigación se trabajó con la totalidad de las quejas, denuncias, sugerencia y solicitudes enviadas al organismo por diferentes vías y organismo durante el año 2015 y 2016.

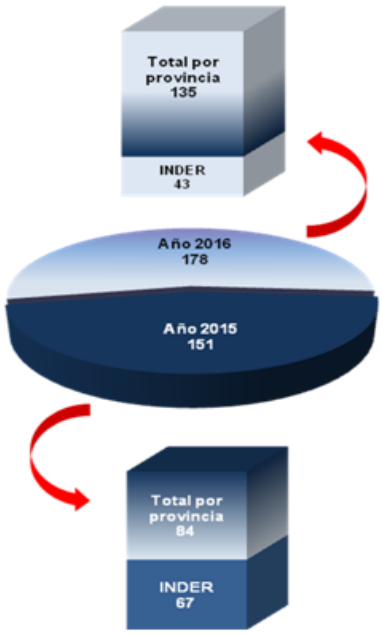
Métodos y Técnicas de investigación utilizados

Se ha considerado para realizar este estudio la recolección de datos por medio de los métodos y técnicas siguientes:

1. **Análisis – síntesis:** Este método nos permitió analizar los principales fundamentos y consideraciones relacionados con la atención a la población; se utilizó para descomponer el fenómeno o proceso que se estudia en los principales elementos que lo conforman para determinar sus particularidades y simultáneamente mediante la síntesis se integran permitiendo descubrir relaciones y características generales.
2. **Histórico – Lógico:** Permitió la búsqueda de argumentos que antecedieron al problema tratado; lo histórico, proporcionó los antecedentes, así como de la caracterización de la institución vinculada con este proceso; lo lógico, aportó el conocimiento desde un plano teórico en relación con el desarrollo, principios e indicadores.

Método Estadístico Matemático: Para el procesamiento se utilizó como métodos univariados: gráficos y tablas, así como el empleo del cálculo porcentual.

Provincias	Total de Casos Recibidos	
	Año 2015	Año 2016
Pinar del Río	2	5
Artemisa	1	6
Mayabeque	3	7
La Habana	30	31
Matanzas	9	6
Villa Clara	7	7
Cienfuegos	4	7
Ciego de Ávila	3	7
Santi Spíritus	1	2
Camagüey	4	7
Las Tunas	2	6
Holguín	5	6
Granma	3	12
Santiago de Cuba	6	10
Guantánamo	3	15
Isla de la Juventud	1	1
INDER	43	6



Capítulo II: Análisis de los resultados

Los casos según su nivel de solución se comportan de la forma siguiente:

Quejas Investigadas

Quejas	2015	111 (7 no identificadas)	111 20 Con Razón 30 Con Razón en Parte 6 Orientadas 55 Sin Razón
	2016	142	140 37 Con Razón 82 Sin Razón 21 Con Razón en parte 2 Orientadas -

Las quejas aumentaron en 31 casos, las mismas se refieren a:

1. Matrícula de las EIDE
2. Selección en los territorios para conformar el potencial de colaboración
3. Inconformidad del proceso para selección de atletas para el equipo nacional
4. Inconformidad con bajas de centros de alto rendimiento
5. Irregularidades en el pago de estimulación y ahorro de los colaboradores deportivos en Venezuela.

De las 253 investigadas, 59 resultaron Con Razón, 51 Con razón en Parte, 137 Sin Razón, 8 Orientadas

Denuncias Investigadas

Denuncias	2015	20 (10 no identificadas)	20 5 Con Razón 1 Orientada 14 Sin Razón
	2016	23 (5 no identificadas)	23 13 Sin Razón 10 Con Razón en parte

Las denuncias aumentaron en 2 casos, disminuyendo las no identificadas, las mismas se refieren a:

1. Actuación de Entrenadores, Comisionados y Directivos
2. Irregularidades en el funcionamiento de las escuelas deportivas
3. No atención a las quejas enviadas a los territorios
4. Atención a las glorias del deporte

5. Funcionamiento de las asociaciones

De las 43 investigadas, 5 resultaron Con Razón, 10 Con razón en Parte, 27 Sin Razón, 1 Orientad

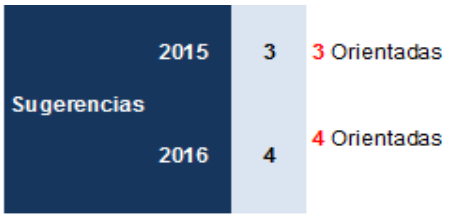
Solicitudes Investigadas

Las solicitudes disminuyeron en 7 casos, las mismas se refieren a:

1. Beneficio salarial de glorias deportivas
2. Otorgamiento de Autos
3. Legalización de vivienda
4. Reposición de auto

De las 15 investigadas, 1 Con razón en Parte, 5 Sin Razón, 19 Orientadas.

Sugerencias tramitadas



Las sugerencias aumentaron en 1 caso, las mismas se refieren a:

1. Aportes al Béisbol
2. Con relación a Ciencia y Técnica
3. Del trabajo de la Comisión y Federación de Atletismo
4. Para el funcionamiento de la caza deportiva

2.1 Resultados del análisis comparativo 2015:/2016

Las investigaciones arrojan que las principales causas están centradas en:

1. No aplicación de los procedimientos establecidos
2. Desconocimiento por padres y estudiantes del reglamento escolar
3. Falta de información y comunicación en los diferentes niveles de dirección
4. Desconocimiento de leyes y resoluciones

5. Negligencia en el cumplimiento de las funciones y atribuciones inherente al cargo
6. Descontrol administrativo de directivos y funcionarios
7. Atribuciones ajenas a su cargo.

Los resultados de las investigaciones son analizado en primer lugar en el seno del colectivo laboral del centro que genera la inquietud, así como en el Comité de Prevención y Control, el Consejo de Dirección y en preparaciones de cuadros y reservas, con el objetivo de socializar las irregularidades y prevenir que los hechos se repitan, lo que posibilita actualizar el plan de prevención de riesgos y valorar con mayor profundidad la aplicación de la guía de autocontrol

Conclusiones

Teniendo en cuenta las reflexiones teóricas y empíricas, realizadas a partir de un conjunto de métodos y técnicas aplicadas dentro del proceso de investigación se arribaron a la siguiente conclusión:

El estudio realizado determinó que existen dificultades en el funcionamiento de algunos procesos, que a través de las inquietudes de la población, nos dan herramientas para minimizar nuestras debilidades, enfrentar las amenazas, aprovechar las oportunidades e Incrementar las fortalezas, para continuar brindando un servicio de calidad, que nos conduzca a la excelencia en el Sistema Deportivo Cubano, con la conciencia que siempre habrá procesos que mejorar.

Bibliografía

1. Asamblea Nacional del Poder Popular, www.parlamentocubano.cu.
2. Castro Ruz, Fidel (1974). Discurso pronunciado en el XXI Aniversario del Ataque al Cuartel Moncada, Matanzas, el 26 de julio.
3. Castro Ruz, Raúl (2011), Intervención en el Tercer Pleno del Comité Central del Partido Comunista de Cuba, el 22 diciembre
4. Constitución de la República de Cuba. (1976). Ley Fundamental de la República de Cuba.
5. Cubainformación, (2016) Atención a las quejas y peticiones de la población en Cuba: un derecho, no una opción, Viernes 26 agosto. www.cubainformacion.tv.
6. EcuRed, Enciclopedia Cubana, www.ecured.cu

7. INDER (2015-2016), Informe de Balance del Sistema Deportivo Cubano.
8. Lineamientos de la política Económica y Social del Partido.(201)18 de abril
9. Normas de Control Interno Resolución 60/2011, de la Contraloría General de la República
10. Santiesteban Blanco **Angela** (2016) La Atención a la Población: Un derecho constitucional, Artículo del Sierra Maestra, 12 de marzo.

Título: Diagnóstico del clima organizacional en la Escuela Nacional de Boxeo "Holvein Quesada Rodríguez": plan de acción para su mejoramiento.

Autor: M.Sc. Rodolfo Yovanny Pérez Céspedes, rodopc@inder.cu

Institución: Escuela Nacional de Boxeo "Holveín Quesada Rodríguez"

País: Cuba

RESUMEN

El clima organizacional es un filtro por el cual pasan los fenómenos objetivos (estructura, liderazgo, toma de decisiones), por lo tanto, evaluando el clima organizacional se mide la forma como es percibida la organización. Las características del sistema organizacional generan un determinado clima organizacional. Este repercute sobre las motivaciones de los miembros de la organización y sobre su correspondiente comportamiento. Este comportamiento tiene obviamente una gran variedad de consecuencias para la organización como, por ejemplo, productividad, satisfacción, rotación, adaptación, etc.

En el presente trabajo se aborda como problemática fundamental la necesidad de realizar un estudio del Clima organizacional de la Escuela Nacional de Boxeo "Holveín Quesada Rodríguez" y su influencia en los resultados deportivos, para proponer un plan de acción para su transformación. Por tal motivo la investigación estuvo dirigida a elaborar dicho estudio, partiendo de los principales resultados que se obtuvieron con los métodos aplicados. El estudio diagnóstico permitió conformar el resultado principal para dar respuesta al problema definido.

Las conclusiones y recomendaciones apuntan hacia propuestas que resultarían valiosas de ser tomadas en cuenta, dada la importancia cada vez más elevada de perfeccionar y lograr los resultados administrativos, organizacionales y deportivos esperados.

INTRODUCCIÓN

Desde una perspectiva histórica, la Escuela Cubana de Boxeo, se inscribe en el sistema deportivo cubano, la cual es producto de los esfuerzos del Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER), creado el 23 de

febrero de 1961, con un carácter popular y masivo, quedando eliminado para siempre el oprobioso y humillante boxeo profesional.

En este sentido, el Dr. Alcides Sagarra Carón señala, que en el año 1963 ingresó como Jefe de Entrenadores del Equipo Nacional de Boxeo. En ese período, nuestro país comienza a recibir asesoría de la Escuela de Boxeo Europea, primero de Alemania, URSS, Bulgaria, etc. A partir de ese momento se destacan los entrenadores Evgueni Ogurenkov, Andrei Cherbonenko y Vasili Romanov, así como el germano occidental Kurt Rosentil, entre otros, de quienes se obtuvieron fundamentos muy importantes acerca de la planificación y dirección en la preparación del boxeador.

El Clima organizacional el deporte de alta Competencia se impone como tendencia en los equipos nacionales de alto rendimiento a nivel nacional. El diagnóstico de nuestros propios equipos es el paso primario para realizar el análisis comparativo en relación a los adversarios.

Los atletas, entrenadores y licenciados en general, en Alto Rendimiento Deportivo deben conocer los elementos básicos en materia de Clima organizacional en las entidades deportivas, a los efectos de poder coordinar sus iniciativas, propuestas y responsabilidades específicas en el contexto general de la organización en que se desempeñan o en la cual pretenden insertarse.

La Escuela Nacional de Boxeo se funda el 19 de abril de 1964, representa una institución formadora que planifica y dirige el proceso instructivo-educativo, en el cual prevalecen los valores revolucionarios como sentido del crecimiento personal y deportivo en su población de atletas. Al mismo tiempo, debemos destacar, el estilo creativo del Dr. Alcides Sagarra Carón, quien durante 36 años, desde las esquinas, en los cuadriláteros nacionales e internacionales supo orientar y descubrir en cada deportista, como conducir sus esfuerzos físicos y psicológicos para despejar las incertidumbres en los combates, como la altísima pedagogía que demanda esta actividad y que su persona supo de instruir en los demás entrenadores del país, como otro resultado formativo de la Escuela Nacional de Boxeo, que encontró por todos estos años el primer lugar en cada cita deportiva.

La Escuela Nacional de Boxeo, posee como resultados deportivos que la

distinguen en 52 años de creada: 37 Campeones Olímpicos, 71 Campeones Mundiales Categoría Mayores y Más de 60 Titulares Mundiales Juveniles.

También forman parte del perfeccionamiento científico pedagógico de la Escuela Cubana de Boxeo, las experiencias del boxeo americano. Desde su introducción en 1910, un grupo de promotores formados en esta escuela, desarrollaron importantes prácticas en varios gimnasios, de donde surgieron numerosos boxeadores, como el destaca Eligio Sardiñas, alias Kid Chocolate, entre otros, quienes fueron llamados en el año 1961 por la Dirección Nacional del Deporte Educación Física y Recreación para llevar adelantes las tareas deportivas con un carácter popular y participativo. En aquel momento, estos entrenadores recibieron un grupo importantes de cursos y a la misma vez, impartieron sus conocimientos, que sirvieron para reconstruir las teorías y las prácticas.

Esto permitió reformar los nuevos estilos o patrones técnicos que correspondían con la idiosincrasia del boxeador cubano, estableciéndose argumentos que sustentaron la organización horizontal y vertical en la preparación y control multilateral del boxeador cubano que se venía conformando.

Al mismo tiempo, debemos destacar el beneficio de todas las instituciones educacionales y productivas del país, y en especial, las orientaciones del Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, fiel seguidor de los resultados del boxeo, así como de todos los entrenadores, médicos, psicólogos, técnicos y personal de apoyo, que en los diferentes períodos de desarrollo de la Escuela Cubana de Boxeo dieron sus conocimientos y esfuerzos por elevar el prestigio nacional e internacional de nuestra naciente escuela de avanzada.

En tal sentido, la Escuela Nacional de Boxeo, no se detiene, sino que en la actualidad reajusta su organización, a través de su Consejo de Dirección, teniendo como misión garantizar la formación integral de los atletas que contribuyan a conformar los resultados deportivos, demostrando la excelencia del modelo deportivo revolucionario, contando para ello con un potencial humano de alto nivel político ideológico, científico y ético.

En el 2002, el INDER comienza a introducir cambios necesarios en los otrora centros de entrenamientos a una nueva concepción de Escuelas Superiores de

Formación de Atletas de Alto Rendimiento que por consiguiente traería aparejado un cambio en las estructuras y sistemas de trabajo de las mismas. Se crean entonces las Escuelas Nacionales Deportivas por Resolución 44 del 2008 de la ESFAAR “Cerro Pelado”, como un sistema escuelas del cual es parte la Escuela Nacional de Boxeo “Holveín Quesada Rodríguez”.

Este estudio aborda una temática que resulta de vital importancia por constituir el primer intento de abordarlo en Boxeo, buque insignia del movimiento deportivo cubano. A partir de observaciones realizadas, entrevistas y la experiencia del autor con más de 15 años como cuadro de dirección en la esfera del Deporte y dos años desempeñándose como director de la Escuela Nacional de Boxeo ha permitido arribar a las siguientes insuficiencias que se presentan en la organización de este centro:

- ✓ Insuficiencias en las relaciones interpersonales entre los trabajadores
- ✓ No existe un adecuado uso de la comunicación efectiva
- ✓ No se explotan todos los elementos contenidos dentro del clima organizacional y su influencia en función de los resultados esperados
- ✓ Desconocimiento por parte de los trabajadores, entrenadores, atletas y directivos de los elementos del clima organizacional

Por tales razones se ha propuesto el siguiente **Problema científico*:*** ¿Cómo contribuir al mejoramiento del clima organizacional en la Escuela Nacional de Boxeo “Holveín Quesada Rodríguez”?

Objetivo general: Elaborar un plan de acciones para el mejoramiento del clima organizacional en la Escuela Nacional de Boxeo “Holveín Quesada Rodríguez”.

DESARROLLO

El presente trabajo es resultado de una investigación científica y en ella se asume a la Escuela Nacional de Boxeo como una Organización. En ella el boxeo, como deporte olímpico, está comprometido desde su objeto social a planificar, organizar, dirigir, instrumentar, controlar y compulsar un adecuado clima organizacional que esté en correspondencia con las estrategias organizacionales sobre la base del desarrollo de su capital humano y en particular el segmento referido a la formación integral, preparación y entrenamiento de los atletas y

personal técnico a cargo, para obtener los mejores resultados en las competencias en las que participan tanto en el ámbito Nacional, Mundial u Olímpico, sustentada en la definición de Clima organizacional aportada por diferentes autores:

Varias son las definiciones sobre Clima Organizacional, las que responden al momento histórico, al desarrollo de la cultura, y de las ciencias, en esta obra se hace el análisis desde una posición dialéctica materialista, por lo que se reconoce el carácter concreto y social del objeto, sus antecedentes, sistema de relaciones, proyección y adecuación a la realidad objetiva.

El Climaes un conjunto de emociones predominantes que reflejan la coyuntura de una sociedad. Desde una perspectiva más subjetiva, podemos hablar de un campo de sentimientos que es percibido por los individuos pero que existe aparte del individuo. Este campo -o este conjunto de emociones predominantes- existe en una sociedad en un determinado momento de su historia y se puede incluso considerar como un elemento que define un periodo histórico[15].

Considerando que Clima no es más que las circunstancias que ocurren en un entorno y que caracterizan a una región o situación que determinan en gran medida el accionar cotidiano de los seres que la perciben y que conviven en dicho ambiente y que organización es una asociación de personas, regulada por un conjunto de normas en función de determinados fines para la consecución de un tipo particular de meta, el logro de este implica a la vez, el desarrollo de una función a favor de un sistema más complejo, la sociedad; nos permitimos conceptualizar en torno a ¿qué es Clima Organizacional?

A continuación se hace referencia a algunas de las mismas, las que se convierten en necesarios referentes y criterios compartidos sobre los que se fundamenta la obra.

Existen tres tipos de definiciones sobre el C.O: un primer grupo que se basa en las características meramente objetivas y estructurales de las empresas (Glick, 1985, 1995); una segunda vertiente que se interesa sólo por el aspecto psicológico del individuo (Jones y James, 1979; Halpin y Crofts, 1963); y finalmente una tercera corriente – que es la que se adopta en este estudio – la

cual se preocupa de la percepción que el trabajador tiene tanto de la estructura como de los procesos que ocurren en su ambiente de trabajo (Hall, 1996;

Robbins, S (1999) asevera que es la percepción por el cual los individuos organizan e interpretan sus impresiones sensoriales a fin de darle un significado a su ambiente. Es decir, la forma en que seleccionamos, organizamos e interpretamos la entrada sensorial para lograr la comprensión de nuestro entorno[1].

Mellado, C (2012) refiere que es una cualidad relativamente permanente del ambiente interno, experimentada por los miembros del grupo de una organización que influyen en su conducta y que se pueden describir en funciones o en valores de un conjunto particular de características de la organización que influyen en el comportamiento de las personas en el trabajo[2].

Palma, R (2004) lo enfoca como la percepción del trabajador con respecto a el ambiente laboral que le rodea, en función de aspectos vinculados entre sí en condiciones que faciliten su tarea en la organización. Tales como: la realización personal, involucramiento con la tarea asignada, supervisión que recibe, acceso a la información relacionada con su trabajo en coordinación con sus compañeros etc.[3]

Tras analizar las diferentes definiciones el autor considera que los referentes teóricos coinciden en que el C.O son las percepciones de los individuos del ambiente físico laboral, las mismas surgen a partir de las evaluaciones realizadas del conjunto de interrelaciones originadas en la organización y que tienen una gran influencia en los comportamientos de dichos individuos.

Al tener en cuenta lo anterior se puede afirmar que más allá de identificarse con alguna de las definiciones lo primordial está en no dejar de tener en cuenta los aspectos coincidentes en las mismas y es aquí donde está la esencia. Se puede concluir que, la forma de comportarse un individuo en el trabajo no depende solamente de sus características personales sino también de la forma en que

---

[1]Robbins, S., "Comportamiento Organizacional", Ed. Prentice Hall, México, 2004

[2]Mellado Ruiz, C. (2012) Clima Organizacional y Liderazgo en la pequeña empresa: estudio exploratorio, análisis y comparación de dos casos en España y Chile. Salamanca, Ediciones Universidad Pontificia de Salamanca. 57-63 p

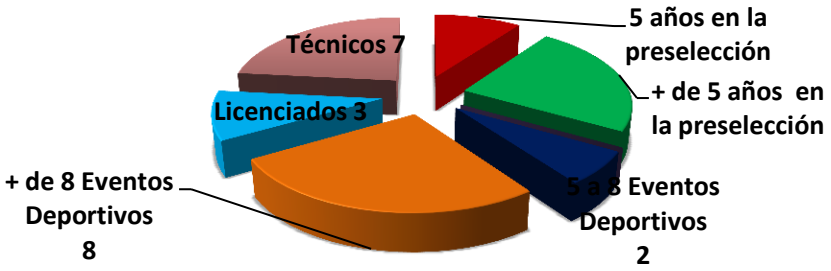
[3] Palma, Ricardo (2004) *El Clima organizacional una nueva herramienta gerencial* México DF. Editorial Fondo de Cultura Económica

éste percibe su clima de trabajo y los componentes de su organización, por ende la determinación del que impera se complejiza en algunas entidades como es el caso del sector deportivo.

Metodología utilizada

La investigación se llevó a cabo en la Escuela Nacional de Boxeo “Holveín Quesada Rodríguez”. En la misma se cuenta con una población de 5 especialistas, 9 entrenadores y 35 atletas del Equipo Nacional de Boxeo, así como con los 11 directivos, que constituyen la totalidad de dicha escuela.

Para el estudio se toma como muestra los 5 especialistas de la Escuela, para un 100%. De los 9 entrenadores se trabajó con 6 ya que 3 de ellos no se encontraban en el país en el momento de la aplicación de los instrumentos, estos entrenadores se encontraban en las Olimpiadas de Río de Janeiro 2016, para un 66,7% del total y de la población de atletas se trabajó con 10 de ellos que representa el 27,8%. Esta selección se realizó teniendo en cuenta las siguientes características:Mejores resultados deportivos, Mayor cantidad de años en la preselección nacional, Asistencia a mayor número de eventos, Mayor nivel de escolaridad



Se utilizaron métodos teórico y empírico que permitieron realizar las debidas indagaciones en torno al objeto de estudio y diagnosticar el clima organizacional en la Escuela Nacional de Boxeo y concretar de esta forma el plan de acciones. Entre los métodos se encuentran:

Análisis y síntesis: Para analizar los principales fundamentos y consideraciones relacionados con el clima organizacional; se utilizó para descomponer el fenómeno o proceso que se estudia en los principales elementos que lo conforman para determinar sus particularidades y simultáneamente mediante la síntesis se integran permitiendo descubrir relaciones y características generales.

Inducción-deducción: Posibilitó, estructurar los cuestionarios y guías y además, realizar inferencias a partir de los datos obtenidos, lo que permitió llegar a las principales conclusiones que se presentan.

Encuesta: Aplicada a los 10 atletas de la preselección Nacional de Boxeo, a los 6 entrenadores de la misma y a los 5 especialistas, con la finalidad de poder concretar el diagnóstico del clima organizacional para su estudio y conocer sus criterios sobre el estado actual de este en la Escuela Nacional de Boxeo "Holveín Quesada Rodríguez".

Entrevista: Realizada a los 11 directivos de la Escuela Nacional de Boxeo "Holveín Quesada Rodríguez". Este instrumento estuvo dirigido a conocer sobre aspectos que caracterizan el clima organizacional y que contribuirán a elaborar el plan de acciones que se propone.

Triangulación metodológica: Se realizó cruzando las informaciones coincidentes que arrojaron los instrumentos empíricos aplicados, para obtener con mejor precisión y de forma eficiente los resultados para elaborar la propuesta y concretar el estudio diagnóstico.

Estadístico-matemático: Se utilizó la descripción empírica de frecuencia

Propuesta de un Plan de acciones para el mejoramiento del clima organizacional de la Escuela Nacional de Boxeo "Holveín Quesada Rodríguez"

Un plan de Acción puede definirse como un enfoque objetivo y sistemático para la toma de decisiones en una organización. Plantea Ferrer, David (2010) que un plan de acción es una herramienta que permite a las organizaciones prepararse para enfrentar las situaciones que se presentan en el futuro, ayudando con ello a orientar sus esfuerzos hacia metas realistas de desempeño, por lo cual es necesario conocer y aplicar los elementos que intervienen en el proceso de planeación[4].

[4]Ferrer David (2010) Conceptos fundamentales sobre la organización. México: Trillas

Para obtener lo mejor de las tecnologías del plan de acción según plantea Solano, J (2009), es necesario[5]:

- ✓ Presencia y compromiso de todo el equipo directivo con el proceso.
- ✓ Convocar a todo el personal para que suministre la información.
- ✓ Obtener la participación y el compromiso de toda la gente, informando suficientemente.
- ✓ Emplear las herramientas necesarias que posibiliten disponer del máximo posible de alternativas (cursos de acción).
- ✓ Los miembros del equipo de dirección deben poseer habilidades para cooperar en trabajo grupal.
- ✓ En caso necesario, disponer de un experto en el proceso para orientar eficientemente el trabajo de los implicados.

El autor de la presente investigación, puede aseverar entonces, que el plan de acción es un proceso que se inicia con el establecimiento de metas organizacionales, define estrategias y políticas para lograr estas metas, y desarrolla planes detallados para asegurar la implantación de las estrategias y así obtener los fines buscados. También es un proceso para decidir de antemano qué tipo de esfuerzos de planeación debe hacerse, cuándo y cómo debe realizarse, quién lo llevará a cabo, y qué se hará con los resultados. Este plan, no es sólo una herramienta clave para el directivo implica, necesariamente, un proceso inter-activo de arriba abajo y de abajo arriba en la organización; la dirección general marca metas generales para la organización (apoyada en la información de mercados recibida, con seguridad, de las unidades inferiores) y establece prioridades; las unidades inferiores determinan planes y presupuestos para el período siguiente; esos presupuestos son consolidados y corregidos por las unidades superiores, que vuelven a enviarlos hacia abajo, donde son nuevamente retocados, etc.

El plan de acción que se elabora en su estructura está compuesto por: Número de acción, Acción, Ejecutor, Responsable y Periodo de cumplimiento

---

[5] Solano, J (2009)Diseño y validación de un plan de acción para una organización deportiva que avanza. Revista Latinoamericana de psicología ocupacional vol. 11 Nº. 1 y 2, pág. 150

Es un plan que está dirigido por las acciones que en su desarrollo tiene unmomento coherente, está enfocado a los objetivos de la Escuela Nacional de Boxeo, de manera que sirva de retroalimentación para el proceso de gestión deportiva de la misma y contribuya al mejoramiento de su clima organizacional. Este plan debe proporcionar además a la dirección de la escuela una guía para el desarrollo de planes para cada una de las áreas de la Escuela Nacional de Boxeo "Holveín Quesada Rodríguez" y desarrollar así objetivos, estrategias y programas adecuados a las metas.

Nº	Acciones	Ejecuta	Responsable	Fecha de cumplimiento
1	Realización de estudios de Clima Laboral al menos una vez al año.	Técnica de Recursos Humanos	Director	Mediano plazo
2	Desarrollo de una estrategia que permita mejorar las condiciones de seguridad e higiene del trabajo.	Técnica de Recursos Humanos	Director	Mediano plazo
3	Desarrollo de estrategias que mejoren las condiciones de trabajo.	Subdirector	Director	Corto plazo
4	Creación de un mecanismo que garantice el cumplimiento de cursos planificados y aprobados.	Técnica de Recursos Humanos	Director	Mediano plazo
5	Implementación de un Sistema de estimulación moral sistemático donde se reconozca la actitud y el esfuerzo realizado por los trabajadores en el cumplimiento de los objetivos de la organización.	Subdirector	Director	Corto plazo
6	Realización de charlas o brindar conferencias al colectivo laboral	Técnica de Recursos	Director	Corto plazo

	explicando la importancia de su participación en el diseño de los objetivos de trabajo.	Humanos y el Director		
7	Creación de un espacio para discutir los criterios y opiniones de los trabajadores del centro y que se les dé respuesta a sus inquietudes.	Secretario de la CTC	Director	Corto plazo
8	Implementación de un programa de capacitación que incluya fundamentalmente cursos de comunicación y liderazgo para garantizar el mejor desempeño de los jefes.	Técnica de Recursos Humanos	Director	Mediano plazo
9	Incrementar el flujo de información entre las áreas de trabajo, y así fortalecer el uso de algunos canales de comunicación como: la intranet, el buzón de quejas y sugerencias, etc.	Técnica de Recursos Humanos	Director	Corto plazo
10	Revisión de la forma en que se atienden las quejas y reclamaciones de los trabajadores.	Subdirector	Director	Corto plazo
11	Fomentar la formación y desarrollo del personal, atendiendo a las necesidades propias de la Escuela Nacional de Boxeo	Jefa de Cátedra de Formación Integral	Director	Corto plazo

En resumen luego de haber realizado el análisis de los principales problemas que afectan el Clima Organizacional de la Escuela Nacional de Boxeo “Holveín Quesada Rodríguez”, se confeccionó un Plan de Acción a través del cual se

pretende lograr un mejoramiento progresivo del Clima Organizacional. Lo que constituye una herramienta de trabajo que pueden utilizar para solucionar algunos problemas que se puedan presentar en este momento y en el futuro, pues es un conocimiento adquirido para el trabajo diario de la misma.

Beneficio económico-social

El plan de acción que se propone, aporta ahorro de recursos y ventajas al capital humano, y está encaminado fundamentalmente al incremento de la satisfacción de los trabajadores y esto a la vez se traduce en una mejor comprensión y atención de las necesidades de los atletas en formación y al logro de los resultados deportivos y administrativos, que se esperan de este deporte, la Organización y del Movimiento Deportivo Cubano.

CONCLUSIONES

1. Los fundamentos teóricos abordados sobre el Clima Organizacional proporcionaron el sustento necesario para poder identificar deficiencias en torno al objeto de estudio, quedando evidenciada la existencia de lagunas sobre la importancia e influencia de este proceso como herramienta gerencial, que permitan lograr mejores resultados deportivos y la necesidad de crear entornos donde se favorezca y garantice el buen desempeño profesional.
2. El proceso de Clima Organizacional en la Escuela Nacional de Boxeo “Holveín Quesada Rodríguez”, se caracteriza por no contar con todos los recursos necesarios. Los especialistas, entrenadores y atletas en general no dominan al máximo las ventajas que pueden obtener de aplicarse este proceso aunque todos se encuentran consciente de que el buen estado del mismo contribuye a la optimización de los resultados en el boxeo.
3. El plan de acción propuesto, constituye una herramienta de vital importancia para ayudar a la gerencia de la Escuela Nacional de Boxeo de Cuba a optimizar los resultados de entrenamiento y de competición, ya que se realizó sobre la base de las necesidades reales que tiene la misma. Esta propuesta puede convertirse en una guía para la implementación de este proceso en la Escuela.

RECOMENDACIONES

- Generalizar el plan de acción propuesto a otras escuelas pertenecientes a la ESFAAR Cerro Pelado, a los efectos de continuar perfeccionándola.
- Continuar realizando investigaciones que aborden otras aristas no contempladas en este estudio.
- Irradiar por diferentes vías los resultados obtenidos en este estudio y efectuar publicaciones que puedan ser objeto de análisis y valoración.

BIBLIOGRAFÍA

1. Brunet, L. (2007) El clima de trabajo en las organizaciones. México, Editorial Trillas. 100-115 p
2. Caballero Perdomo, Jorge Luis (2008). El Clima Organizacional y la Satisfacción Laboral en la UEB Boyeros de la Empresa FICAV. Tesis presentada en opción al título de máster en ciencias.
3. Chiavenato, I. (2007). Administración de Recursos Humanos, Editorial Mc Graw-Hill. Nueva York
4. Ferrer David (2010) Conceptos fundamentales sobre la organización. México: Trillas
5. Gonçalves, Andrés. (1997) Clima organizacional. Consultado16 de enero de 2015. Disponible en: http://www.phpartners.com/articulos/download.asp
6. Hernández Valdés, F (2010) “Propuesta de indicadores para perfeccionar el Clima Organizacional en los equipos nacionales de los Deportes de Colectivos que compiten en salas de las ESFAAR Cerro Pelado”. Tesis en Opción del Título de Máster en Administración y Gestión en la Cultura Física y el Deporte. UCCFD “Manuel Fajardo”
7. Herrada, A. (2006) Pasado, presente y futuro de la medición del clima organizacional en el Grupo de Empresas Carvajal S.A. Conferencia presentada en el I Simposio Colombiano sobre Clima Organizacional. Bogotá 1 al 7de mayo de2006
8. Herrera Ramos, M (2011) Diagnóstico del clima organizacional. Tesis de diploma para alcanzar el título de Licenciatura en Economía. La Habana.

9. Ivarez, G. (2012) El constructor “clima organizacional”. Concepto, teoría investigaciones y resultados relevantes. 7(1-2). *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional.*
10. Mellado Ruiz, C. (2012) Clima Organizacional y Liderazgo en la pequeña empresa: estudio exploratorio, análisis y comparación de dos casos en España y Chile. Salamanca, Ediciones Universidad Pontificia de Salamanca. 57-63 p.
11. Palma, Ricardo (2004) El Clima organizacional una nueva herramienta gerencial México DF. Editorial Fondo de Cultura Económica
12. Solano, J (2009) Diseño y validación de un plan de acción para una organización deportiva que avanza. Revista Latinoamericana de psicología ocupacional vol. 11 Nº. 1 y 2, pág. 150
13. Robbins, S., (2004) “Comportamiento Organizacional”, Ed. Prentice Hall, México

Título: Dirigir: una habilidad a desarrollar en el estudiante de Cultura Física. Propuesta de un sistema de tareas docentes.

Autores: M.Sc. Tania I. Hernández Echevarría, the@inder.cu. Profesora Auxiliar

Dr. C. Omar Paulas González ompaulas@inder.cu. Profesor Consultante

Dr. C. Ana María Morales Ferrer, amora@inder.cu. Profesora Titular

José Manuel de la Torre Díaz. Estudiante

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo".

País: Cuba

RESUMEN

El paradigma que identifica hoy a la Universidad Cubana, es dotar a la sociedad de un profesional formado de manera integral, profesionalmente competente (conocimientos, habilidades y valores), para aceptar los retos de la sociedad moderna y con una amplia formación humanística. El modelo de formación de un profesional de la Educación Universitaria Cubana, debe caracterizarse por el desarrollo de cualidades que les posibiliten resolver con independencia y creatividad, los problemas más generales y comunes que se presentan en su profesión.

El egresado de cualquier carrera universitaria debe ser capaz de solucionar los problemas que se encuentran en su práctica cotidiana, de organizar e interpretar la información necesaria y de utilizar los métodos de la ciencia para resolver dichos problemas. La formación de un profesional competente es una necesidad del mundo contemporáneo para que pueda responder a las exigencias sociales y esté a la altura del desarrollo científico-técnico de su época. El Sistema de Tareas Docentes, es una vía para organizar la actividad cognoscitiva de forma independiente en la Educación Superior.

Palabras Claves: dirigir, habilidad, tarea docente, sistema

INTRODUCCIÓN

Las definiciones de tareas docentes han sido abordadas por disimiles autores (Elkonin D.B., 1983; Álvarez C, 1994; Labarrere A., 1996; Zaldívar M.E. y Mayo I., 2013; Del Valle M., 2016; entre otros), en torno a la conceptualización, clasificación y estructura, por citar algunos aspectos. Sin embargo quedan cuestiones por dilucidar.

Del Valle, M (2016) aporta además que la tarea docente debe posibilitar el desarrollo de la independencia, la participación activa del alumno y el uso de estrategias esenciales en la solución de problemas y asume la definición aportada por Álvarez de Zaya, C, quien considera que:

> "… la tarea docente constituye la célula fundamental del proceso de enseñanza–aprendizaje y es la acción del profesor y los estudiantes dentro del proceso, que se realiza en ciertas circunstancias pedagógicas, con el fin de alcanzar un objetivo de carácter elemental, de resolver el problema planteado a estudiar por el profesor". (Álvarez de Zaya, C 1999: 71)

En consonancia con Álvarez de Zaya, C, Gutiérrez Moreno, R. (2001) expresa que:

> "… la tarea docente es la célula básica del aprendizaje, componente esencial de la actividad cognoscitiva, portadora de las acciones y operaciones que propician la instrumentación del método y el uso de los medios con fines predeterminados, sirve para provocar el movimiento del contenido y alcanzar el objetivo y se realiza en un tiempo previsto".

La autora de esta investigación asumirá como definición de tarea docente las dadas por Álvarez de Zaya, C y Gutiérrez Moreno, R pues en ellas queda expresado cómo la tarea docente se realiza dentro del proceso de enseñanza aprendizaje y constituye el eslabón más elemental y la importancia de esta para resolver problemas, ya que con su realización, se resuelve la contradicción entre

lo conocido y lo desconocido por el estudiante. Este proceso se puede desarrollar de tarea docente en tarea docente, hasta que se alcance el objetivo, hasta que el estudiante se comporte del modo esperado. De esta forma el proceso referido en la Educación Superior se manifiesta por un sistema sucesivo de tareas docentes, que se desarrollan desde la primera actividad docente hasta el trabajo de diploma, a fin de alcanzar el objetivo propuesto. Comparte además lo expresado por Zaldívar, M. E. y Mayo, I. (2013: 7) sobre las funciones que debe cumplir la tarea docente para el logro de los objetivos, estas son:

- ✓ **Informativa / comunicativa:** cada tarea ha de concebirse para brindar información y propiciar la comunicación, tanto de la asignatura en cuestión, como de aquellos aspectos que contribuyen a la concepción científica del mundo, el incremento del nivel cultural, estético, político, ideológico, para la cual resulta indispensable el cumplimiento del principio de accesibilidad.
- ✓ **Formativa / desarrolladora:** cada tarea docente en la misma medida que instruye, ha de formar y desarrollar en las nuevas generaciones consecuencias ideológicas, culturales, medio ambientales, entre otras; que generan un modo de actuación productivo, de búsqueda heurística y creativa (investigación) por lo cual se hace más sustancial el aprendizaje escolar, y se prepara así al estudiante para su incorporación social.
- ✓ **Consolidadora:** ya que las tareas docentes han de garantizar y asegurar la asimilación sólida, constante y duradera de los conocimientos, el desarrollo de hábitos y habilidades, así como la formación de convicciones. En tal sentido la consolidación puede dividirse atendiendo a la forma que adopte en:
- ✓ **Sistematizadora:** ya que resulta una premisa y condición indispensable de sistematización de conocimientos adquiridos para un aprendizaje efectivo no solo de la asignatura sino de aquello que el alumno ha aprendido con otras asignaturas escolares o en su práctica social, aspecto de notable importancia, ya que a la vez se garantiza la obtención de los conocimientos básicos de las ciencias, se ofrece al estudiante una visión integral del mundo.
- ✓ **Ejercitadora:** es la forma de consolidación que consiste en la ejecución repetida, intensiva y regular de actividades en forma y contexto variado con el

objetivo de desarrollar capacidades, habilidades y hábitos hasta alcanzar el grado de perfección en la ejecución.

- ✓ **Profundizadora:** es la forma de consolidación que se realiza mediante el planteamiento de cuestionamientos o situaciones cognoscitivas esenciales, teorías, conceptos, leyes, etcétera, con el objetivo de adquirir conocimientos más profundos con situaciones análogas al utilizarse por esta función la contraposición de estos conocimientos de partida con otras definiciones existentes.
- ✓ **Aplicadora:** es la forma de consolidación que permite la utilización de los conocimientos, habilidades y hábitos eficientemente en la esfera práctica y en situaciones nuevas o desconocidas por el sujeto.
- ✓ **Interdisciplinaria:** las tareas docentes han de propiciar la vinculación entre las diferentes asignaturas al aceptarse que no existe disciplina aislada, las separamos por razones académicas, pero es antiacadémico omitir los nexos que las ligan y armonizan, Vitier, V. (1996: 50); por tal razón y al atender al aspecto con el que se establece la relación puede ser subdividida en: interna (interdisciplinaria) o externa (extradisciplinaria o transdisciplinaria).

Las tareas docentes se elaboran partiendo de los resultados del diagnóstico, el contexto donde se van a utilizar, a partir de los objetivos, así como teniendo presente los distintos niveles de desempeño cognitivo en que deben basarse. Es por ello que la tarea docente debe orientar al alumno hacia lo que debe hacer de la manera más racional y reflexiva posible, que él sienta que está implicado en un proceso que lo guía, que lo hace crecerse ante la mirada de los demás, que se siente necesario para sus compañeros del grupo o de la comunidad. En la tarea docente, condicionado por el nivel de los estudiantes, ya sea de forma colectiva o individual, está presente un objetivo, un conocimiento, una habilidad a desarrollar o perfeccionar, un valor a fortalecer, el método de la tarea, el modo en que cada estudiante lleva a cabo la acción para apropiarse del contenido. Por lo que durante el desarrollo de la tarea docente el proceso de enseñanza-aprendizaje se personifica, el sujeto fundamental es cada estudiante en correspondencia con sus necesidades y motivaciones.

Álvarez de Zayas C. (1999) declara además la necesidad de emplear sistemas de tareas docentes para el logro de los objetivos. Al respecto expresa que:

> "La ejecución de una tarea no garantiza el dominio por el estudiante de una nueva habilidad; el sistema de tareas sí. El objetivo se alcanza mediante el cumplimiento del sistema de tareas".

También llama la atención sobre la presencia de procedimientos generalizados para la solución, no solo de tareas docentes aisladas sino del sistema.

> "No es que una tarea docente forme una operación y otra tarea una segunda operación y que el conjunto de tareas integre las operaciones. De lo que se trata es de que la habilidad, el todo o conjunto de operaciones se aplica en reiteradas ocasiones en una serie sucesiva de tareas cada vez más complejas, pero cuya esencia, su lógica de solución, es la misma".

Esta autora considera tras el análisis anterior que la esencia para el surgimiento de la tarea docente es la unidad entre exigencias, objetivos, intencionalidades o fines de la tarea con las condiciones de la misma, esto es un aspecto esencial para el diseño de las mismas. Es importante a la hora de diseñar la tarea que quede de manera explícita las indicaciones de lo que debe hacer el estudiante, ó sea que le indique el conjunto de operaciones a ejecutar con el conocimiento, desde su búsqueda hasta la suficiente ejercitación, si se trata de la formación y desarrollo de habilidades, a la repetición mecánica o la reflexión, profundización o construcción de nueva información, entre otras. Para esta investigación se asume también la presencia en las tareas docentes de todos los componentes del proceso docente educativo y la necesidad de utilizar un sistema de tareas y no tareas aisladas, ya que cuando las tareas están concebidas como parte de un sistema estructurado se propicia el desarrollo adecuado de los hábitos y habilidades que conforman las bases para la actuación independiente de los estudiantes, dentro y fuera del proceso de formación profesional.

El sistema de tareas docentes que se propone se caracteriza por tener una finalidad u objetivo general que cumplir, presentar ordenamiento interno que exprese su estructura y organización, identificarse por sus elementos que determinan su complejidad, tener subsistemas de orden menor dentro de él, a la vez, formar parte de otros de orden mayor. Esta integridad se evidencia cuando al experimentar variaciones en sus elementos, es afectado el sistema y sus límites, así como sus relaciones con el medio que lo rodea en tiempo y espacio. Específicamente presente un componente teórico y un componente práctico, que van a permitir el logro del objetivo del sistema que no es otro que lograr el desarrollo de la habilidad dirigir en el estudiante de Cultura Física durante su proceso de formación profesional. Este debe reunir ciertos requisitos generales, encontrándose dentro de los fundamentales los siguientes: (Sampedro Ruiz, P; 2011:3)

- ✓ Las tareas deben concebirse y organizarse en sistemas (estrecha vinculación e interdependencia de las tareas). Según el criterio del autor cada unidad didáctica o tema debe desarrollarse a través de un sistema de tareas que agote dicho tema o unidad.
- ✓ Las tareas dentro del sistema, deben estar estrechamente relacionadas unas con otras, debe iniciarse con tareas generales, preferiblemente abiertas, que propicien una visión global y superficial del tema pero que permitan valorar la importancia, la significación que tiene y la necesidad que existe del estudio del mismo, tanto para la sociedad en general, para el país, para el entorno del estudiante como para el propio alumno en particular.
- ✓ A medida que se avanza en la formulación de las tareas debe procurarse que la solución de cada una de ellas dé lugar, de modo natural, a la siguiente o siguientes tareas.

Esta autora considera entonces que con un adecuado sistema de tareas, en el aula es posible realizar acciones que conduzcan a un adecuado autoaprendizaje, y producir nuevos conocimientos para el grupo de estudiantes y eventualmente para los docentes.

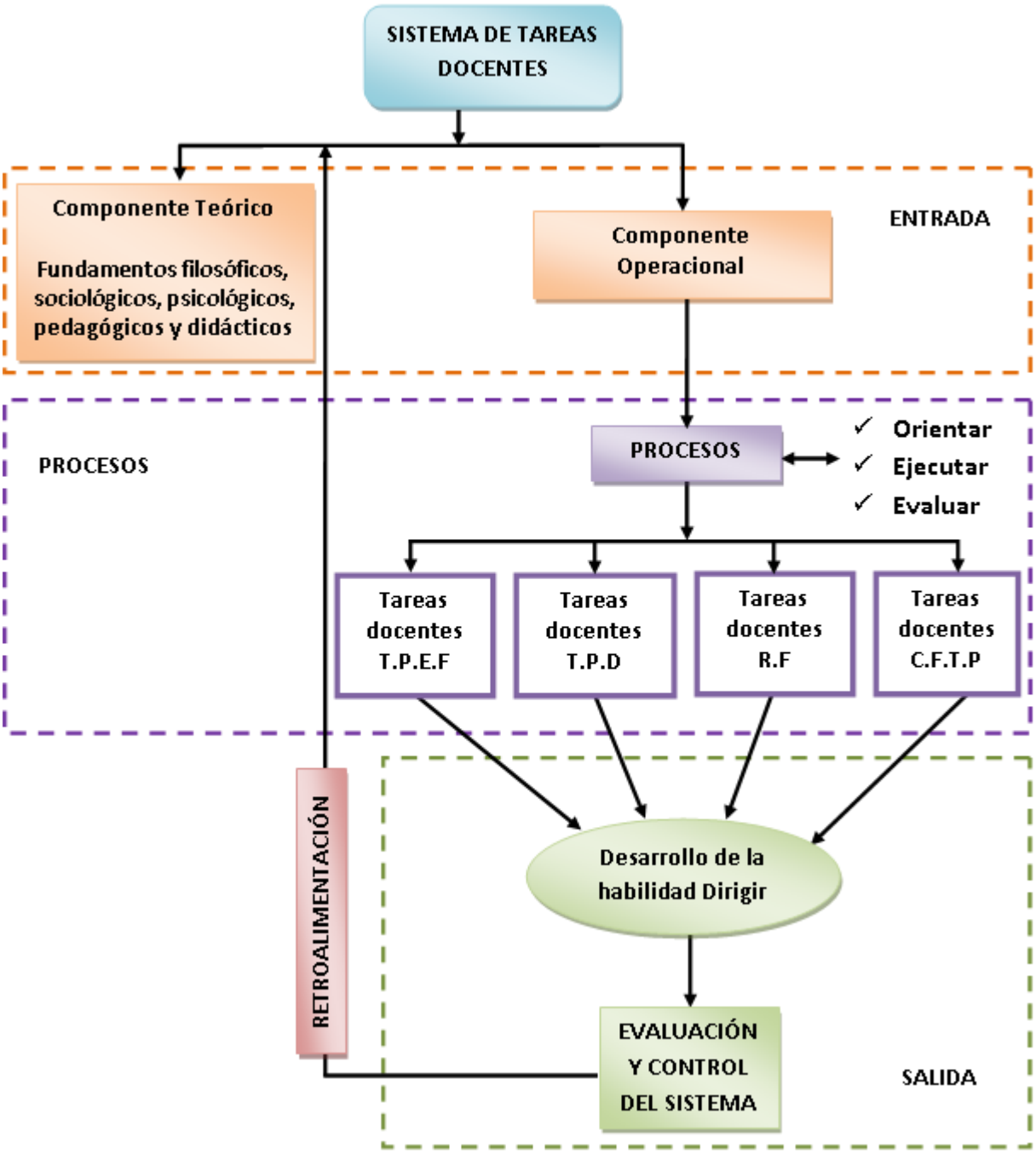
Componentes del sistema y su argumentación

El sistema de tareas docentes posee los siguientes fundamentos teóricos:

- ✓ Se asume en su totalidad la dialéctica materialista como teoría del conocimiento.
- ✓ Se parte de una concepción interdisciplinaria, holística y dialéctica.
- ✓ Se plantea la enseñanza como un proceso problematizador que integra dialécticamente lo instructivo y lo educativo.
- ✓ Se asume el aprendizaje como el proceso mediante el cual se produce una transformación de la personalidad del estudiante y que abarca lo motivacional afectivo, lo cognitivo y lo conductual.
- ✓ Se conceptualiza la enseñanza-aprendizaje como un proceso institucional, dirigido y sistémico; bilateral y activo; de naturaleza social y grupal, contextual e individual.

La propuesta tiene en cuenta las características de los estudiantes universitarios a quienes va dirigida desde el punto de vista psicológico (adolescentes). Lo que permite asumir desde esta posición la concepción de una enseñanza y un aprendizaje centrados en el desarrollo integral de la personalidad de los alumnos, se asume también una concepción filosófica general del hombre y la educación que parte del Materialismo Dialéctico e Histórico.

En su concreción, el Sistema está compuesto por dos componentes: un componente teórico-referencial y un componente práctico. El objetivo general del sistema, consiste en desarrollar la habilidad dirigir en el estudiante de Cultura Física durante su proceso de formación profesional y su estructura gráfica es la siguiente:



CONCLUSIONES

- ✓ El sistema que se propone, contempla las cuatro disciplinas del ejercicio de la profesión y enfatiza en las relaciones interdisciplinarias y transdisciplinarias.
- ✓ Constituye la primera concreción de un sistema de este tipo.

- ✓ A través del cumplimiento del objetivo del sistema se contribuye a que el egresado de Cultura Física sea capaz de solucionar los problemas que se encuentran en su práctica cotidiana, de organizar e interpretar la información necesaria y de utilizar los métodos de la ciencia para resolver dichos problemas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez de Zayas, Carlos (1999) La escuela en la vida. La Habana, Editorial Félix Várela, 186 p.
2. Avolio de Cols, Susana (2013) La Tarea docente. Ediciones Marymar. Buenos Aires. Argentina. ISBN 950-503-021-7. Pp 151 Disponible en https://es.slideshare.net/edsan43/avolio-de-cols-susana-la-tarea-docente Consultado en marzo 2017
3. Horruitiner Silva, Pedro (2006) La Universidad cubana: el modelo de formación. Editorial Félix Varela. La Habana, 281p
4. Leyva González, H (2016). Sistema de tareas didácticas para el perfeccionamiento de la brazada subacuática de la técnica dorso en nadadores infantiles. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. UCCFD “Manuel Fajardo”. La Habana
5. Sampedro Ruiz, P (2011) Sistema de tareas docentes para la formación y desarrollo de la competencia gestionar el conocimiento matemático, en los estudiantes de ingeniería informática de la Universidad de Camagüey. *Revista Iberoamericana de Educación / Revista Ibero-americana de Educação* (ISSN: 1681-5653) n.º 56/2
6. Zaldívar, M. E. y Mayo, I. (2013). Apuntes necesarios acerca de la relación entre ejercicios, problemas y tareas. *Revista Iberoamericana de Educación*. Recuperado el 6 de enero de 2016 de: https://www.google.com.cu/?gws_rd=cr&ei=rrMOVuC6LoPtedfDkfAP#q=Zald%C3%ADvar+M.E.+y+Mayo+I++Apuntes+necesarios+acerca+de+la+relaci%C3%B3n+entre+ejercicios%2C+problemas+y+la+tareas.

Titulo: Diseño metodológico para la concepción del plan de desarrollo de los cuadros y reservas en el organismo central y sus unidades de subordinación nacional.

Autores: Lic. Luis Alberto Naranjo Rivero
Lic. Angelina Notó Fernández
M.Sc. Natividad Tamayo Barnet
Técn. Amarile Pereda Guerra
País: Cuba

RESUMEN.

Deficiencias identificadas en las diferentes acciones de control realizadas tanto a las USN como a las unidades organizativas en lo relacionado al "Plan de desarrollo individual de cuadros y reservas", motivó el presente trabajo.

La insuficiente aplicación de los instrumentos para la concepción del Plan: (Diagnostico de necesidades de aprendizaje, resultado de las evaluaciones y el análisis de la estrategia de la organización), sumado a la no concepción de la ruta adecuada de tránsito de cuadros y reservas y la superación y preparación en las competencias de cada cargo son algunas de las deficiencias que hoy se palpan en el sistema deportivo.

Por otro lado el Plan de desarrollo individual de la reserva no está concebido o es igual para toda la reserva del cargo y no se tienen en cuenta en estos las actividades prácticas y la autopreparación, las cuales son fundamentales para preparar a la reserva en función de las exigencias del cargo.

El presente trabajo tiene como objetivo elaborar un diseño metodológico para la realización del Plan de Desarrollo Individual de los Cuadros y las Reservas, que contribuya a su preparación y superación integral para un mejor desempeño en sus funciones con la finalidad de ser promovidos a cargos de dirección superiores con, fortaleza en su liderazgo y autoridad como cuadros, y en condiciones para cumplir las políticas del Partido y el Gobierno, así como los objetivos estratégicos del Organismo.

La necesidad de un buen Plan de Desarrollo Individual que garantice la preparación constante de la reserva, como premisa fundamental para el ejercicio de las funciones del cargo para el cual se está preparando, debe contemplar como prioridad la preparación política ideológica y económica en correspondencia con las exigencias de estos tiempos para dar respuesta a los Lineamientos de la Política Económica y Social de la Revolución y el Estado.

Colectivo de autores.

Título: El establecimiento de metas profesionales en los estudiantes de 1er año de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo".

Autor: Lic. Dennys Adolfo Ibañez Oleaga.

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

RESUMEN

La transición a la vida universitaria como de ésta, al mundo del trabajo, constituye una fase esencial del desarrollo individual, que no siempre asegura lograr a posterior, una situación laboral estable relacionada con la calificación obtenida.

La Educación Superior requiere de diversas investigaciones que luego reporten en la calidad académica de sus docentes como de sus estudiantes. Una de importancia actual es la de la motivación académica.

En el sector educativo, se viene observando una demanda en la Educación Superior, acompañada de una gran diversificación de la misma y una mayor toma de conciencia de la importancia fundamental que este tipo de educación tiene para el desarrollo socio-cultural y económico de un país, ya que ha dado sobradas pruebas de su viabilidad a lo largo de los años y de su capacidad para transformarse y propiciar el cambio y el progreso de la sociedad. Por ello se hace prioritario buscar las vías o mecanismos para perfeccionar la enseñanza, hacerla más integral, más completa y de mejor calidad. Esta situación formula nuevos desafíos a la investigación educativa y, por tanto, a las Ciencias de la Educación para que aporten elementos que permitan profundizar sobre los requerimientos que el proceso educativo en este nuevo contexto plantea.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad son mayores y más complejos los retos y las exigencias que se le presentan a los sistemas educativos con el propósito de lograr la preparación de los estudiantes con un alto nivel de calificación y capaces de enfrentar de manera

activa y creadora la transformación de la realidad.Por lo que hoy, como nunca antes, la sociedad demanda con más fuerza a las Universidades la formación de profesionales competentes y comprometidos con el proyecto social, teniendo en cuenta que la calidad en esta formación depende no solamente de los conocimientos y habilidades que desarrollen en el currículum universitario**,** sino también de los intereses, valores, metas y otras formaciones psicológicas que regulen su actuación profesional.

Saura, P. (2014) expreso que abordar estos fenómenos motivacionales como un elemento necesario en el proceso de enseñanza-aprendizaje es algo que se ha tratado durante muchos años, sin embargo, algunos fracasos en las aulas demuestran que si bien a una buena parte de los profesores les preocupa está situación, no siempre se obtiene éxito en superar este problema, por lo que hoy en día su reflexión y análisis ocupa un lugar importante.

En este sentido es necesario analizar si la carrera que se le otorgó al joven era realmente la deseada, si éste posee aspiraciones profesionales precisas y fundamentadas aun cuando haya obtenido la carrera de su agrado, si durante sus estudios universitarios la forma en que se organiza el proceso de enseñanza-aprendizaje contribuye a desarrollar sus intereses profesionales, los hace estancarse o involucionar, y qué papel desempeñan los profesores en este proceso.

Actualmente muchos son los autores que continúan abordando esta temática, a los que se le han sumado diferentes trabajos en centros universitarios que exponen aún más la pertinencia del tema, los cuales han aportado para esta investigación criterios muy valiosos. Además demuestran que a escala mundial es una de las cuestiones más investigadas.

Particularmente el Licenciado en Cultura Física sus estudios se inicia en 1973 en la Escuela Superior de Educación Física (ESEF) mediante la Resolución 488/73 del Ministerio de Educación que aprueba la transformación de la ESEF “Comandante Manuel Fajardo” en un centro de formación universitaria. El primer plan de estudio de nivel universitario de Cultura Física fue elaborado de conjunto por profesores cubanos y del campo socialista que en aquel entonces colaboraban

en Cuba. Este primer plan tuvo una duración de cuatro años y partía de un tronco común bastante amplio con profundización, bien en un Deporte, en Educación Física o Recreación**.**

A partir de 1976 con la creación del Ministerio de Educación Superior el centro pasa oficialmente a denominarse Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo" y se elabora el Plan de Estudio "A" con sus correspondientes programas. Este plan comenzó a desarrollarse en septiembre de 1977 y tuvo como elemento distintivo la forma de culminación de estudios por Trabajo de Diploma, lo que potenció la labor investigativa en la formación de aquellos profesionales.

En 1981, se pone en marcha el Plan "B", el cual amplió a cinco años la duración de la carrera, incrementó el número de especializaciones y lo más novedoso de este plan fue la creación del Curso para Atletas. En 1987 se inicia la elaboración del Plan "C", en el cual se declara, por primera vez, cuatro esferas de actuación de los profesionales de la Cultura Física: la Educación Física, la Recreación y el Deporte, ya existentes, y como nueva, la Cultura Física Terapéutica, teniendo en cuenta el desarrollo que iba alcanzando el país.

Consecutivamente, en el 2001 comienza a aplicarse el Plan "C" modificado, y en el 2003, el Plan "D", lo que constituyó un enorme reto para la licenciatura en Cultura Física y conllevó la labor colectiva y científico-metodológica con aportes concretos de todos los docentes. Bajo el funcionamiento de este plan de estudio, que es el aún vigente, este instituto pasa a ser en el año 2009, Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD), convirtiéndose así no solo en el Centro Rector, sino además en la única Universidad de Cultura Física del país.

Este plan mantiene la concepción de Perfil Amplio, lo cual asegura una mayor empleabilidad del egresado de esta carrera en sus diferentes esferas de actuación, así como, la posibilidad de movilidad laboral al poder cambiar de esfera de actuación profesional dentro del campo de la Cultura Física en correspondencia

con las necesidades socio–políticas y económicas actuales y perspectivas del país y de cada territorio. Además tiene, entre otras, las siguientes ventajas: objetivos integrados en lo instructivo y educativo por año, que aseguran una definición precisa de los propósitos a lograr en el proceso formativo; perfeccionamiento del Sistema de Evaluación; mejor balance de la Carga Docente; una Estrategia Educativa de la Carrera basada en un sistema de valores y dirigida al trabajo formativo y político ideológico; fortalecimiento de la Especialización Deportiva dentro del pregrado; perfeccionamiento de todas las Disciplinas y surgimiento de nuevas, fortalecimiento el perfil pedagógico de la carrera y el vínculo teoría y práctica dentro de las disciplinas y en la Práctica Laboral Investigativa (PLI).

En correspondencia con ello, los modos de actuación tienen un carácter eminentemente pedagógico y se ponen en práctica mediante habilidades que den respuesta al "saber", "saber hacer" y "saber ser" del profesional de la Cultura Física, a partir del análisis funcional de su ejercicio para un desempeño competente y responsable acorde a las exigencias sociales.

En el año 2016 con los nuevos cambios metodológicos, docentes ocurridos en el Ministerio de Educación Superior MES, se implementa un nuevo plan de estudio, **PLAN E,** con el objetivo de que el licenciado en Cultura Física al culminar sus estudios debe poseer una amplia cultura general integral, para lo cual debe:

1. Demostrar con su actitud y ejemplo personal una sólida preparación ideopolítica, basada en el dominio de la historia de Cuba y los fundamentos del marxismo-leninismo que se sintetizan en la ideología de la Revolución cubana, con una actuación que evidencie su amor por la Patria, la disposición a defenderla, desde una posición ético-humanista.
2. Dirigir los diferentes procesos pedagógicos en el ejercicio de su profesión, con el empleo de habilidades pedagógicas, terapéuticas, físico-deportivas y recreativas, en correspondencia con los enfoques filosóficos, económicos, psicopedagógicos, biológicos, socioculturales, éticos y estéticos, a partir de un pensamiento reflexivo, transformador y de atención a la diversidad, así como el

uso de las tecnologías de la información y la comunicación en las diferentes esferas de actuación.

3. Dominar el idioma Español como soporte básico para la adecuada comunicación, a partir del uso correcto del vocabulario técnico de la profesión, de modo que se revierta en su quehacer profesional, además de la utilización de los conocimientos de la Lengua Inglesa para el desarrollo de habilidades comunicativas y de preparación en el ejercicio de la profesión.

4. Demostrar en su actuación diaria una cultura general que evidencie la protección del medio ambiente, con énfasis en las condiciones higiénico-sanitarias de las instalaciones deportivas y personales; el ahorro energético, la sexualidad y relaciones de igualdad entre los géneros, el cuidado de su salud física, mental y educación nutricional, que le permitan mantener un comportamiento responsable, en consonancia con un desarrollo socioeconómico sostenible.

5. Dominar los fundamentos del conocimiento científico y los métodos de investigación que le permitan solucionar problemas del ejercicio de la profesión sobre la base del principio de la vinculación de la teoría con la práctica educativa.

6. Autoevaluar sistemáticamente el desarrollo alcanzado en las diferentes áreas de su personalidad, a partir de su preparación política, cultural y profesional a través de la vía autodidacta y durante su preparación para el empleo, en armonía con las diferentes formas de superación posgraduada.

A partir de lo expuesto, las asignaturas que se establecen en el currículo base de la carrera deben tributar al establecimiento de metas, intereses, motivaciones en los estudiantes de Cultura Física, ya sean metas de proceso o de resultado, aun largo, mediano o corto plazo.

Las metas son uno de los componentes del proceso motivacional, son los propósitos,

los fines que se desean alcanzar por el cual un motivo surge y llega a su realización.

Roselli, N.D (2010) **Las metas son una manifestación expresada de las aspiraciones del ser humano, enunciado que describe una intención, un estado o una condición, es un evento que creemos que es realizable y**

definido. Las metas nos muestran lo que podría ser, lo que debería ser y lo que pueda ser, es una fuerza motivadora en la vida, juegan un papel muy importante para la adecuada administración del tiempo. Un buen planteamiento de metas puede representar el éxito o fracaso para la vida de una persona.

Las metas individuales, corresponden a los propósitos de desarrollo de crecimiento profesional, como el de alcanzar un nivel socioeconómico mejor o de profesionalizarse, como alcanzar un título universitario, un postgrado o una maestría. También hay metas más personales como la paz espiritual, la felicidad, el amor. En lo laboral cada persona tiene metas, como lograr un ascenso a un mejor cargo, un traslado a una oficina, departamento de interés.

Las metas colectivas corresponden a los grupos, dentro de los cuales podemos nombrar, la familia, la comunidad, la religión, el país, el continente, el mundo, empresas que son grupos heterogéneos de personas que persiguen metas comunes.

Es importante tomar en cuenta al establecer metas consideremos que sean personales, concretas, siempre enunciarlas en forma positiva y que sean posibles de alcanzar, además debemos cristalizar el pensamiento, tener un plan por escrito, fijarse plazos para su ejecución, desarrollar una determinación inquebrantable de seguir adelante y centrarse en la realidad.

Pereyra, A.L (2010) En la esfera motivacional existen cuatro categorías de metas. Donde pueden ser concretadas estas metas a corto plazo (se requiere de poco tiempo para ser llevadas a cabo, nos dan mayor confianza y certidumbre para su logro). Mediano plazo (se utiliza un tiempo mayo, nos permiten administrar mejor nuestros esfuerzos). Largo plazo (para lograrlas se requiere un esfuerzo prolongado, los resultados no se presentan de manera inmediata). Las metas espirituales, familiares, profesionales, social.

Las metas profesionales son metas que están vinculadas al desempeño profesional de cada persona. Se caracteriza por ser de naturaleza consciente, se revela a través del cumplimiento de determinadas funciones, tareas y/o

responsabilidades, se expresa a través de una determinada calidad en correspondencia con el estado de los factores asociados.

A nivel mundial han sido las diferentes investigaciones que se han realizado referidas al establecimiento de metas profesionales en estudiantes universitarios. Se ubican como antecedentes del tema en estudio las investigaciones realizadas por:

El artículo publicado en el 2010 por Roselli y Aguilar en la universidad Catolica de Argentina “Santa María de los Buenos Aires”, se realizo un estudio a estudiantes de 1ro, 3ro y 5to año donde se elaboro y aplico un instrumento para el establecimiento de metas profesionales en las facultades de Derecho, Agrarias, Ingenieria y Musica.

Grau, M.M (2011) realizó una caracterización con respecto al establecimiento de metas en el entrenamiento del equipo de Balonmano Masculino adulto del Estado Sucre donde existen deficiencias a la hora de establecer las mismas.

Alfonso, M.L (2015) propone un plan de acciones psicoeducativas que contribuyan al correcto establecimiento de metas de rendimiento por parte de los entrenadores en las diferentes etapas del trabajo con los deportistas durante el macrociclo para el equipos de Voleibol de la EIDE de Matanzas.

A pesar de toda la bibliografía consultada hasta el momento, como antecedente no se ha encontrado alguna investigación que aterrice en el establecimiento de metas profesionales desde el currículo base de estudiantes universitarios, al contrario todos los trabajos investigativos van referidos a las metas establecidas en el campo del deporte.

En fin, el desarrollo profesional es un proceso permanente, continuo y gradual de tránsito hacia la preparación de los estudiantes, que implica necesariamente la reflexión crítica y comprometida del profesor con la calidad de su desempeño y con la transformación de la práctica educativa en un ambiente dialógico y participativo, en el contexto histórico-concreto de su actuación profesional. Por

ello, la correcta elaboración de los programas y la correcta planificación del proceso docente son elementos esenciales. Por lo que se debe exigir compromiso en la toma de decisiones profesionales y propiciar su participación activa, reflexiva, crítica y autocrítica en el ejercicio de la profesión, orientando al estudiante y potenciando el trabajo grupal, regulando con ello su actuación profesional. Todo lo cual lleva a analizar la problemática de la presente investigación, y tomar en cuenta todos estos elementos para la elaboración de la propuesta que se presenta.

En las investigaciones realizadas por varios autores aun continúan deficiencias a la hora de establecer metas profesionales en el contexto de la vida universitaria durante el trascurso de una carrera por lo que nos permite llegar a la siguiente **situación problemica:**

A partir de un diagnostico aplicados a los estudiantes de 1er año de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física "Manuel Fajardo" se pudo constatar que existe:

1-Poca claridad hacia la esfera de actuación de la carrera en la que se van a desempeñar.

2-No es adecuado el proceso de orientación hacia las metas profesionales que se realiza desde el currículo.

3-No establecen metas de proceso, ni de resultados.

4-En la esfera motivacional su inclinación va hacia los indicadores materiales, familiares, sociales y no los profesionales.

Lo planteado anteriormente permite formular el siguiente problema científico ¿Cómo establecer metas profesionales en los estudiantes de 1er año de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"?

Posibles resultados a obtener.

Diseño de un plan de acciones de orientación psicopedagógicas para el establecimiento de metas profesionales en los estudiantes de 1er año de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo".

Referencias Bibliográficas

1. Álvarez de Zayas, C. (1995c). La Pedagogía Universitaria, una experiencia cubana. La Habana. Congreso Internacional Pedagogía 95. Palacio de Convenciones.
2. Álvarez de Zayas, C. (1996). Educación superior y sociedad. El diseño curricular en la Educación Superior Cubana. La Habana. Ministerio de Educación Superior.
3. Ancona Reyes, K. (2010) "Efectos del establecimiento de establecimiento de metas en la motivación y rendimiento de un equipo deportivo". Trabajo de investigación. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Yucatán. México.
4. Cañizares, M. (1994) Las metas en el deporte. Revista ISCF, La Habana.
5. Cañizares M. (2002) El establecimiento de las metas en la dirección del equipo deportivo. Aproximaciones a su estudio. (Parte I) http://www.efdeportes.com/efd51/metas.htm .Revista Digital – Buenos Aires - Año 8 - N° 51 - Agosto de 2002. Consultado el 25 Marzo de 2010.
6. Cañizares M. (2004) Psicología y equipo deportivo. La Habana, Editorial Deportes.
7. Cañizares M. (2008) Psicología en la actividad física. La Habana, Editorial Deportes.
8. Cuba. Ministerio de Educación Superior. (1998). Plan de estudio "C": curso regular diurno (proyecto): disciplina principal integradora Metodología y Dirección de la Cultura Física. ISCF"Manuel Fajardo" Ciudad de La Habana, MES
9. Cuba. Ministerio de Educación Superior. (2001). Plan de estudio "C" perfeccionado de la carrera de licenciatura en Cultura Física: curso regular diurno. ISCF"Manuel Fajardo" Ciudad de La Habana, MES.
10. Cuba. Ministerio de Educación Superior. (2003). Documento base para la elaboración del Plan D. Anteproyecto. Cuba, Dirección Docente Metodológica del Ministerio de Educación Superior.

11. Cuba. Ministerio de Educación Superior. (2016). Documento base para la elaboración del Plan E. Cuba, Dirección Docente Metodológica del Ministerio de Educación Superior.
12. Estévez Cullell, M. y col. (2004) La investigación científica en la Actividad Física: Su metodología. La Habana, Editorial Deportes.
13. Pérez Saura, Isabel (2017) Titulo de la tesis. Tesis de Maestría en Psicología del Deporte. UCCFD “Manuel Fajardo”, La Habana, Cuba.
14. Roselli, Néstor. D y María del Carmen A. Rivera. (2010) Metas Académicas y Proyecto de Vida de un grupo de universitarios. Congreso Iberoamericano de Educación. (Buenos Aires, República de Argentina).

Título: El sistema de dirección de la colaboración Deportiva Cubana en la República Bolivariana de Venezuela

Autores: M.Sc. Osvaldo Vento Montiller
M.Sc. Félix Pérez Rodríguez
Institución: INDER
País: Cuba

RESUMEN

En el trabajo se exponen los principios establecidos en la dirección de la misión deportiva cubana en las 2 etapas que el autor estuvo al frente de esa tarea.
Se realiza una caracterización general del colaborador cubano en la esfera del deporte de la cual se deriva, en buena medida, el estilo y métodos de dirección.
A la vez se realizan recomendaciones relativas a la preparación previa de los Jefes de Misión desde el punto de vista teórico metodológico y práctico y se valora el papel de acompañamiento afectivo y práctico de los colaboradores deportivos cubanos a los procesos de desarrollo de ese hermano país.

INTRODUCCIÓN

La colaboración cubana en el República Bolivariana de Venezuela se inicia casi con el presente siglo, con el programa Barrio Adentro Deportivo, una extensión de la misión de la salud que ya funcionaba.
En la etapas 2006/2007 ante una situación difícil en que la misión había quedado sin dirección, se asumió por primera vez la tarea, encontrándose una realidad crítica en lo organizativo, en la disciplina y en el control.
Durante el periodo 2012/ 2013 se realizó otra misión, también en una situación crítica.

En ambos casos se partió de tres preceptos humanistas para organizar y dirigir el trabajo de los colaboradores:

- Los colaboradores no son responsables de los problemas de dirección, son perjudicados a los cuales hay que acompañar y retribuirles la confianza, si la han perdido.
- Cada colaborador necesita un tratamiento diferenciado en la convocatoria, en la exigencia y en el estímulo.
- La persuasión es un método efectivo en el tratamiento individualizado a los colaboradores, porque ellos están sujetos a una presión dada por la lejanía

  de sus hogares, un ambiente de trabajo diferente y un medio geográfico y social distinto.

DESARROLLO:

Las misiones, de cualquier especialidad, en la República Bolivariana de Venezuela resultan difíciles por la circunstancia de tener una revolución joven, con una clase social enemiga fuerte y con poder económico, que no ha cesado de hacer contrarrevolución en ningún momento y después del fallecimiento del Presidente Hugo Rafael Chávez Frías, el 5 de marzo de 2013, se tornó muy activa y peligrosa.

El trabajo de los colaboradores, la presencia fue de apoyo total en los procesos de desarrollo, cumplimiento de los compromisos laborales para que el pueblo no tuviera quejas.

Particularmente doloroso fue todo el tiempo de la enfermedad, el fallecimiento y la siembra del Presidente Chávez en el Cuartel de la Montaña, fueron días aciagos, tristes y difíciles de aquel mes de marzo de 2012, en los que nuestros colaboradores se crecieron.

En estos escenarios y en ambas ocasiones, la misión deportiva sobresalió en los indicadores de cumplimiento de los planes, disciplina, impacto de la actividad de los colaboradores y la opinión social de su labor.
En relación con otras etapas, hubo decrecimiento de las indisciplinas, de los abandonos de misión, creció la matrícula de postgrado para los venezolanos que accedieron a maestrías y doctorados, se fortaleció y sistematizó el trabajo del Fórum de ciencia y técnica de los colaboradores, se movilizó un buen número de venezolanos al evento AFIDE y se fortaleció la universidad de Cojedes por los colaboradores cubanos.

Esta experiencia nos hizo reflexionar, en la observación sistematizada de los colaboradores, sobre cuáles son las características específicas de los colaboradores cubanos del deporte en Venezuela y llegamos a evaluar las siguientes:

- Los colaboradores cubanos son seres humanos sometidos a un estrés especial, dado por el proceso de adaptación a una cultura e idiosincrasia no coincidente totalmente con la de nuestro país.
- Favorece su adaptación al medio la acogida afable de los venezolanos y el beneficio propio que ven en la labor de los mismos.
- La separación familiar y la disciplina que deben mantener, hace que en ocasiones broten y se manifiesten los sentimientos y actitudes desfavorables en ellos, lo que se agrava si son tratados con agresividad, sentido inflexible y no como seres humanos en sus diferencias individuales.

Consideramos que haber estudiado el escenario en cada estado, haber establecido un sistema de trabajo estable y basado en la confianza en los colaboradores, hizo posible que ellos se sumaran a los esfuerzos por cumplir los objetivos de la misión en cada lugar.

Un factor importante fue integrar un equipo de trabajo con sentido del compromiso, el honor y la responsabilidad para dirigir la misión.
La comunicación sistemática con los colaboradores fue otro factor de importancia.
La impresión y distribución del tema de los valores y del código del colaborador y un proceso que se realizó en cada estado y municipio, hizo posible que se mantuviera un buen ambiente de trabajo, responsabilidad y patriotismo.

La atención a los estados más vulnerables debido a su situación socio-política, o a la calidad de sus colectivos de dirección fue otra de las tareas que se acometió y que permitió prever los problemas, que es la mejor forma de solucionarlos antes de que se produzcan.

El seguimiento a los colaboradores con más dificultades y el apoyo moral y técnico fue importante para desarrollar en ellos un nivel de autoconfianza favorable en el trabajo.
Desde el punto de vista humano los colaboradores necesitan la certidumbre de que nunca estarán solos y que la misión no los abandonará.

Particularmente significativo fue la atención a los enfermos y el tratamiento dado a los colaboradores fallecidos que fue del seguimiento de su enfermedad y si fallecieran realizar, con respeto y sentimiento, todo el proceso de envío de los cadáveres a Cuba, con una previa acción de velatorio antes de la salida del avión.

Todas estas situaciones duras, sirven a los colaboradores para constatar que siempre estarán atendidos.

Durante el tiempo evaluado en las 2 misiones se mantuvo una correcta, respetuosa y colaborativa labor de comunicación con las demás misiones y la embajada y las autoridades del partido Comunista de Cuba que atienden la colaboración.

CONCLUSIONES

- En las 2 etapas descritas se ganó buena experiencia en las funciones de planificación, organización, control y evaluación del trabajo de la misión, lo que permitió revertir situaciones desfavorables.

- El personaje principal, el punto de partida y de llegada de toda misión es el colaborador, de él depende casi todo en los resultados del trabajo, hacerlos conscientes que de ello, de su responsabilidad y compromiso, depende el prestigio de Cuba es la forma de hacerlos conscientes de su labor.

- La comunicación de la misión con los colaboradores es importante, sin desconocer las estructuras, el diálogo con ellos es esencial para crear un clima de confianza y seguridad.

RECOMENDACIONES

- Organizar en la preparación de los Jefes de Misión el intercambio de experiencias sobre Venezuela, que es nuestro paradigma en la colaboración.

- Desarrollar en Cuba encuentros de colaboradores de Venezuela de manera que se mantenga activado este grupo que debe ser una fortaleza del sistema deportivo.

- Lograr que en cada territorio los colaboradores transmitan a los jóvenes de su área, sus experiencias en la colaboración.

BIBLIOGRAFÍA

- Documentos de los seminarios nacionales de preparación de los cursos 2008/2009-2009/2010-2010/2011-2011/2012. Editado Impresión ligera 2008/09. Editorial Deportes 2009-2013.
- Valdés Vivó Raúl. Embajada en la selva. Ed. Nac. De Cuba 1980.
- Documentos de las misiones deportivas cubanas en la R. B. de Venezuela 2006/2007 – 2012/2014.

Título: Estrategia de gestión de los combinados deportivos en los momentos actuales.

Autor: M.Sc. Leopoldo Lorenzo Rosales
Institución: INDER
País: Cuba

Resumen:

El Combinado Deportivo es la Unidad Básica Organizativa del Sistema Deportivo Cubano, que se relaciona con la demarcación geográfica del o los Consejos Populares, con actividades docentes y educativas de las esferas del deporte, la actividad física, educación física y la recreación en función de la salud y la calidad de vida de la población. Su modelo pedagógico inclusivo, pretende lograr altos niveles de incorporación de beneficiarios sistemáticos y participantes, lo que contribuye a incrementar los indicadores de crecimiento humano.

El presente trabajo responde a la Política de Perfeccionamiento del Modelo de Gestión Económica y Social en que se encuentra nuestro País, expresados en los Lineamientos del VII Congreso y los Objetivos de la 1ra Conferencia del PCC; se decide mejorar y transformar el funcionamiento de los Consejos de la Administración y los Órganos Locales del Poder Popular, iniciando por las Provincias y Municipios de Artemisa y Mayabeque, para su ulterior generalización al resto del país.

Dentro del perfeccionamiento organizacional de todas las estructuras de dirección (CAP y CAM), se determina comenzar esté proceso por los Combinados Deportivos de los Municipios de Guines y Artemisa, razón que nos motiva a proponer la implementación y desarrollo de una Estrategia de Gestión, capaz de lograr altos niveles de eficiencia en su funcionamiento, control y utilización de todos los recursos disponibles, dígase; humanos, materiales, financieros, ambientales, estadísticos, de comunicación y el tiempo, en función de satisfacer

las necesidades reales de la población en los momentos actuales y de manera sostenible.

Su implementación se sustenta en la vigencia del pensamiento de nuestro líder histórico, Comandante en Jefe Fidel Castro Rúz y la plataforma de desarrollo que indican el cumplimiento de los Lineamientos directos L-161 (Deporte para Todos) y L-162 (Deporte de Alta Competencia y su Formación Deportiva) e indirectos que compartimos con otros organismos, al amparo del decreto Ley 301, aprobada por el Consejo de Ministros y la Asamblea Nacional del Poder Popular, la cual facultad a los jefes de las administraciones hacer ajustes en el funcionamiento de todas sus estructuras, llegando hasta los Combinados Deportivos, donde establecimos un cronograma de trabajo que nos permitió.

Reconocer los estadios actuales de los Combinados Deportivos (C/D) en Perfeccionamiento, se les aplicó un diagnóstico integral, el mismo reveló que existe insuficiente nivel de institucionalización; falta capacidad de autogestión económica para asumir tareas del C/D; deficiencias en la preparación de Directivos y Docentes para cumplir las funciones y tareas del C/D; insuficiente cantidad de docentes y falta gestión en la utilización de los existentes; insuficiente aplicación de la ciencia y la innovación tecnológica.

identificar los antecedentes históricos, determinar las bases para las propuestas de políticas y las políticas y sus objetivos que le permitan a los Combinados Deportivos un mejor funcionamiento eficiente y eficaz; política de perfeccionamiento institucional; política desarrollo de la capacidad de autogestión económica sostenible; política perfeccionamiento de la gestión de los recursos humanos y su utilización estratégica eficiente; política Incremento de los niveles de actividad y la calidad de los servicios que se ofertan a la población.

Definir sus principales directrices, los procesos sustantivos que contribuyen al cumplimiento de su misión y objetivo de; garantizar que en el Combinado

Deportivo el Deporte para Todos logre satisfacer progresivamente las necesidades e intereses de la población (desde edades tempranas hasta los adultos mayores), perfeccionándose y materializándose a través de sus cuatro procesos sustantivos (Áreas de Actuación), que basarán su labor en el sistema de planificación, control y evaluación sistemática.

Rasgos distintivos que se pretende alcanzar mediante la Estrategia de Gestión; un C/D que se corresponda con la demarcación del o los Consejo(s) Popular(es), Área de Salud y la(s) Zona(s) de la Defensa; que atienda el 100 % de la población; con un claustro estable de profesores preparados suficientemente; que responda con eficiencia a las necesidades e intereses de todas las personas; que en la ejecución y desarrollo de los programas y proyectos tengan presentes sus fundamentos y bases científicas – metodológicas; que se desarrolle su capacidad de autogestión económica sostenible; que contribuyan al mejoramiento de la salud y la calidad de vida de conjunto con las demás instituciones comunitarias.

…. "Cuando cada muchacho encuentre en la ciudad, en el pueblo, en el barrio, un lugar apropiado para desarrollar sus condiciones físicas y dedicarse por entero a la práctica del deporte de su preferencia, habremos visto satisfecho el deseo de todos los que hemos hecho esta Revolución"

1ro de abril 1959

Fidel Castro Rúz.

Título: Estrategia para la gestión de proyectos físicos recreativos de la Dirección Nacional de Recreación del INDER.

Autor: Lic. Rolando Yasiel Calvo González

Institución: UCCFD “Manuel Fajardo”

País: Cuba

El trabajo va direccionado a la investigación del desarrollo de actividades recreativas físicas sanas en las comunidades con vulnerabilidades del país para una utilización en pos de mejorar las demandas de la población en función del mejoramiento de la calidad de vida de las sociedades en nuestro país.

El problema de la relación entre las actividades físico-recreativas y la calidad de vida de los habitantes de las comunidades con vulnerabilidades, tiene gran importancia para el INDER como institución, dado su encargo social. En las condiciones específicas en las que nuestro país construye el Socialismo.

En la actualidad se pueden observar diferentes condiciones en las que las personas se desarrollan socialmente. El INDER lleva a cabo un programa donde desarrolla la cultura física para todo el pueblo, alcanzando a todas las comunidades, tanto urbanas como rurales, incluyendo a aquellas con vulnerabilidades y de difícil acceso; para crear hábitos adecuados acerca de la recreación sana y la práctica del deporte.

Los problemas que conlleva la desigualdad social cobran relevancia, pues se observan en ámbitos como la educación, la salud y el bienestar social, que afectan en mayor grado a las poblaciones que se encuentran con vulnerabilidades, entendida como las condiciones sociales que afectan negativamente el desempeño de comunidades, hogares y personas con menor acceso a los recursos y a las oportunidades que la sociedad entrega para el desarrollo de sus miembros. Es por ello que con esta investigación pretendemos darle respuesta a la siguiente problemática:

Existen insuficiencias en la planificación de las actividades físico-recreativas como calidad de vida de los habitantes de las comunidades con vulnerabilidades, y la necesidad de buscar vías para lograrlo en el contexto social.

Por ello nos proponemos con esta investigación actualizarnos sobre las condiciones en que ese realizan las actividades recreativas y si satisfacen los gustos y preferencias de las personas. Nos servirá como punto de partida para crear una la estrategia de investigación y desarrollo de la planificación social y deportiva recreativa.

Título: Estudio diagnóstico del nivel de desarrollo de las competencias: solución de problemas de dirección y comunicación en directivos de nivel intermedio del INDER.

Autores: M.Sc. Yohselyn Ramiro Ruiz, yohse@inder.cu. Profesora Auxiliar.

Institución: Escuela Ramal INDER.

País: Cuba

Resumen:

En el presente trabajo se exhiben los resultados obtenidos de una investigación realizada que consistió en un estudio diagnóstico para determinar la importancia que le prestan los directivos de nivel intermedio del Instituto Nacional de Educación Física, Deporte y Recreación (INDER) a las competencias solución de problemas de dirección y comunicación, como cualidades indispensables para un desempeño exitoso en su gestión de dirección. Se realiza un análisis DAFO, diagrama de Ishikawa, Brainstorming y encuestas a los mismos. Este trabajo constituye la antesala para diferentes estudios sobre el clima organizacional y dirección estratégica.

Palabras claves: comunicación, solución de problemas, competencias

Summary:

In the present work the results obtained from a research carried out that consisted of a diagnostic study to determine the importance that the managers of intermediate level of the National Institute of Physical Education, Sport and Recreation (INDER) are presented to the problem solving competencies of management and communication, as indispensable qualities for a successful performance in its management of direction. A SWOT analysis, Ishikawa diagram, Brainstorming and surveys are performed. This work is the prelude to different studies on organizational climate and strategic direction.

Keywords: communication, problem solving, skills

Introducción:

En las últimas décadas se ha puesto de manifiesto una forma alternativa de inteligencia relegada durante décadas en el mundo educativo y laboral, donde los conocimientos y las capacidades intelectuales han sido dominantes. Precisamente los últimos trabajos en el campo de la inteligencia abogan por una reconceptualización de la misma que amplíe sus perspectivas, acercándose más a la parte afectiva del ser humano. Esta nueva perspectiva de la inteligencia evidencia un acercamiento más humanista al fenómeno, demostrando que las emociones juegan un papel significativo en cualquiera de las esferas del desarrollo humano e influyen notablemente en el área intelectual, en nuestro equilibrio personal y en la adaptación social.

Se asume que la solución de problemas de dirección y la comunicación son actividades de carácter político-administrativo que están compuestas por un sistema de acciones de diversos niveles de integración y de carácter secuencial recursivo que se relacionan a la manera de las redes y, en su integralidad, tienden a la solución y transformación de contradicciones del entorno laboral relativas a la planificación, organización, regulación y control del óptimo aprovechamiento de los recursos materiales y/o al desarrollo continuo de los recursos humanos, con la ayuda del método científico.

Alexis Codina Jiménez en su libro “Inteligencia emocional para el trabajo directivo y las relaciones interpersonales” comenta: “… entre las tareas que he realizado, como asesor de comisiones nacionales o de entidades cubanas, he revisado una cantidad numerosas de expedientes de cuadros que han sido relevados de sus funciones directivas. No recuerdo ninguno en que su situación estuviera motivada por falta de calificación técnica para desarrollar sus funciones. La inmensa mayoría de dirigentes de empresas cubanas son graduados universitarios. Excluyendo algunos casos motivados por comportamientos no éticos, los problemas principales que motivaron su sustitución estaban relacionados, precisamente, con su incapacidad para lograr relaciones adecuadas con: subordinados, colegas, superiores, organizaciones políticas y de masas, el entorno de su comunidad, etc.”.

En las acciones de superación a directivos por parte de los docentes de la Escuela Ramal del INDER, se detectaron sistemáticamente las siguientes manifestaciones negativas en las competencias solución de problemas de dirección y la comunicación relativas al proceso de dirección por parte de los cuadros y funcionarios del sistema deportivo cubano.

- Inadecuada formulación de los problemas: se delimitan como problemas desacuerdos y contradicciones en relación con lo esperado, los cuales, además, no se definen con precisión, a pesar de la importancia que ello tiene para la dirección.
- No se jerarquizan adecuadamente los problemas por su importancia, ni sus niveles de dificultad, de manera que no se establecen con rigor las prioridades.
- Una vez diseñada la solución a los problemas, se presentan dificultades significativas a la hora de llevar su solución a vías de hecho debido a que lo diseñado no se adecua a las condiciones concretas donde debe ser implementado.
- No se establecen canales efectivos de comunicación.
- Las tareas y objetivos de trabajo no son explicitas y no llevan el contenido y la información necesarias para ser resueltas con efectividad.
- Se realiza un excesivo uso de la información en detrimento de la comunicación efectiva.
- Por las razones anteriores, en sentido general, la vía que más ha contribuido a desarrollar las competencias solución de problemas de dirección y comunicación por parte de los directivos, ha sido el ejercicio con carácter empírico de su labor.

Estos antecedentes permitieron formular el **Problema Científico siguiente:**

Desconocimiento parcial del nivel de formación y desarrollo en los directivos en el INDER de las competencias que permitan el logro de mayores y mejores resultados en su gestión como directivos.

Objetivo: Diagnosticar el nivel de desarrollo de las competencias, solución de problemas de dirección y comunicación en directivos del nivel intermedio del INDER.

Tareas científicas:

- Determinación de la evolución histórica de la concepción del proceso de formación y desarrollo de directivos en Cuba.
- Valoración crítica de las concepciones actuales acerca de las competencias de los directivos en sentido general.
- Análisis de las tendencias acerca de la teoría sobre el desarrollo de competencias de los directivos en general y de las competencias solución de problemas de dirección y comunicación.
- Caracterización del nivel de desarrollo de las competencias de los directivos de nivel intermedio del INDER, solución de problemas de dirección y comunicación.

Para el logro del objetivo propuesto se aplicaron tres encuestas y la técnica del Brainstorming, que dieron la posibilidad de tener la información para la aplicación de un análisis DAFO y la determinación de las causas de la problemática estudiada a partir de la aplicación del Diagrama de Ishikawa.

Resultados del diagnóstico:

- **Análisis de las encuestas aplicadas.**

La encuesta # 1 relacionada con una serie de afirmaciones acerca de cómo se enfrenta el proceso de solución de problemas y la comunicación en la labor directiva, se obtuvo el siguiente resultado:

Para determinar si la organización o sus miembros se encuentran en una situación realmente problémica.

- El 30% de los encuestados refiere que sí identifican los aspectos más relevantes que determinan la situación problémica, el otro 30%, no los identifica y en ocasiones lo hacen el 40% restante de la muestra.
- Con relación al indicador relacionado con la localización de donde se puede gestionar la información relacionada con los elementos que puedan

identificar la situación problémica, contestaron afirmativamente el 50%, el 30% refiere que no lo hace y finalmente el 20% manifiesta que lo hace a veces.

- Acerca de la elaboración de técnicas para recopilar toda la información posible sobre el tema en cuestión, el 60% manifiesta que sí lo hace, el 10% no lo tiene en cuenta y el 30% restante lo realiza a veces.
- Sobre la determinación de la efectividad de todas las acciones realizadas para efectuar correcciones necesarias, el 40% sí lo hace, el otro 40% no lo realiza y el restante 20% lo hace en ocasiones.
- El 30% de la muestra encuestada sí organiza la información obtenida, el 40% no lo hace y el restante 30% lo hace en ocasiones.

Sobre cómo solucionar los problemas de la organización.

- Para determinar los elementos claves sobre los que habrá que trabajar el 45% lo hace, el 40% no lo realiza y el restante 15% lo hace en ocasiones.
- Adecuan el diseño de transformación a las características concretas de la situación identificada solo el 30% y el restante 70% no lo hace.
- Elaboran planes para la ejecución de la transformación de la situación actual del problema solo el 15%, el 60% no lo hace y el restante 25% en ocasiones.
- El 40% de los encuestados utiliza técnicas para estimular la participación de los implicados en los diferentes momentos de la solución de la situación problémica, el 30% no lo hace y el otro 30% lo hace a veces.
- La gran mayoría de la muestra que representa el 65%, ejecuta la transformación y el restante 35% no lo hace.

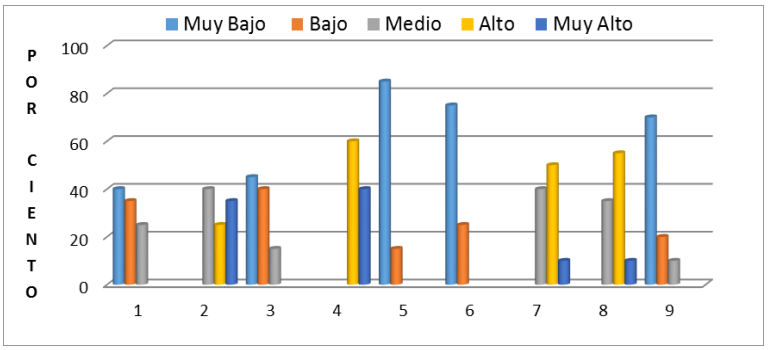
La encuesta # 2 aplicada en esta investigación estuvo relacionada con la determinación del nivel de impacto sobre la evaluación de la preparación por competencias profesionales, a través de las diferentes vías existentes. Los encuestados respondieron por intermedio de una escala de valores del 1 al 5, en los cuales se refleja el nivel de conocimientos adquirido en el tema objeto de estudio.

Al preguntar acerca del grado en que ha aprendido a solucionar problemas de dirección y a mejorar la comunicación mediante el ejercicio en la práctica de esta actividad, el 40% de la muestra le otorgó el nivel I, el 35% el nivel II y el 25% refieren solo lo plasmado en el nivel III (muy bajo, bajo y medio); un comportamiento diferente tuvo la respuesta acerca del aprendizaje de las competencias mencionadas, a través de la observación de cómo lo hacen otros, el 40% otorgó el nivel III, el 30% el nivel IV y el restante 30% el nivel V (medio, alto y muy alto).

Con relación a la capacitación como vía para el aprendizaje de las competencias, el 45% otorga el valor correspondiente al nivel I, el otro 45% al nivel II y el restante 10% manifestó, que es contenido del nivel III (muy bajo, bajo y medio), así como a través de la superación profesional en actividades relacionadas con la preparación de cuadros y reservas el 85% le otorga el nivel I y el restante 15% el nivel II (muy bajo y bajo), sin embargo, mediante el estudio autodidacta como vía efectiva para el dominio de las competencias, solución de problemas de dirección y mejorar la comunicación, el 60% establece el nivel IV y el restante 40% el nivel V (alto y muy alto).

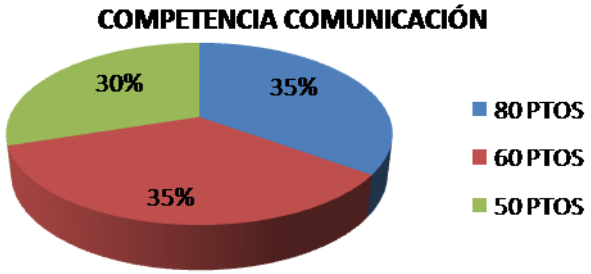
En la pregunta relacionada con la realización de tareas concretas asignadas a la situación específica, el 75% le da valor de nivel I y el otro 25% nivel II (muy bajo y bajo), sin embargo al preguntar acerca del nivel de conocimientos que se posee acerca del desempeño profesional mediante la internalización de competencias, el 40% otorga el nivel III, el 50% el nivel IV y el restante 10% el nivel V (medio, alto y muy alto), situación que es similar al cuestionar acerca de del conocimiento de las competencias profesionales indispensables para un directivo exitoso, el 35% lo relaciona con el nivel III, el 55% con el nivel IV y el 10% con el nivel V (medio, alto y muy alto).

Por otra parte la respuesta acerca con la importancia que le otorgan los directivos a las competencias solución de problemas de dirección y la comunicación, en este caso el 70% le otorga el nivel I, el 20% el nivel II y el 10% el tercer nivel (muy bajo, bajo y medio).



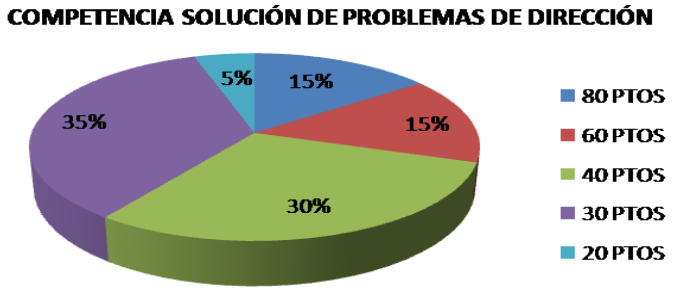
La encuesta número III aplicada en la investigación, muestra la importancia que le otorgan los directivos seleccionados como muestra a la jerarquización de las competencias profesionales más importantes que a consideración de los autores deben tener los cuadros y sus reservas, para llevar a cabo una labor exitosa en su desempeño profesional.

En este ejercicio se muestran 13 competencias profesionales que deben poseer los cuadros y sus reservas, con una puntuación entre 10 y 100 unidades, aunque la tabla de habilidades se aplicó completamente solo se analiza el nivel de jerarquización que establecieron los cuadros a las competencias objeto de estudio, solución de problemas de dirección y mejorar la comunicación; en este caso con los números 6 y 8 en la citada tabla, en el primer caso para la competencia relacionada con la comunicación el 35% de la muestra le confiere el valor de 80 unidades, mientras que otro 35% le otorga el valor de 60 puntos, el restante 30% le concede una puntuación equivalente a 50 unidades.



Con relación a las competencias relacionadas con la capacidad para solucionar problemas en la dirección la muestra jerarquizó de la siguiente manera, el 15% le otorga una puntuación de 80 unidades, otro 15% confiere 60 puntos y el resto de

la muestra, un 30% solo concede 40 puntos, el 35% le da únicamente 30 unidades y el restante 5% le confiere solo 20 unidades.



Análisis DAFO y Diagrama de Ishikawa.

Debilidades:

- No se posee un instrumento adecuado para controlar de forma centralizada la preparación y el desarrollo de los cuadros y sus reservas en el sistema deportivo a nivel nacional.
- Resulta insuficiente la preparación de los cuadros y sus reservas en los contenidos de administración y dirección, específicamente en la dimensión de competencias profesionales para el uso de las buenas prácticas en el proceso directivo.
- En algunas aulas que existen en las Facultades de Cultura Física de las provincias, que son atendidas metodológicamente por la Escuela Ramal del INDER existen programas de estudio no ajustados a los DNA ni a las funciones que desempeñan los cuadros y reservas.
- No se diseñan en los programas de estudio de las escuelas ramales actividades de carácter práctico que puedan ofrecer una mejor visión de los contenidos impartidos a través de la interacción con los principales actores en las estructuras organizativas de base.
- No existe un instrumento para evaluar y medir el impacto que provoca la preparación y el desarrollo de los cuadros en todo el país.
- En algunas entidades no están bien confeccionados los PDI de los cuadros y no están determinados los conocimientos que deben poseer los mismos

en cada nivel de dirección, con relación a los aspectos de dirección y gestión.

- No se emplea suficientemente la autopreparación como una de las vías fundamentales de superación.

Amenazas:

- La falta de seguimiento en la formación y el desarrollo de los cuadros, limita que se establezca una ruta adecuada de promoción.
- Se efectúan promociones a cargos de dirección sin realizar una evaluación integral de la preparación recibida por el aspirante.
- No se tiene en cuenta para realizar una promoción de cuadro, los aspectos relacionados con los componentes de la inteligencia emocional.
- Falta de una estrategia efectiva que ofrezca una política de estimulación y motivación para ocupar cargos de dirección.

Fortalezas:

- El nivel de preparación científico-metodológico que poseen los profesores que conforman el claustro en todo el país.
- Concientización de los directivos del organismo en cuanto a la necesidad de elevar el nivel en la formación y el desarrollo de los cuadros del INDER.
- La estructuración del Sistema Deportivo Cubano y su integración con las esferas de actuación de la carrera, permiten la concentración de los recursos humanos para garantizar su superación y perfeccionamiento.

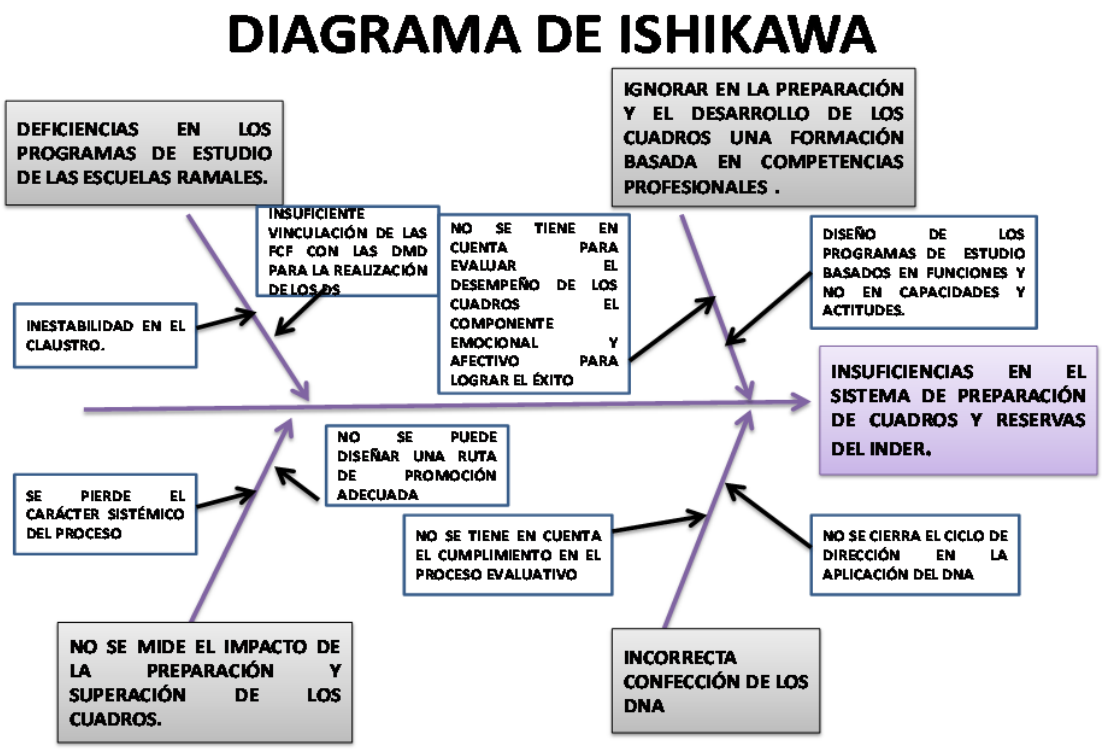
Oportunidades:

- Los resultados alcanzados por Cuba en el ámbito deportivo y de actividad física a nivel mundial.
- El gran número de colaboradores cubanos que prestan ayuda técnica en otros países.
- Convenios de colaboración existentes con otras universidades del país e intercambios académicos con otros países del mundo.
- Programas de superación que se ofrecen a la mayoría de las Federaciones Deportivas Nacionales por los Organismos Internacionales del Deporte y el COI.

- **Diagrama de Ishikawa (Espina de pescado)**

En el diagrama, el problema ubicado en la punta de la saeta significa el efecto y las "espinas" a enunciar significan sus probables causas, que a su vez pueden tener otras causas o espinas secundarias. Las causas que más se repiten van pegadas al problema fundamental y las que menos se refieren van más alejadas.

Para lograr ese diagrama Ishikawa se realizó un brainstorming (Anexo # 2) en torno a la problemática fundamental brindada a los especialistas.



Conclusiones:

- La preparación y la superación de los cuadros y sus reservas se realiza acorde a la Política del Partido Comunista de Cuba, del Estado y el Gobierno, para contribuir a la actualización del Modelo Económico Cubano y la implementación de los Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución, de una manera proactiva.
- Los resultados que se obtienen al aplicar el diagnóstico reflejan la existencia de debilidades con relación a la integralidad y el carácter holístico que debe tener la preparación de los cuadros y sus reservas.

Bibliografía:

1. Administración. (2007). Primera parte, quinta edición. Editorial Félix Varela. La Habana, Cuba.
2. Armenteros M.C. (2007), “La ciencia, tecnología e innovación: una fuerza de transformación social en pos del desarrollo humano sostenible”. La Habana, Cuba.
3. Bravo E., (2000), “El directivo y las competencias superpuestas”, en: http: www.capitalemocional.com
4. Cardona P. y García P. (2002), “Cómo diagnosticar y desarrollar competencias”, en: Revista de antiguos alumnos”.
5. Codina Alexis. (2008), “Inteligencia emocional para el trabajo directivo y las relaciones interpersonales”
6. Cuesta, Armando. (2003): “Competencias Clave de la Empresa, Brechas y Outsourcing”. Artículo científico técnico. Facultad de Ingeniería Industrial. Universidad Tecnológica de La Habana (ISPJAE).
7. Chiavenato, Idalberto (1999): Administración de Recursos Humanos. Colombia. Edit. McGraw-Hill.
8. Fernández L. “Gestión por competencias. Un modelo estratégico para la dirección de recursos humanos”.
9. Jiménez y Carrión. (2000): “Creando valor a través de la gestión por competencias”, Revista Capital Humano. No. 135. Madrid. Ed. Capital Humano.

Título: Evaluación del proceso de gestión de la Práctica Laboral Investigativa de Recreación en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo".

Autor: Lic. Omar Álvarez García. Profesor Asistente del Dpto. de Recreación de la
Institución: UCCFD ¨Manuel Fajardo¨
País: Cuba

El término Recreación aparece acuñado en la literatura especializada en 1899 en la obra clásica del sociólogo y economista norteamericano Thorstein Veblen, " The Theory of Leisure Class".

La Recreación debe representar una fuerza activa mediante la cual lejos de ser una evasión del trabajo, sea una actividad para el desarrollo del individuo a plenitud. Esto quiere decir que se irá al cultivo óptimo de sus facultades ya que por medio de esta actividad el individuo se enriquece, profundiza su concepción del mundo y es precisamente sobre esta base que presentamos nuestra definición.

Recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística - cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad. (4)

Por otra parte y según el artículo 144 de la Resolución 210/ 07, del MES, se define la práctica laboral como la forma organizativa que tiene por objetivos propiciar un adecuado dominio de los modos de actuación que caracterizan la actividad profesional y, a la vez, al desarrollo de los valores que aseguran la formación de un profesional integral, apto para su desempeño futuro en la sociedad.

Contribuye además, al desarrollo de la conciencia laboral, disciplina y responsabilidad en el trabajo. En esta forma organizativa se materializa, fundamentalmente, el principio marxista y martiano de combinar el estudio con el trabajo relacionando la teoría con la práctica. Se integra como un sistema con las

actividades académicas e investigativas, de acuerdo con las particularidades de cada carrera, para lograr tales objetivos. (5)

La práctica laboral podrá tener diferentes tipos de acuerdo con los objetivos a alcanzar en cada año de la carrera de Lic. en Cultura Física. En el último año de estudio, se puede desarrollar como fase preparatoria para crear las condiciones inherentes a la realización del examen estatal o del trabajo de diploma.

La Práctica Laboral Investigativa (PLI) está instituida en total interacción con el contexto social, de manera que intervenga prósperamente en la ganancia de nuevas experiencias en el marco de la práctica educativa, con una alta optimización y efectividad en la atención del practicante, en el cual este actúe de manera activa, autora y autónoma, garantizando la formación integral del futuro egresado de esta especialidad y a su vez la puesta en práctica de los conocimientos adquiridos durante el transcurrir de la carrera y en espera de poder solucionar los problemas que se presenten durante el transcurso del desarrollo de la práctica en la unidad docente.(1)

El sistema de habilidades que aparece reflejado en el programa de la Disciplina Recreación para la Práctica Laboral Investigativa consiste en diagnosticar la situación concreta que presenta la comunidad, seleccionar las áreas óptimas para la realización de las actividades, seleccionar las actividades acordes con las características bio-psicosociales de los participantes, animar estas actividades, planificar y dirigir equipos deportivos y sus prácticas, grupos relacionados con las actividades recreativas en la naturaleza para distintos niveles de edad y grupos poblacionales, dirigir programas y proyectos recreativos, festivales deportivo-recreativos, actividades físico-recreativas consideradas como manifestaciones especiales.

La Práctica Laboral Investigativa de la Disciplina Recreación es un proceso que se lleva a cabo desde el segundo semestre de primer año. La misma cuenta con un total de 128 horas, donde el estudiante recibe los primeros conocimientos en su práctica de familiarización (32 horas). En el sexto semestre de la carrera del Curso Regular Diurno el estudiante recibe la asignatura Recreación Básica (64 horas) y

en el séptimo Actividades Recreativas en la Naturaleza (48horas) para complementar el sistema de conocimiento y habilidades.

El curso Diurno Semipresencial recibe la asignatura Recreación Básica en su octavo semestre y en el noveno la de Actividades Recreativas en la Naturaleza, realizando su PLI en el primer semestre de quinto año. Estas asignaturas comparten la misma cantidad de horas que las del Curso Regular Diurno.

El estudiante será ubicado en diferentes Unidades Docentes en sus territorios, donde es llevada a cabo por los estudiantes de 4to año del Curso Regular Diurno y 5to año del Curso Diurno Semipresencial del centro, supervisada por los profesores del departamento del centro y tutorada por los profesores de recreación del municipio. Ambos se rigen por el Programa de la Práctica Laboral Investigativa de Recreación.

La evaluación de los estudiantes en la Práctica Laboral Investigativa de Recreación se realiza como aparece plasmado en el Programa de la Disciplina y consta de 5 indicadores:

- Tener màs del 80% de asistencia a la Pràctica Laboral Investigativa.
- Evaluaciones mensuales.
- Entrega del diario.
- Participación en Festival Municipal de Recreación.
- Presentación de la Investigación (Trabajo de Curso).

En la misma es donde se generalizan y aplican a un nivel superior los conocimientos adquiridos, se forma y desarrollan habilidades pedagógicas, metodológicas, se perfeccionan y consolidan los rasgos y valores que caracterizan la personalidad del profesor, así como los métodos y técnicas para el desempeño de su futura profesión.

Antecedentes de la evaluación.

En estudios precedentes se determinó que el concepto evaluación para nuestros contemporáneos trae una connotación negativa adquirida históricamente en las prácticas de procesos educativos formales, a través de los exámenes, los cuales han sido considerados como elementos inherentes a toda acción educativa, de tal

manera, que muchas personas suelen considerar que el examen es sinónimo de la evaluación.
La propia historia desmiente esta idea, pues el examen fue creado por la burocracia china para elegir los miembros de las castas inferiores. Hasta el Medioevo no se evaluaba con exámenes, ni mucho menos se asignaba calificaciones, las cuales aparece en la Pedagogía en el siglo XIX.

Por ejemplo "La creación de la Universidad francesa por Napoleón se acompaña por un sistema de exámenes y concursos dirigidos por el Estado.
En 1808 se establece un sistema de promoción: para la primaria, el certificado; para la secundaria, el bachillerato; y la licencia universitaria, facultades para doctorado. En 1905 se emplea la medición objetiva de cálculo y ortografía.
En 1908 en Estados Unidos se publica un test de Aritmética y otro de Escritura. En Gran Bretaña aparecen test de inteligencia y test pedagógicos para establecer rendimientos.
De 1949 a 1969, se introducen nuevos elementos acerca de lo que es la evaluación. La asocian con objetivos comportamentales, con pruebas estandarizadas, con diseño experimental y con revisión de expertos.
En la década del 70 la evaluación es definida como un proceso para orientar los esfuerzos de mejoramiento, un método sistemático de estimar y valorar, o como una crítica experta"

Los exámenes fueron utilizados inicialmente en las Universidades y posteriormente en el sistema escolar de toda Europa, dio origen esta práctica al nacimiento de la docimología o ciencia de los exámenes creada por Henry Pieron, corriente francesa cuyo equivalente americano es la psicometría aplicada a la educación y que fue muy divulgada a partir de una reunión pedagógica celebrada en Hansburgo en 1958.

A mediado del siglo XX la Pedagogía comienza a desplazar el término examen y lo sustituye por el de test dándole una connotación de rigor y cientificidad al

considerarlo como instrumento capaz de determinar una infinidad de factores psicológicos de un individuo.
Casi simultáneamente, aparece el término evaluación como un concepto que trata de superar las limitaciones e inconvenientes del examen, sin embargo en la práctica se identifican ambos términos y a pesar de las críticas contundentes que han recibido los exámenes o pruebas, las injusticias e insuficiencias valorativas que se desprenden del ellos, todavía hoy, están presente en las prácticas evaluativas del mundo entero. (2)

En Cuba desde el triunfo de la Revolución se ha trabajado en aras de mejorar el Sistema Educacional Cubano donde de la mano de profesores y educando de experiencia han llevado a cabo en la construcción del saber, vinculando sus conocimientos para lograr aportes teóricos, prácticos y sociales.
A partir de numerosas investigaciones realizadas a lo largo de de 50 años se han producido importantes cambios en busca de una mejor calidad en la educación del país.

Entre los estudiosos de la evaluación de los vinculados al tema de la Cultura Física en los últimos 5 años podemos citar a:
Pérez, M. I. (2008). Metodología para evaluar el rendimiento competitivo en el beisbol Disertación doctoral, Matanzas, Cuba.
Ruiz, C. J.M. (2009). Batería de pruebas para evaluar la efectividad del tiro con arco desde media y larga distancia en situaciones semejantes al juego en el Baloncesto Disertación doctoral, Matanzas, Cuba.
Roland, S. M. (2009). Propuesta de normas para evaluar la eficiencia y detectar talentos en capacidades físicas para la iniciación deportiva en las edades de 6-14 años en Busowa, Bugiri, Uganda Disertación doctoral, Habana, Cuba.
Pensado, D. J. (2010). Modelo para la evaluación del desempeño táctico ofensivo en baloncestistas juveniles masculinos de la ESPA “Manuel Permuy” de la Ciudad de la Habana Disertación doctoral, Habana, Cuba.

Barroso, R. G. (2011). Modelo de evaluación exante de proyecto e innovación con Enfoque de Integración Estratégica para Organizaciones de Actividad Física y Deporte. Disertación doctoral, Habana, Cuba.

Barrios, D. R. (2011). Elaboración de un instrumento para evaluar estado de ánimo en deportistas de alto rendimiento. Disertación doctoral, Habana, Cuba.

La puesta en marcha del Programa perfeccionado de la Práctica Laboral Investigativa de Recreación y en funcionamiento desde septiembre del 2012, implica una evaluación que se debe realizar a partir de criterios personales, entrevistas y un estudio detallado del fenómeno a investigar para su mejor funcionamiento y aceptación por parte de los estudiantes, sin embargo el mismo no se desarrolla con la calidad requerida.

En la búsqueda teórica realizada no se encontraron evidencias de estudios que se relacionen con la importancia de establecer nuevas y mejores formas para evaluar la Practica Laboral Investigativa en la recreación, siendo esto un objetivo esencial en nuestro proceder.

En un diagnóstico realizado por profesores del Departamento de Recreación que derivó en la confección de un manual metodológico para la PLI, resultó como elemento fundamental la necesidad de elaborar un documento (Metodología) que permita evaluar el proceso de la PLI de Recreación con mayor profundidad y que este atemperado a las actuales exigencias del plan de estudio de la licenciatura e CF y por supuesto en correspondencia con la habilidades y competencias que se deben desarrollar los estudiantes y por tanto evaluarse en esta práctica.

De lo anterior se derivan las limitaciones siguientes:

- Después de analizados los tres últimos cursos con el nuevo programa Práctica Laboral Investigativa de Recreación se detectó que no se establece una concomitancia entre lo que se proyecta y lo que se ejecuta en la práctica, como parte de la fase de control o retroalimentación de la evaluación.

- Limitaciones en los fundamentos teóricos conceptuales en cuanto a la evaluación de proceso por parte de los tutores de las Unidades Docentes y profesores de Recreación de la UCCFD ¨Manuel Fajardo¨.
- Deficiencias en la concepción de pasos para evaluar correctamente.
- Insuficiente manejo de los indicadores básicos que se establecen para evaluar la práctica laboral.

En muchas ocasiones este proceso se ve afectado por la falta de competitividad de los profesores tutores de sus Unidades Docentes, escaces de recursos, desconocimiento de su labor como tutor, falta de preparación metodológica, baja motivación por la labor que realiza, malas condiciones de trabajos, entre otras. Todo lo mencionado anteriormente atenta contra la calidad de la formacion del profesional de Cultura Física, fundamentandose asì la situaciòn problemica de nuestra investigaciòn.

Por lo que nuestro **problema científico** es:

¿Cómo concebir la evaluación del proceso de la Práctica Laboral Investigativa en la Disciplina Recreación en la Lic. en CF de manera que favorezca el desarrollo de habilidades y competencia en esta área?

Objetivo General:

Determinar una metodología para evaluar el proceso de la Práctica Laboral Investigativa en la Disciplina Recreación que favorezca el desarrollo de habilidades y competencia en esta área.

Posibles resultados:

Contribuir a enriquecer los fundamentos teóricos relacionados con la evaluación en la Práctica Laboral Investigativa en los estudiantes, así como caracterizar el nivel de competencia profesional.

Se ofrecerá una nueva metodología para la evaluación del proceso de la Práctica Laboral Investigativa de Recreación.

Nos aproximaremos al desarrollo de las habilidades y conocimiento del estudiante para que sea un profesional competente una vez que tenga las herramientas

necesarias para su desempeño laboral, dándole un seguimiento hasta un año después de su graduación.

Bibliografía:

1. Barroso, R. G. (2011). Modelo de evaluación exante de proyecto e innovación con Enfoque de Integración Estratégica para Organizaciones de Actividad Física y Deporte. Disertación doctoral, Habana, Cuba.
2. Barrios, D. R. (2011). Elaboración de un instrumento para evaluar estado de ánimo en deportistas de alto rendimiento. Disertación doctoral, Habana, Cuba.
3. Carrazana B. D. (2013). Evaluación del Proceso de la Practica Laboral Investigativa de la Disciplina de Recreación. Trabajo de diploma obtenida de una base de datos. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte ¨Manuel Fajardo¨. La Habana, pp. 3-11.
4. González R. B. N. (2003) Criterios de evaluación para procesos de educación popular en las comunidades. Tesis de maestría obtenida de una base de datos. Universidad de Oriente, facultad de Humanidades. Santiago de Cuba, pp. 11-13.
5. Moreno I. M. (2005) Propuesta metodológica para evaluar la eficacia del proceso pedagógico áulico en secundaria básica. Disertación doctoral obtenida de una base de datos. Instituto Central de Ciencias Pedagógicas. Cuba.
6. Pérez, M. I. (2008). Metodología para evaluar el rendimiento competitivo en el beisbol Disertación doctoral, Matanzas, Cuba.
7. Pensado, D. J. (2010). Modelo para la evaluación del desempeño táctico ofensivo en baloncestistas juveniles masculinos de la ESPA “Manuel Permuy” de la Ciudad de la Habana Disertación doctoral, Habana, Cuba.
8. Pérez S. A. (2010). Recreación: Fundamentos teóricos metodológico. La Habana. Cuba, pp. 5.
9. Programa de la Disciplina Recreación Física. Plan D. Versión 31 de octubre de 2007.pp 208-282.

10. Resolución No. 210/2007. Ministro de Educación Superior
11. Roland, S. M. (2009). Propuesta de normas para evaluar la eficiencia y detectar talentos en capacidades físicas para la iniciación deportiva en las edades de 6-14 años en Busowa, Bugiri, Uganda Disertación doctoral, Habana, Cuba.
12. Ruiz, C. J.M. (2009). Batería de pruebas para evaluar la efectividad del tiro con arco desde media y larga distancia en situaciones semejantes al juego en el Baloncesto Disertación doctoral, Matanzas, Cuba.
13. Sánchez A. R. (2013). Manual Metodológico para la Práctica Laboral Investigativa de Recreación en el CES Rector y su Red de Facultades. La Habana. Cuba.

Título: Gestión de proyectos y capital humano

Autor: M.Sc. Luis del Toro Reyes, ldtoro@inder.cu

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”

País: Cuba

Resumen.

Ha quedado demostrado desde finales del siglo pasado la importancia del conocimiento y del talento humano como diferencia competitiva entre las organizaciones. En el ámbito de estas, esa nueva realidad es reflejada en la creciente preocupación con la producción de espacios de producción más flexibles y dirigido a la valorización del ser humano en su totalidad y el reconocimiento por parte de los jefes del valor de su equipo de trabajo, de forma tal que lo perciban los miembros de este, para lograr la satisfacción de un paradigma en la relación Directivos-equipo de trabajo.

En el desarrollo de los Proyectos y en su Gestión están presente incuestionablemente los Recursos Humanos, que son parte del Capital Intelectual que tiene una organización, sin los cuales esta no pudiera concretarse como tal, a conocerlos, comprenderlos, y gestionarlos adecuadamente, contribuirá indudablemente al éxito y culminación satisfactoria del objetivo que se haya trazado la organización

Los procesos y técnicas de dirección de proyectos, se utilizan para coordinar recursos y para lograr resultados predecibles. Sin embargo, debe comprenderse que conducir proyectos no es una "ciencia exacta" y que nunca hay garantías de éxito. Debido a que los proyectos involucran a las personas, existe siempre una cuota de complejidad e incertidumbre que no puede ser absolutamente controlada, en la realización de un proyecto. Por consiguiente, el líder de un proyecto debe saber liderar personas, poseer un buen juicio, tener habilidades interpersonales e intuición personal

Las Organizaciones ejecutan diversos trabajos y estos involucran tanto procesos particulares, como proyectos y pueden superponerse los mismos, ya que comparten características similares a saber:

- Son realizados por personas
- Están restringidos o limitados por los recursos con los que se cuenta
- Son planificados, organizados, regulados, ejecutados y controlados.

Aunque es bueno señalar que tienen una diferencia fundamental, los procesos en su dinámica, pueden ser cíclicos es decir repetitivos y los proyectos tienen un tiempo de duración limitados y una vez concluido su propósito pasan a formar parte integrante de los procesos de la organización.

Los Proyectos son frecuentemente implementados como una vía para ejecutar elementos puntuales que tributan a los planes estratégicos de la Organización.

Jaime Peña Brand[1] define el Proyecto como: "Una operación de envergadura y complejidad notables, de carácter no repetitivo, que se acomete para realizar una obra de importancia"

En esa propia obra, cita a Brown Boveri dando la definición de este cuando expresa: "Un proyecto es un trabajo no repetitivo, que ha de planificarse y realizarse según unas especificaciones técnicas determinadas y con objetivos de costes, inversiones y plazo prefijados. También se define un proyecto como un trabajo de volumen y complejidad considerables, que ha de realizarse con la participación de varios departamentos de la empresa y tal vez con la colaboración de terceros"

Podemos asumir una definición elemental que nos ayude a orientarnos en la comprensión del tema y es que los Proyectos son: Conjunto de acciones con

[1] Dirección y Gestión de Proyectos, Ediciones Díaz de Santos, S.A., 1996, pág 2

carácter temporal con el propósito de crear un producto o servicio único, una vez alcanzado este concluye y pueden ser clasificados de forma general como externos (los encargados por otras organizaciones) e internos (los que la organización acomete por si mismo)

Para muchas organizaciones, los Proyectos son alternativas de solución a requerimientos que no pueden ser atendidos en la dinámica regular de la misma y que persiguen el cumplimiento de un objetivo estratégico para ella y facilitan la estrategia general de la organización.

Pueden ser emprendidos en los diferentes niveles de la organización y su dimensión y extensión en el tiempo, será la que determine el mayor o menor número de personas implicadas, así como la participación de diferentes Unidades organizativas de la estructura general de la Organización.

Hace más de cuarenta años, los métodos de Dirección o Gestión de Proyectos, estaban considerados como una especialidad limitada. Hoy las Direcciones generales deben utilizar este método, no solo para gestionar los proyectos muy vastos y complejos, sino también para gestionar los muy numerosos proyectos de tamaño limitado que forman parte del tejido del management contemporáneo.

En nuestros días, la aceleración de la evolución de los productos, los servicios, los mercados, coloca en el centro de la Dirección, la gestión de proyectos, que tienen la función principal de adaptar rápidamente todos los aspectos de la salida de la organización para mantener o desarrollar su competitividad. Pretende coordinar los recursos a lo largo del ciclo de vida del proyecto, mediante el uso de técnicas de dirección, con el propósito de alcanzar los objetivos prefijados y satisfacer a los destinatarios del Proyecto, así como a los implicados en el mismo

El mundo de la Gestión de proyectos está lleno de paradojas, donde los líderes deben ser innovadores, han de hacer planes de trabajo detallados, pero

desarrollarlos en ambientes de cambio constante y acelerado. Se les exigen resultados y trabajar a gran velocidad y deben sujetarse a procesos de toma de decisiones en ocasiones excesivamente lentos.

El valor de una buena gestión de proyectos, radica en contar con procesos y estándares que permitan un manejo adecuado de todas las contingencias que pueden presentarse. Los procesos y técnicas de gestión de proyectos, son usados para manejar adecuadamente los recursos que se involucran en el proyecto de tal forma que se alcancen resultados predecibles.

La propuesta de valor de la Gestión de proyectos radica en tomar tiempo y esfuerzo para manejarlos de manera proactiva. Este costo bien vale la pena a lo largo del ciclo de vida del proyecto debido a que:[2]

- Resuelven problemas más rápidamente.
- Evitan gastos innecesarios y caos al no trabajar en áreas que están fuera del alcance del proyecto.
- Está enfocada en resolver riesgos futuros antes de que los problemas ocurran.
- Se orienta a manejar las expectativas y la comunicación entre clientes, colaboradores y grupos de interés de manera más efectiva.
- Busca crear productos de más alta calidad desde el primer momento.

Las características del entorno en que se da la dinámica de cualquier proyecto no cambiarán si la organización usa una metodología o no. Lo que cambia al tenerla, es la manera en que se manejan los eventos que invariablemente se presentarán a lo largo del proyecto.

Es la existencia de una metodología y los procesos asociados a ésta lo que determina si los problemas y conflictos que se presentan durante la vida del

[2] Adaptado de "La Administración de Proyectos, un mundo lleno de paradojas, Valdés G,T. J**http://www.sld.cu/galerias/doc/sitios/infodir/doc_5.doc**

proyecto son manejados de manera peligrosa y reactiva o bien son atendidos adecuadamente mientras se ejecutan los procesos

Para tener éxito en esta compleja tarea, es necesario que toda la organización esté dispuesta a apoyarla de manera disciplinada. Que rompa la inercia de trabajo desorganizado e improvisado y procure apegarse, de manera responsable, al uso de la metodología

Para asegurar una gestión de proyectos efectiva, es importante tener en mente que los gerentes de proyecto necesitarán una formación educativa que les permita enfrentar los retos que presenta la dinámica inherente a los mismos.

Han de contar con : Sentido común, liderazgo, capacidad de negociación, habilidades interpersonales, empatía, capacidad de síntesis, ser analítico, político, diplomático, organizado, disciplinado, capaz de manejar múltiples actividades simultáneas, ser tolerante a la presión, flexibilidad, identificar los riesgos, delegar autoridad y responsabilidad

Dentro del Sistema de la Cultura Física, las Organizaciones Deportivas evidentemente no escapan a la dinámica y lógica de lo que hemos explicado hasta aquí y se ha trabajado en este sentido pero a nuestro juicio, no con la sistematicidad que se requiere y con la extensión de las mejores experiencias en este sentido. En el caso particular de la Gestión Deportiva, esta declarada como se inserta la Gestión de Proyectos en la misma.

Es notoria la importancia del conocimiento y del talento humano, como un elemento que hace la diferencia entre las organizaciones y no es más esencialmente, que lograr que sean compartidos los conocimientos individuales para lograr la formación de un conocimiento colectivo del cual se apropia la organización. Evidentemente, se necesita de una adecuada motivación de ese capital humano, para que asuma la determinación de si decide o no compartir el

mismo, por ello la motivación en todo este proceso pasa a convertirse en un factor clave, para el triunfo del proceso

El ambiente sicosocial dentro de la organización, se convierte de hecho en un factor determinante para que se desenvuelva una buena gestión del proyecto que se desee acometer, junto al factor antes mencionado de la motivación, pues la organización trata de destacarse y el individuo también.

El mundo de los recursos humanos, con el decursar del tiempo se le ha denominado de las más variadas formas, destacándose, por sólo mencionar algunas: personal, relaciones industriales, empleados, trabajadores, recursos humanos (RRHH) y Capital Humano, que se incluye dentro del concepto de Capital Intelectual [3]

Los términos empleados, hasta el momento, se han utilizado para describir las personas que laboran en una organización, aunque parece que en materia de aceptación, RRHH es el término más frecuente, partiendo del hecho que la mayoría de los directivos en las organizaciones, consideran que los miembros de estas constituyen un recurso valioso para su funcionamiento.

Los líderes en las organizaciones han tenido que transformar gradualmente su visión y percepción de los miembros de estas a lo largo de estos años. En principio se les consideraba solamente como mano de obra, porque la experiencia indicaba que la utilización adecuada de los recursos financieros y la creación de productos atractivos, eran los ingredientes esenciales para el éxito; la consideración de los integrantes de los equipos en la organización, podía quedar fácilmente en un segundo plano, la mano de obra era un recurso abundante. Si una organización no dirigía correctamente a su personal lo peor que podía suceder era que los trabajadores estuvieran descontentos, fueran poco eficientes

[3] Conjunto de activos intangibles de una organización que, pese a no estar reflejados en los estados contables tradicionales, en la actualidad genera valor o tiene potencial de generarlo en el futuro

o hubiera una rotación de personal de magnitudes considerables. Un entorno similar podía ser desagradable pero no ponía en peligro la existencia de una organización.

El aumento de la importancia que se concede a la gestión eficaz del personal ha redefinido su función dentro de la organización ya que los retos a los cuales se enfrenta la misma, cuando se traza la ejecución de un proyecto en particular, exige que los recursos humanos, sean flexibles, ingeniosos y creativos.

Se puede afirmar que una de las principales fuentes de la ventaja competitiva de una organización son las personas que la forman, pues estas le aportan a ella:

- sus capacidades de trabajo
- iniciativas
- motivación con la realización de tareas o acciones diarias
- creatividad y adaptación a los cambios que se producen en la sociedad y en el entorno

Por tal motivo, es de vital importancia que se conceda la atención necesaria a los RRHH; que se consideren como parte de la estrategia principal, convirtiéndose de hecho en un recurso estratégico para lograr una ventaja competitiva en el mundo actual. La organización debe ser capaz de coordinar y utilizar eficaz y eficientemente los mismos e integrar sus prácticas de gestión con dichos recursos mejor que la competencia, o al menos aprender a hacerlo de forma más rápida que los demás, ahí radica la clave del éxito competitivo.

Cuando se habla del Capital Humano de una organización, se refiere al total de las personas o participantes de la organización, en todos los niveles y subsistemas existentes dentro de ésta, para poder realizar una gestión eficaz y con éxito, éstas deben analizarse no sólo como recursos dotados de habilidades, capacidades y destrezas, así como los conocimientos necesarios para desarrollar la tarea organizacional sino también como personas dotadas de características propias de

personalidad y de individualidad, aspiraciones, valores, actitudes, motivaciones y objetivos individuales.

La velocidad con que se realizan los cambios en el entorno produce un acortamiento de la vida del conocimiento organizacional, el cual genera la necesidad de aprendizaje continuo y la mejora de las aptitudes individuales. El personal que ocupe cargo en los RRHH y todo el personal en general, deben aumentar continuamente su preparación y evitar mantener aptitudes, nociones y estilos de antaño.

Una buena política de gestión de los RRHH debe encaminarse a atraer y retener a aquellos miembros de la Organización que mejor se identifican con la cultura particular de la organización y sus objetivos globales, estando comprometidos con ellos, sobre el supuesto de un alto grado de participación en la confección y proposición de ellos, con el fin de obtener mejores resultados. Es imprescindible que los integrantes de una Organización, estén dispuestos a trabajar, que se sientan satisfechos y que exista una armonía entre ellos y la organización.

La motivación es un importante factor en la armonización, en la cual influyen factores como: el diseño del puesto de trabajo, la adecuación del trabajador a los requisitos del puesto, la estimulación y el debido proceso legal en las acciones disciplinarias. La calidad de vida en el trabajo es otro de los factores importantes, ella está muy relacionada con la satisfacción en el trabajo.

Muchos investigadores y especialistas han señalado las transformaciones y acontecimientos, que suceden de forma acelerada y contribuyen a la creación de una nueva sociedad, una sociedad que requiere de nuevos saberes, enfoques, tecnologías y nuevos planteamientos para gestionar cualquier tipo de actividad que se desarrolle dentro y fuera de la organización, para crear productos y servicios con un valor agregado que le permita a la organización mantener una ventaja competitiva en el mercado.

Ante esta realidad, ha surgido un nuevo enfoque dentro de la gestión empresarial que sitúa al individuo como centro rector de la organización, como principal activo en cuya información, conocimiento y experiencia se sustenta para aumentar su capacidad competitiva y el perfeccionamiento de sus resultados, la gestión del conocimiento.

Las investigaciones y aplicaciones de la gestión del conocimiento se encuentran en desarrollo en los países que más han trabajado este tema, aunque existen diferencias sustanciales entre la aplicación de estos modelos en las organizaciones de los países altamente desarrollados y en los países subdesarrollados. [4]

La Gestión para el conocimiento tiene que tomar en consideración el principal activo de ella, su Capital Intelectual. Esta se refiere a todo el esfuerzo sistemático realizado por la organización para crear, utilizar, retener y medir su conocimiento. De ahí la gran importancia y necesidad de crear un equipo multidisciplinario para crear y diseminar el conocimiento en la organización.

Los cambios que se suceden actualmente en el conocimiento, implican en muchas ocasiones la obsolescencia más rápida del conocimiento, de lo que se desprende que estas han de buscar, proyectos de aprendizajes muchos más acelerados y adecuados a su contexto.

Nuevos procesos, nuevas estrategias y nuevas tecnologías, crean la necesidad creciente de que muchas personas, aprendan, se superen e inclusive cambien sus propias concepciones, sobre aspectos muy específicos que se van renovando aceleradamente

---

4 La gestión del conocimiento: un nuevo enfoque en la gestión empresarial Lic. Yudith Pérez Rodríguez1 y MsC. Adrián Coutín Domínguez2
http://bvs.sld.cu/revistas/aci/vol13_6_05/aci040605.htm

El ascenso de los trabajadores con conocimientos cambia actualmente el equilibrio del poder en las organizaciones y crea nuevas responsabilidades entre los directivos y trabajadores en los países desarrollados. Los trabajadores con conocimiento no trabajan solamente por dinero, ni tampoco pueden incentivarse mediante la forma financiera tradicional. Las prioridades de lealtad también cambiarán, primero será el desarrollo personal, luego la lealtad profesional personal y sólo en tercer lugar la lealtad con el jefe.[5]

Los directivos deben asegurar libertad en el trabajo de cada individuo, para que estos desarrollen una actuación mejor. Esto es posible si se proporciona la oportunidad de formación continua y la actualización de las habilidades que incrementan sus oportunidades de encontrar un trabajo fuera de la organización. Al mismo tiempo debe crearse un ambiente interno estimulante que no sólo permita que los empleados utilicen sus habilidades para incrementar la competitividad de la organización, sino que también los motive a quedarse incluso aunque pudieran marcharse.

El conocimiento y la toma de decisiones no residen solamente en los directivos sino que deben compartirse por los miembros del equipo de trabajo de primera línea. Estos deben prestar una atención creciente a su formación, a asegurarse de que su desarrollo y conocimientos son los actuales y que pueden crear valor para la organización.

Ante el auge de las nuevas tecnologías y la importancia creciente que han tomado los recursos humanos en la organización se ha desarrollado un enfoque dentro de la gestión organizacional que involucra no solo a los recursos humanos sino también las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, los métodos de dirección y la cultura organizacional en general, la gestión para el conocimiento, que es al decir de varios autores, una función que planifica, coordina y controla los flujos del conocimiento que se producen en la organización en relación con sus actividades y con su entorno con el fin de crear ciertas competencias esenciales

---

[5] Hope J, Hope T. Competir en la tercera ola: Los diez temas claves de la dirección en la era de la información. Madrid: Gestión 2000; 1998. p. 27.

Es " utilizar de la manera más eficaz el capital intelectual de un negocio. Implica conectar entre sí los cerebros de la gente apropiada para que ese compartir, razonar y colaborar se convierta en algo casi instintivo y forme parte del trabajo diario. [6]

Es un nuevo método de gestión organizacional que se asocia a los que se han desarrollado en las últimas décadas: política de innovación permanente, marketing estratégico, política de recursos humanos, dirección por objetivos, calidad total y reingeniería de procesos. Se trata de desarrollar un conjunto de actuaciones y procedimientos que aporten valor añadido a las actividades de la organización y generalicen las mejores prácticas, en cada uno de los procesos de su actividad.

Los autores hacen referencia a que la concepción de gestión de recursos humanos debe comprender: participación, compromiso, motivación y correspondencia entre los trabajadores, las que asociadas a las nuevas tecnologías de información, crean las condiciones necesarias para el avance de la nueva cultura organizacional.

La gestión de este tipo de activo precisa de un compromiso expreso de crear nuevos conceptos, diseminarlos por toda la organización e incorporarlo a los productos, servicios y sistemas.

El trabajo del conocimiento persigue en todo momento aumentar el valor y propiciar que los productos y servicios aumenten la satisfacción de los clientes.

Hay muchas interpretaciones, posiciones, concepciones, económicas o no, acerca del Capital Humano (CH) como uno de los aspectos que analiza la gestión y valor de las personas en una organización. En la literatura es común relacionar el CH a

---

[6] Brookes C. Gaining Competitive Advantage through Knowledge Management. Disponible en: http://www.gvt.com/kmpap2us.htm [Consultado: 6 de julio del 2005].

personas de una organización, o considerarlo como un recurso de la organización, utilizando el concepto tradicional de recursos humanos. Es muy común referirse a este como las cualidades y características de las personas de una organización o sea, sus aspectos intangibles, por ejemplo, la formación, educación, escolarización, el conocimiento, salud, condiciones de vida y trabajo, información, etc., y cuando se trata de los aspectos tangibles en la organización como cantidad, salario, contratación, jubilación, etc., entonces lo consideran recursos humanos. Otros nos referimos como el autor, a que es, lo que poseen las personas.

Es indudable que a la hora de referirse al CH, medirle, diagnosticarle, entre otras acciones, es imposible separar a la persona de las cualidades, características, capacidades, etc. que ella posee y que le permite desarrollar actividades exitosamente ya sean sociales o económicas.

En la literatura actual se observa una profundización en las concepciones e interpretaciones del Capital Humano, un ejemplo de ello es el llamado Capital Intelectual (CI) y su gestión en el cual se le asigna al CH el papel preponderante de la gestión y desarrollo de los recursos intangibles. También observamos en la literatura un cambio en las posiciones de la llamada gestión de los recursos humanos, aproximándose a concepciones ya asumidas por el Capital Humano, como es por ejemplo la gestión por competencias[7],[8] Pero entre las palabras "recurso" y "capital" ya sean utilizadas como sustantivos o como adjetivos existe una marcada diferencia que establece fronteras muy claras en su interpretación y lectura. [9]

La idea actual de Capital Humano se ha fortalecido a partir de su participación decisiva e imprescindible en el Capital Intelectual (CI). Vamos a referirnos a este

---

[7] Competencia. El conjunto de modelos de conducta …… (Boam 1992), Friedman B. y otros, Atraer, gestionar y retener el Capital Humano., Paldos, 2000.

[8] Gestión Por Competencia: Herramienta estratégica indispensable …….. Aportado por: Peggy Cruz M. Silvana Rojas R. Georgina Vega L. Yasna Villegas Q. G - Vega@budget.cl, Universidad de Antofagasta Facultad de educación http://www.gestiopolis.com/ junio 4 del 2002.

[9] Capital Humano, en busca de un contexto. Autor: MSc. Carlos Lazcano Herrera y Dra. Elena Font Graupera Fac. De Economía, Universidad de La Habana

último concepto haciendo referencia a Edvinsson (1996) que presenta el Concepto de Capital Intelectual mediante la utilización de la una metáfora:[10]. "Una corporación es como un árbol. Hay una parte que es visible (las frutas) y una parte que está oculta (las raíces). Si solamente te preocupas por las frutas, el árbol puede morir. Para que el árbol crezca y continúe dando frutos, será necesario que las raíces estén sanas y nutridas. Esto es válido para las empresas: si sólo nos concentramos en los frutos (los resultados financieros) e ignoramos los valores escondidos, la compañía no subsistirá a largo plazo".

La principal línea de argumentación de Leif Edvisson es la diferencia entre los valores de la empresa en libros y los de mercado. En ese espacio se encontraba el valor oculto de la empresa, el cual había que sacar a flote, el CI. Esta diferencia se debe a un conjunto de activos intangibles, que no quedan reflejados en la contabilidad tradicional, pero que el mercado reconoce como futuros flujos de caja.

Nosotros, asumimos el siguiente criterio, que *el Capital Humano es lo que poseen las personas, sin dejar de tener muy presente, que no podemos separarlo de la persona cuando nos referimos a ellos*[11].

Devolver a las personas la capacidad de pensar y auto organizarse será el gran paso, cuando se cree que las personas llevan dentro, intrínsicamente, la capacidad de mejorar y crear cosas nuevas. La empresa del conocimiento es una empresa repensada donde existe liderazgo, confianza en las personas, todo lo cual se refleja en sistemas avanzados de formación, motivación, remuneración, etc. y también, desde luego, en el uso creativo de las tecnologías de la información.[12]

El concepto de Capital Intelectual se ha incorporado en los últimos años tanto al mundo académico como empresarial para definir el conjunto de aportaciones no

---

[10] Edvinsson L. Y Malone M.; El Capital Intelectual, 1999. Gestión 2000; pág. 26.

[11] Del autor

12 Arboníes LA. El conocimiento no se puede gestionar. Disponible en: http://dois.mimas.ac.uk/DoIS/data/Articles/juljuljiky:2000:v:4:p:3639.html Acceso: 14 de enero del 2010

materiales que en la era de la información se entienden como el principal activo de las empresas del tercer milenio

El capital intelectual no es un término novedoso, sino que ha estado presente desde el momento en que el primer vendedor estableció una buena relación con un cliente. Más tarde, se le llamó fondo de comercio. Es evidente que ha ocurrido una explosión en determinadas áreas técnicas claves, incluidos los medios de comunicación y las tecnologías de la información, que han proporcionado nuevas herramientas para edificar una economía global. Muchas de ellas, aportan beneficios inmateriales que ahora es difícil percatarse de su existencia, pero que antes no existían, hasta el punto que la organización no puede funcionar sin ellas. La propiedad de dichas herramientas proporciona ventajas competitivas y, por consiguiente, constituye un activo.

En resumen, el capital intelectual es el conjunto de activos Intangibles de una organización que, pese a no estar reflejados en los estados contables tradicionales, en la actualidad genera un valor o tiene el potencial de generarlo en el futuro.[13] Los conocimientos de las personas claves de la empresa, la satisfacción de los empleados y de los clientes, el know-how de la institución, entre otros, son activos que explican buena parte de la valoración que el mercado concede a una organización y que, sin embargo, no se recogen en su valor contable.

La gestión del conocimiento, el concepto de capital intelectual, la gestión de recursos humanos y la gestión de proyectos, sin dudas, están cambiando la forma en que se maneja hoy la economía de las organizaciones en un mundo globalizado; lógicamente no todos los países tienen las mismas oportunidades de introducir esta filosofía, basada en la gerencia de todos estos elementos, los activos intangibles, con el fin de socializar el conocimiento y elevar la competencia y valor en el mercado de las organizaciones, de ahí el principal reto que hemos de asumir en nuestras organizaciones, con los recursos que disponemos.

---

13 Euroforum. Modelos. Disponible en:
http://www.gestiondelconocimiento.com/modelo_modelointelect.htm Acceso: 16 de enero del 2013

Título: Habilidades directivas para la gestión mediante el Coaching en la ESFAAR "Cerro Pelado"

Autor: M.Sc. Wilmer Lewis Calvo

Institución: Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado"

País: Cuba

RESUMEN

La influencia del escenario mundial, ha traído consigo la conversión del deporte en una de las principales industria del espectáculo, la intensiva y extensiva aplicación de la ciencia y la tecnología, la desaparición del llamado deporte aficionado, el papel protagónico, cada vez mayor, de las grandes corporaciones y la aceptación social e institucional indiscutible e incuestionable del deporte, hacen que tornen los recursos insuficientes tanto en lo financiero como en lo material, no hay una óptima utilización del recurso material, el ritmo de cambio supera la velocidad con que las organizaciones enfrentan las nuevas circunstancias y la ausencia de un modelo de perfeccionamiento en las organizaciones deportivas. Basado en esto se necesita prestar particular atención al modo de gestión y a las formas de pensar, decidir y actuar de los directivos, por ello el funcionamiento efectivo y eficiente de una organización así como el logro de sus objetivos depende, en gran medida, de las habilidades que posea el directivo para alcanzar los mismos mediante la cooperación voluntaria y el esfuerzo conjunto de su equipo de trabajo. La presente investigación se realiza con el objetivo de elaborar un Sistema de Habilidades Directivas para la Gestión mediante el Coaching en la ESFAAR "Cerro Pelado" y en tal sentido se utilizan métodos teóricos y empíricos que permiten obtener los datos que debelen la situación actual de esta organización deportiva para la concreción del sistema que se desea.

INTRODUCCIÓN

Actualmente, las organizaciones enfrentan cambios constantes del entorno, a los que tienen que adaptarse para sobrevivir. Asimismo con la globalización de los

mercados y el desarrollo de la tecnología y las comunicaciones, las organizaciones tienen que identificar y desarrollar ventajas competitivas y brindar servicios y/o productos de alta calidad. En este contexto se desarrolla una creciente importancia entre los gestores y las organizaciones por elevar sus estándares de calidad, ser competitivas y mantenerse en el mercado.

El estudio de las potencialidades humanas, el interés de conocer cada vez más al hombre y así obtener un mayor y mejor rendimiento laboral y científico, se ha convertido en un tema importante ante los actuales cambios en todas las esferas de la economía; basado en esto se necesita prestar particular atención al modo de gestión y a las formas de pensar, decidir y actuar de los directivos, por ello el funcionamiento efectivo y eficiente de una organización así como el logro de sus objetivos depende, en gran medida, de las habilidades que posea el directivo para alcanzar los mismos mediante la cooperación voluntaria y el esfuerzo conjunto de su equipo de trabajo.

Cuando hablamos del directivo nos referimos a su capacidad para orientar, dirigir, tomar decisiones y lograr resultados; de él depende el éxito de la organización, el de su equipo de trabajo y su éxito personal. Obviamente se necesita, no solo de una formación gerencial y teoría de la administración sólida para pensar, tomar decisiones y emprender acciones encaminadas al logro de metas, sino también de una concepción clara del trabajo en equipo que le permita ganar apoyo efectivo y miembros comprometidos.

Las organizaciones deben, tal como lo sugieren algunos autores, convertirse en organizaciones que aprenden, en constructoras de oportunidades para el aprendizaje, desde lo individual a lo colectivo, desarrollándose conjuntamente persona e institución, para alcanzar juntos la excelencia.

Ese aprendizaje puede ser espontáneo y a la vez muy costoso, a través del ensayo y el error, pero también puede ser una inversión en tiempo y en recursos muy rentable, si es propiciado a través de propuestas innovadoras como es el caso del Coaching.

La Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento (ESFAAR) Cerro Pelado, es una entidad nacional, subordinada al INDER, tiene como

misión:Garantizar la preparación docente-educativa y el desarrollo sostenible de la maestría deportiva de atletas de alto rendimiento sobre la base de valores revolucionarios, éticos, morales y cívicos, a través de la prestación de servicios asociados a la preparación del deportista, alimentación, hospedaje, atención médica especializada y la sana ocupación del tiempo libre mediante programas de culturales-recreativos.

Sin embargo existe insuficiente trabajo con las habilidades gerenciales por parte de sus directivos para desarrollar una gestión conducente al logro de los objetivos con la calidad que demanda el deporte en la actualidad.

La situación problémica declarada anteriormente permite formular el siguiente problema de investigación. ¿Cómo desarrollar el trabajo con las habilidades gerenciales para desarrollar una gestión conducente al logro de los objetivos en los directivos de la ESFAAR “Cerro Pelado”?

Con el objetivo de elaborar un Sistema de Habilidades Directivas para la Gestión mediante el Coaching en la ESFAAR “Cerro Pelado”

DESARROLLO

Vivimos en un mundo de cambio rápido y acelerado que tiene lugar en muchas áreas, incluyendo los aspectos políticos, científico, tecnológico y de comunicaciones, así como en las mismas organizaciones.

Muchas organizaciones modernas han desarrollado la habilidad para integrar el cambio tecnológico y de información. Sin embargo, la habilidad para acomodar, modificar y adaptarse al cambio social y cultural se ha retrasado debido a su mala adaptación para integrar el cambio tecnológico. En realidad, así como sucedió con el uso de la computadora, en ocasiones el retraso cultural evita el uso idóneo de la nueva tecnología.

Son muchos los factores que afectan a una organización, por la cual la mayoría de ellas cambian constantemente y es imposible predecir que puede presentarse el día de mañana.

Paulas, O (2008) define Organización Deportiva como la organización social y específica donde se materializan los servicios de actividad física y deportes, sustentados en un basamento jurídico.

En la actualidad se vive una revolución científica y tecnológica. Las organizaciones establecen programas y proyectos para contar con personal que esté preparado para el cambio. Todo directivo, por tanto, necesita desarrollar, adoptar, aprender y perfeccionar sus habilidades directivas; tales atributos se requieren para llevar a cabo con éxito las funciones directivas. Además enfrenta retos que le exigen estar capacitados ante la globalización, los avances tecnológicos y las ideologías, realiza y desarrolla habilidades directivas que implican integrar los cuatro recursos de la organización: el recurso técnico, el humano, el financiero y el material. En toda actividad humana estas habilidades se deben potenciar hacia un objetivo común. Estas habilidades directivas, tanto del líder como del directivo, se desarrollan a medida que transcurre su formación o vida profesional.

¿Qué habilidades necesitan los directivos para un trabajo efectivo?

Según estudiosos, la habilidad supone conocimientos sobre una cosa (conceptos, procesos, técnicas, sus interrelaciones con "otras cosas"), la posibilidad de aplicar las mismas de manera efectiva, en las circunstancias que resulte necesario, y su conversión en métodos de trabajo y de comportamiento habituales.

Para identificar las habilidades que necesitan los directivos para un trabajo efectivo pueden utilizarse tres fuentes:

- ✓ Precisar lo que hacen los directivos y, a partir de ahí, determinar lo que "necesitan" para hacerlo mejor;
- ✓ Consultar lo que recomiendan los especialistas y estudiosos de estas cuestiones (investigadores, profesores, consultores);
- ✓ Preguntarle directamente a los directivos lo que ellos piensan sobre esto.

El coaching es una técnica de dirección, cuya finalidad es desarrollar el potencial de las personas, fortalecer la confianza, autoestima y el crecimiento personal “Sócrates” ya decía a sus discípulos “Yo no puedo enseñarles nada; sólo puede

ayudar a buscar el conocimiento dentro de ustedes mismos; lo cual es mucho mejor que traspasarles mi poca sabiduría"[1] (Citado por Edgar Eslava, 2006)

A partir de estas ideas iniciales en la literatura se encuentran múltiples definiciones acerca del Coaching entre las cuales se puede resumir en la siguiente: Técnica de dirección, cuya finalidad es desarrollar el potencial de las personas, fortalecer la confianza, autoestima y el crecimiento personal.

Cuando revisamos las ideas que se han expuestos hasta el momento entender al Coaching como un estilo de dirección no parecería una utopía; sino una necesidad. El uso creciente del término bussiness coaching o coaching empresarial, ejecutivo o gerencial, refleja la fuerza que el aprendizaje de esta meta competencia estratégica (como algunos autores han considerado denominarle) está adquiriendo también en nuestro medio. Muchos son los ejecutivos en el mundo que se interesan cada vez más en conocer no solo su significado; sino utilidad e importancia. A criterio del autor ha de ser de especial interés e inquietud para los directivos aprender a dominar esta meta competencia gerencial.

Como todo proceso que busca la excelencia el coaching no solo pretende ofrecer instrumentos prácticos para implementar en la difícil actividad de la dirección, sino que pretende hacer de ella un proceso efectivo, esta idea supone la necesidad de identificar cuáles son aquellas características que se esperan de un coach para que pueda ser valorado en el sentido de la efectividad.

Marshall (1999)[2] plantea que un coach efectivo es positivo, entusiasta, comprensivo, confiable, directo, orientado a la meta, experto, observador, respetuoso, paciente, claro y seguro.

El coach como líder deportivo desarrolla una manera particular de conducción, dirección y movilización de su grupo, centrado en los siguientes aspectos:

- Visión inspiradora, ganadora y transparente.
- Sentido de planeación continua y semanal.
- Liderazgo mediante el ejemplo.

---

[1] Eslava, Edgar (2006) Coaching en la gestión del capital humano. Disponible en http://www.degerencia.com/articulo/coaching_en_la_gestion_del_capital_humano Consultado en 0ctubre 2015

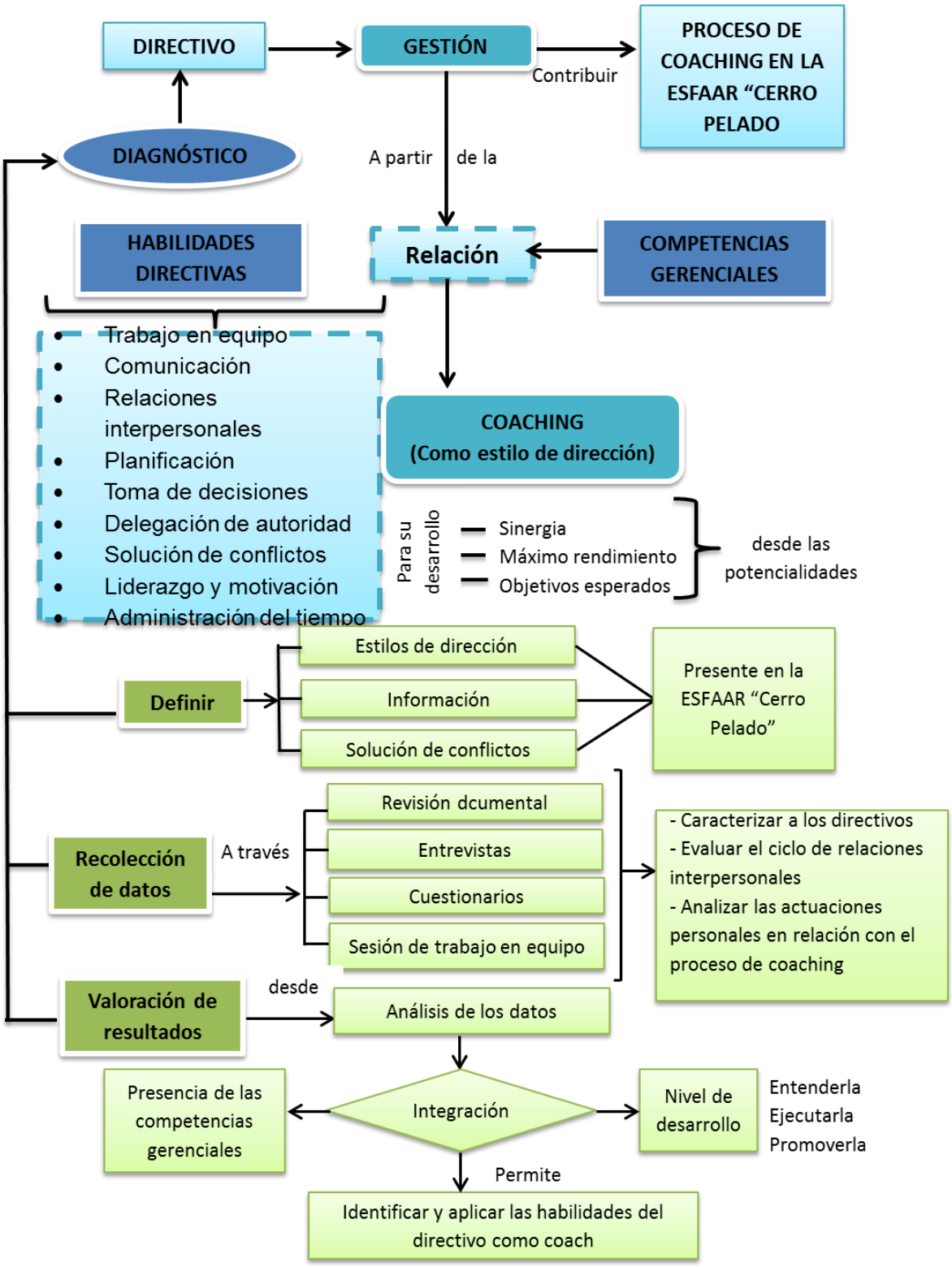
[2] Marshall (1999) El coach efectivo en el futsall. Disponible en http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1468-4446.1999.00028.x/abstract, Consultado en enero 2016

- Selección y desarrollo de talentos.
- Entrenamiento diario.
- Acompañamiento total en el terreno.
- Motivación individualizada y desarrollo personal.
- Disciplina y compromiso.
- Sentido de trabajo en equipo.

Para verificar la consistencia, como sistema, de un listado de habilidades es necesario analizarlo aplicando enfoques y criterios que vayan más allá de la "popularidad" que tengan, entre especialistas y directivos. Esto requiere asumir, aunque sea en forma convencional, un enfoque que proporcione un marco teórico para validar la consistencia de las partes componentes del sistema. Los dos criterios que nos parecieron más adecuados para el análisis del listado de habilidades fueron:

1. Identificar las principales esferas de relaciones en las que se mueve un directivo y verificar en qué medida pueden actuar las diferentes habilidades.
2. La lógica del sistema de habilidades identificadas, que permite identificar la secuencia e interrelaciones entre las mismas.

Representación gráfica del Sistema propuesto.



Componentes del sistema

- **Directivo:** Constituye el recurso humano fundamental, que mueve el sistema. Se debe proveer de una adecuada capacitación y superación atendiendo al logro de los objetivos de la organización.
- **Gestión:** Conjunto de acciones que desarrolla el directivo para cumplir los objetivos propuestos.
- **Diagnóstico:** Es un estudio o análisis integral y sistemático, que tiene como propósito fundamental conocer las características internas y externas de la organización y el funcionamiento del área objeto de estudio, con la finalidad de detectar las causas y efectos de los problemas, para analizar y proponer alternativas viables de solución que ayuden a la erradicación de los mismos.
- **Habilidades directivas:** Dominio de acciones para diagnosticar, planificar, organizar, ejecutar y controlar las actividades vinculadas con su accionar directivo.
- **Competencias gerenciales:** Son un conjunto articulado y dinámico de conocimientos, habilidades, actitudes y valores que toman parte activa en el desempeño responsable y eficaz de un directivo en la ejecución de las actividades cotidianas dentro de la organización deportiva.

Con el objetivo de valorar la satisfacción se procedió a determinar el índice de satisfacción individual y grupal, para lo cual fue utilizada la técnica de Iadov. La valoración de las respuestas de las tres preguntas cerradas del cuestionario se interrelacionaron, para determinar el nivel de satisfacción grupal, por medio del llamado Cuadro Lógico de Iadov. Los resultados individuales muestran clara satisfacción de los directivos con el curso recibido en un 85 %. Los datos se resumen en la tabla que aparece a continuación.

Escala	Resultado	Cantidad	%
1	Clara satisfacción	17	85
0.5	Más satisfecho que insatisfecho	3	15
0	No definida	0	0
-0.5	Más insatisfecho que satisfecho	0	0
-1	Clara insatisfacción	0	0

Siendo el Índice de Satisfacción Grupal (ISG) que se obtuvo, el que sigue:

$$ISG= \frac{17(+1)+3(+0.5)+0(0)+0(-0.5)}{20} = +0.925$$

El dato obtenido (+0.925) se interpreta como una valoración positiva de los directivos por el sistema de habilidades directivas para la gestión mediante el Coaching en la ESFAAR “Cerro Pelado” propuesto, ya que el valor resultante se encuentra en el rango entre 0.5 y 1, que representa un indicador de satisfacción alto.

CONCLUSIONES

- La Sistematización de los referentes teóricos metodológicos realizada sobre Organizaciones Deportivas, Habilidades Directivas y Coaching; permitió sustentar desde la teoría al objeto de estudio, se pudo acotar que no existe una uniformidad en la utilización de las habilidades directivas que permitan llevar a cabo la implementación del coaching como herramienta gerencial; situación esta que se traduce en insuficiencias en la calidad del proceso de gestión en la organización deportiva.
- La investigación permitió establecer en su desenvolvimiento tres fases en las que se precisaron el problema y el diagnóstico, con lo que se logró obtener los criterios de directivos, sobre el conocimiento, ventajas e importancia de las habilidades directivas y el coaching; y se fundamentó con la revisión bibliográfica y el diagnóstico sobre cuya base se elaboró el sistema de habilidades directivas como desarrollo del coaching y se llevó a cabo su nivel de satisfacción.
- La realización del sistema de habilidades directivas se efectuó mediante la revisión y análisis de los contenidos en las Teoría General de Sistemas, la Teoría General de la Dirección, dándole sustento y fundamentación desde la ciencia. Se demarcaron los componentes que permitieron la concreción y parametrización para la ejecución del sistema de habilidades directivas como desarrollo para el coaching.

- La aplicación de la técnica Iadov por parte de los directivos, permitió valorar el nivel de satisfacción de los mismos con el sistema propuesto, con lo que se estableció su aprobación y aceptación.

RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta los resultados y las conclusiones de la presente investigación se plantean las siguientes recomendaciones:

- Proponer al Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER) la implementación permanente del presente Sistema de Habilidades Directivas para la Gestión mediante el Coaching en la ESFAAR "Cerro Pelado", por su implicación en el incremento futuro de los resultados deportivos.
- Estudiar a profundidad por parte del INDER, la propuesta del Sistema de Habilidades Directivas para la Gestión mediante el Coaching en la ESFAAR "Cerro Pelado", ya que esta puede servir como marco teórico referencial y punto de partida para su aplicación en otras organizaciones deportivas que puedan presentar deficiencias similares.
- Continuar realizando estudios en la esfera de la gestión para seguir perfeccionando el sistema de dirección del Deporte cubano.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aguado, D. y Jericó, P., (2011): "La gestión del talento de equipos en nuestras organizaciones. Resultados de un estudio entre los lectores de Capital Humano (III)". Capital Humano. No. 187. Abril. Año XVIII. Madrid. España.
2. Artidiello I. y Conrado R., (2010): "Competencias: un nuevo reto" (Parte I, II y III), mayo. http://www.gestiopolis.com/ Consultado en febrero 2016
3. Bertalanffy, L. (1976).Teoría general de los sistemas. Fondo de cultura económica. p. 37. ISBN 968-16-0627-2.
4. Cardona, J. M. y Cardona, S., (2013): "Los ocho hábitos clave para el desarrollo de directivos". En: Capital Humano. No 165. Abril. Año XVI. Madrid. España. p. 72.

5. Carreras, C., (2005): “La identificación de los roles de equipos en Warner Bros Park”. En: Capital Humano. No.187. Abril. Madrid. España. Año XVIII.
6. Cazau, Pablo (2003): Estilos de aprendizaje: El modelo de la Programación Neurolingüística, Disponible en http://pcazau.galeon.com Consultado en enero 2016
7. Codina, Alexis. (2003) ¿Qué hacen los directivos y qué habilidades necesitan para un trabajo efectivo? Resumen y análisis de investigaciones. En: Folletos Gerenciales No. MES
8. Cook (1999). A Brief Look at the New Look in error, safety, and failure of complex systems. (Chicago: CtL)
9. Costa, A (2010): Las ventajas del Coaching. Disponible en: http://www.degerencia.com/artículos.php Consultado en febrero 2016.
10. Dezerega, C.V.,(2014): Coaching para gerentes: ¿Una nueva metacomptencia? Disponible en: http://www.degerencia.com/artículos.php Consultado en febrero 2016
11. Montero, D. (1999). Apuntes para el estudio del sistema de la Cultura Física ISCF "Manuel Fajardo", La Habana.
12. Mora, C., (2004): La relevancia del Coaching. Disponible en: http://www.degerencia.com/articulos.php Consultado en julio 2015.
13. Pérez Bengochea, V (2008) Relación entre las habilidades gerenciales o competencias gerenciales y el desempeño empresarial Disponible en http://www.degerencia.com Consultado en julio 2015
14. Payeras, J., (2000): “El trabajo en equipo: Una competencia a desarrollar en todas las organizaciones en proceso de cambio (1)”. En: Capital Humano. No. 129. Enero. Madrid. España. pp. 6-7.
15. Peña, P., (2012): Conocimiento el oro gris de la organización. Publicaciones Azucareras. MINAZ. Edición Especial. pp. 15-72.
16. Polanyi, (1962): Personal Knowledge. Chicago. University of Chicago Press.
17. Real Academia Española (RAE)disponible en http://www.rae.es
18. Rincón, Juana (1998): Concepto de sistema y teoría general de sistema. Disponible en:http://gepsea.tripod.com/sistema.htm. Consultado en junio 2016

19. Robbins, S. (2001). Comportamiento organizacional. 3er edic, México: Editorial Prentichall.
20. Rubio, J. y Aliende, I., (2005): “Diez argumentos para superar las resistencias a la implantación de un sistema de gestión de recursos humanos por competencias”. En: Capital Humano. No.187. Abril. Año XVIII. Madrid. España.
21. Ruiz Aguilera, A (1999) Metodología de la investigación Educativa. Ed. Grifo Chapecó. Brasil
22. Sampedro, J., (2005): El arte del Coaching. Disponible en: http://www.degerencia.com/articulos.php Consultado en febrero 2016.
23. Selman, J. y Evered, R., (1993): Coaching y el Arte del Management. Disponible en: http://www.coachingempresarial. Consultado en julio 2015
24. Stoner (2008) Administración, 6ta edición. Editorial Hill McGregor, Canadá
25. Whetten, David A and Camerón, Kim S (2005) Desarrollo de habilidades directivas. Edición 6. Editorial Pearson Educación. México. DF.

Título: Insuficiencias teórico-metodológicas de tesis doctorales en ciencias de la Cultura Física. La paradoja de la *Contribución a la teoría*.

Autor: Dr. C. Jerry Bosque Jiménez, jbosque@inder.cu. Profesor Titular

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

RESUMEN

La formación de doctores para el Movimiento Deportivo Cubano ha sido una prioridad de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" y durante los últimos diez años ha experimentado un crecimiento acelerado, logrado tales avances en este sentido, la tarea consiste ahora en elevar la calidad de las tesis y sus aportes para lograr el impacto de los resultados científicos en el deporte cubano. El objetivo de este trabajo está dirigido a propiciar un debate sobre, la valoración de la calidad de las tesis posterior a los actos de defensas y sus publicaciones, a través de las deficiencias constatadas a partir de la revisión aleatoria de un grupo de ellas, conociendo de antemano que no están establecidos los criterios específicos que deberán tenerse en cuenta para valorar la calidad de una tesis como aportación al conocimiento científico sobre un determinado objeto de investigación o a la solución de problemas prácticos de la realidad social. Los criterios fueran procesados a través de una metodología cualitativa y revelan deficiencias que presentamos aún en la formación y preparación científica de los aspirantes, sus trabajos de tesis y los resultados científicos aportados. Se proponen, además, algunos aspectos para la formación de una Cultura Científica General.

INTRODUCCIÓN

La formación doctoral en ciencias de la Cultura Física ha tenido un avance continuado en Cuba, que ha provocado el aumento constante de profesionales formados con el grado de doctor en esta especialidad y por consiguiente el incremento de la utilización del conocimiento científico en el sistema deportivo

cubano y en otros organismos de la administración central del Estado, que de una u otra forma se valen de los profesionales formados en la institución autorizada UCCFD “Manuel Fajardo”.

Desde el año 2000, el trabajo sistemático del Tribunal Permanente de Ciencias de la Cultura Física (TP CCF), incluye en menor o mayor medida, la evaluación de las tesis doctorales defendidas, con el objetivo de establecer las dificultades más comunes que las afectan y a su vez explorar y superar inexactitudes teórica-metodológicas en la elaboración de las mismas, así como sus aportes en el orden teórico y práctico.

El reglamento para la formación doctoral establecido por la Comisión Nacional de Grados Científicos, establece los criterios y procedimientos que se deben utilizar para evaluar la calidad de los procesos que implica la obtención del grado científico de doctor, así como de los productos que genera; es decir, las tesis doctorales.

A nuestro juicio, la evaluación que se realiza o se puede hacer posteriormente de los actos de defensas y sus publicaciones, para explorar las aplicaciones derivadas de la misma a efectos de generalizar resultados, medir impactos, y cerrar proyectos científicos, es esencial y tan importante, como los dos momentos evaluativos que la preceden, la evaluación previa que establece cada programa doctoral o universidad para autorizar la tramitación administrativa y la evaluación que se efectúa ante el TP CCF en el momento de la exposición en el acto de defensa pública de la tesis. Como es lógico, el trabajo a realizar en cada una de estos momentos o fases evaluativas tiene finalidades distintas por lo que requiere criterios y procedimientos de evaluación diferentes.

El objetivo de trabajo está dirigido a propiciar un debate sobre la valoración de la calidad de las tesis posteriormente de los actos de defensas y sus publicaciones a través de las deficiencias constatadas a partir de la revisión aleatoria de un grupo

de ellas, conociendo de antemano que no están establecidos los criterios específicos que deberán tenerse en cuenta para valorar la calidad de una tesis como aportación al conocimiento científico sobre un determinado objeto de investigación o a la solución de problemas prácticos de la realidad social.

SOBRE LAS INSUFICIENCIAS TEÓRICO-METODOLÓGICAS DE TESIS DOCTORALES

La investigación se realizó desde la perspectiva de la investigación cualitativa, en cuanto a las técnicas de recuperación de información, se utilizaron las siguientes: el análisis documental, incluyó la revisión de 12 tesis desde el año 2011 hasta el 2016 y la entrevista, realizada a 8 sujetos, todos doctores con vasta experiencia profesional en la formación de doctores en esta especialidad.

El proceso de análisis de la información se desarrolló, para cada una de las tesis, a partir de los siguientes puntos: diseño de investigación; la construcción del marco teórico; manejo de la bibliografía y uso de normas bibliográficas; uso de los métodos y técnicas de investigación; la verificación empírica de los resultados; las conclusiones y recomendaciones; la contribución a la teoría expresada en las tesis.

A partir de estas categorías generales se organizaron y analizaron la información empírica para dar cuenta del objetivo del trabajo, constatando un alto grado de coincidencia que revela varios problemas referidos a la insuficiente preparación científica y cultural de los aspirantes.

A continuación, se refieren al menos seis de las insuficiencias teórico-metodológicas más encontradas en los distintos aspectos de dichas tesis:

Sobre el diseño de investigación

- Inconsistente coherencia entre los *componentes del diseño teórico-metodológico*: problema científico, objetivo, objeto, campo de acción, estrechez operacional de las variables y categorías que integran el diseño.
- Contradicciones epistemológicas relacionados con los *paradigmas y enfoques de investigación* declarados y asumidos, así como la apropiación de categorías provenientes de otras ciencias insuficientemente argumentadas y/o adecuadas.
- Inconsistencia del procedimiento seguido para identificar las contradicciones y la formulación del *problema científico*, que conlleva a insuficiente fundamentación desde la teoría preexistente y desaciertos en la utilización de uno u otro planteamiento heurístico o alternativa para la solución del mismo.
- Incoherencia metodológica y ecléctica al asumirse *varias teorías sobre la investigación* que se contradicen entre sí; ejemplo hipótesis vs. preguntas científicas.
- Posición reducida y formal de la *indagación fáctica* (diagnóstico) del problema investigado.
- Problemas epistemológicos relacionados con el uso de categorías y conceptos de las ciencias pedagógicas u otras y su empleo en la investigación en el ámbito de la actividad física.

Sobre la construcción del marco teórico:

- *Insuficiencias en su redacción*, provocado por el incorrecto levantamiento de la teoría, eclecticismo en el manejo de corrientes y autores, trayendo consigo la ausencia de un discurso científico, donde se manifiesta una excesiva cantidad de referencias empíricas, reunión indiscriminada de citas y mezcla de corrientes filosóficas, sociológicas, científicas, sobre el tema.
- La *sistematización histórico/lógica del objeto* no suele apuntar a la falencia teórica que trata de resolver la tesis.

- Pobre *elaboración personal y formulación de juicios propios*, así como valoraciones críticas en la fundamentación del objeto de estudio.
- Escaso o *nulo referentes teóricos sobre autores importantes en el ámbito de la actividad física de otros países y contextos.*
- Desconocimiento de antecedentes de los resultados de *investigaciones realizados con anterioridad en el ámbito nacional*.
- Débil valoración del *estado del arte* para la determinación de las carencias teóricas u otras, propiciado por la falta de gestión de la información para constatar cómo se trabaja esta situación en otras comunidades científicas.

Sobre el manejo de la bibliografía y uso de normas bibliográficas

- *Escasa revisión y consulta de bibliografía y pobre uso de literatura en idioma extranjero*, con predominio solamente de literatura cubana.
- *Errores en el manejo bibliográfico*, las referencias, citas, etc. Incumplimiento de las normas de bibliografía y referencia.
- *Eclecticismo* en el uso de normas bibliográficas.
- No se incluyen en la *bibliografía al final del documento escrito*, autores mencionados en el cuerpo del trabajo.
- Referencias bibliográfica de publicaciones no revisadas y *tomadas de otras tesis*.
- *Interpretación errónea de la actualidad de la bibliografía* consultada, pues algunos entienden que los clásicos y resultados con 10 años o más no son válidos aunque esté declarado el método el histórico y lógico, y la tarea refiera que se realiza una sistematización.

Sobre el uso de los métodos y técnicas de investigación:

- *Insuficiente fundamentación e inadecuada aplicación de métodos* y técnicas de investigación, se caracterizan teóricamente los métodos en vez de explicar la validez y fiabilidad y su utilización concreta dentro de los marcos de la investigación.

- *Pobre desarrollo de los métodos científicos de nivel teórico*. En el método histórico-lógico, se confunde periodización con tendencias y no se estructura los análisis históricos de los objetos a partir de indicadores (cualidades, rasgos, etc.) que permitan visualizar desde relaciones de causa y efecto el marco temporal de los períodos.
- *Errores en el empleo de los métodos estadísticos* en el procesamiento de la información, casi nula utilización del pilotaje previo a la selección maestral y muestras no representativas.
- *Pobre utilización de diseños experimentales* e incumplimiento de los requerimientos metodológicos en el empleo de datos empíricos.
- *Empleo superficial del método de criterio de expertos*, reduciéndolo a una o dos rondas cuando más.
- *Los diagnósticos de los procesos* que generalmente preceden a las propuestas de modelos, estrategias, metodologías para su intervención educativa, carecen de rigor metodológico. No se logra fundamentar adecuadamente la situación problemática que justifique la investigación.
- Incongruencia en la utilización de la metodología de la investigación, en especial en *la concepción desde un enfoque mixto* y su materialización en la relación: problema, hipótesis y tareas de investigación.

Sobre la verificación empírica de los resultados:

- *El rigor del experimento* como vía de implementación de la propuesta práctica es escaso, llámese pre, cuasi o experimento puro.
- Esquematización y debilidades en *la verificación empírica* de los resultados científicos aportados.
- *Limitada concepción del proceso de aplicación* y la argumentación de transformación en el contexto.
- *Deficiente concepción de la validación de resultados* científicos e incoherencia del diseño experimental y el teórico-metodológico, por lo que no se utiliza el método científico para corroborar los resultados, en el mejor de los casos se hace desde un consenso subjetivo, variante esencial pero que

no me demuestra la validez y confiabilidad de los resultados, por lo que las tesis se quedan a un nivel propositivo y no demostrativo-argumentativo.

- Exiguo rigor en la *aplicación de los enfoques cualitativos* de investigación.
- Es insuficiente *la utilización de la estadística* en general para soportar, interpretar los resultados obtenidos, aparejado a imprecisa utilización de los diferentes tipos de hipótesis, pruebas, así como la dialéctica de la relación cuantitativo-cualitativo.

Sobre las conclusiones y las recomendaciones:

- Conclusiones parciales y finales descriptivas y demasiado escuetas.
- Insuficiencias en la redacción y elaboración de las recomendaciones.
- Recomendaciones formales que no precisan la necesaria continuidad investigativa del tema.
- Conclusiones analíticas que se limitan a resumir las ideas abordadas.
- Las conclusiones por lo general se presentan como una descripción de los resultados alcanzados en la ejecución de las diferentes tareas y no como una argumentación generalizadora derivada de las acciones desarrolladas.

Sobre la contribución teórica expresada en las tesis:

- Aportes científicos redundantes y esquematizados.
- El aporte teórico se convierte en réplicas, en estandarización.
- En ocasiones no se comprende cómo han surgido los aportes, en el último lustro es común que a todo se le denomina “sistematización”
- La contradicción resulta poco comprensiva por no ser suficientemente argumentada.
- Falta de precisión de las novedades de la tesis y su discriminación respecto al aporte de otros autores
- Falta de coherencia entre el aporte teórico y práctico.
- Escasas posibilidades de aplicación de las investigaciones a la práctica educativa.

- Poca creatividad, innovación y credibilidad en los aportes teóricos, que se limitan a concepciones, modelos y sistematizaciones.
- Esquematismo en los resultados. Reproducción de patrones y normas, algunas impuestas o adaptadas de otros autores.
- Insuficiente argumentación para justificar la necesidad y suficiencia de la contribución a la teoría (modelo, metodología, estrategia, etc.) y su materialización y adecuación práctica en la solución o atenuación del problema científico. Es decir, por qué un modelo para resolver una solución "X" y no una concepción didáctica, por lo general esto lo decide el tutor (en dependencia a su formación) y el aspirante no lo sabe defender.
- Deficiente argumentación científica para sustentar la contribución teórica y práctica
- Poca precisión de a cual teoría se contribuye y la novedad que se propone.
- Aportes desvinculados de los temas relacionados con la Cultura Física, que no responden al sistema categorial de estas, ni de las ciencias pedagógicas.

Las posibles exploraciones a todas estas insuficiencias teórico-metodológicas encontradas, merecen un estudio más profundo que excede los objetivos del presente trabajo, por ello nos detendremos, a manera de ejemplo, en la llamada *contribución a la teoría*, para revisar si el alto número de tesis doctorales defendidas en esta especialidad ha enriquecido significativamente el corpus teórico de las ciencias de la Cultura Física en Cuba y ha contribuido efectivamente a la solución científica de los problemas existentes en este ámbito.

En una revisión por año, encontramos las siguientes declaraciones de contribución a la teoría o aportes:

2011

1. Tesis: Programa de actividad física terapéutica, para enfermos de alzheimer, en la primera etapa.

La contribución a la teoría está dada por la sistematización teórico - metodológica del tratamiento al adulto mayor con EA en primera etapa, la

selección de la actividad física, la estructura del programa en dos etapas fundamentales y las orientaciones metodológicas para su aplicación.

2. Tesis: Alternativa metodológica para la superación profesional, a partir de las competencias profesionales específicas del Entrenador de fútbol categoría 13 – 15 años.

La contribución a la teoría está dada por la concepción de la organización del proceso de superación sustentada en el empleo de indicadores por competencias profesionales específicas, constituyendo estos el elemento rector de dicho proceso, lo cual se fundamenta teóricamente en el aparato conceptual que sustenta la alternativa metodológica propuesta para la superación profesional del entrenador de Futbol categoría 13 – 15 anos, tanto en la preparación como en la competición.

2012

3. Tesis: Principios para la individualización del desentrenamiento deportivo

La contribución a la teoría se vincula al establecimiento de principios como fundamentos para asegurar la individualización del desentrenamiento deportivo. En este sentido, se ofrecen principios que actúan en correspondencia con la visión de base, recursos, orientación, y finalidad del desentrenamiento. Cada uno de ellos no actúa de manera independiente sino que se relacionan entre sí y conducen al cumplimiento del principio rector, el cual consiste en la preservación del estado satisfactorio de disposición atlética.

4. Tesis: Estrategia metodológica de preparación física para el karate venezolano en la modalidad de kumite.

La contribución a la teoría del entrenamiento en la investigación que aquí se presenta, consiste en hacer evidente la relación lógica que subyace entre la práctica competitiva del deporte y el proceso de entrenamiento en el karate, lo que sin duda creará las condiciones para arribar a nuevas concepciones sobre

la selección y organización del contenido, en correspondencia con las corrientes metodológica más avanzadas.

2013

5. Tesis: Estudio de la dimensión político-ideológica del sistema organizativo de la cultura física y el deporte en cuba con un enfoque dialéctico materialista.

Como contribución teórica se clarifica lo que se entiende por dimensión político-ideológica del Sistema Organizativo de la Cultura Física y el Deporte en Cuba y se brinda la sistematización de sus fundamentos.

6. Título: Metodología para formar la competencia combativa profesional en los combates de Defensa Personal de los futuros oficiales de enfrentamiento.

Las principales contribuciones teóricas de la tesis se hacen desde las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte a la Defensa Personal, las que se precisan en:

- Definiciones de combates de Defensa Personal del Minint y competencia combativa profesional de los futuros oficiales de enfrentamiento.
- La metodología como instrumento para la obtención del conocimiento científico para formar la competencia combativa profesional en los combates de Defensa Personal de los futuros oficiales de enfrentamiento, sustentada en concepciones científicas como expresión de un sistema conceptual, de leyes, principios y definiciones.

2014

7. Tesis: Modelo organizacional para el funcionamiento de los comités de recreación y deporte de los consejos comunales de Venezuela, municipio bolivariano Libertador.

Contribución a la teoría: Se fundamenta en las posiciones teóricas y bases conceptuales del enfoque sistémico y del modelo de Brotons, que se asumieron para construir un modelo que representa los preceptos de dirección, traducidos en la planificación, ejecución, control, retroalimentación e intercambio con el ambiente, que permiten contribuir a mejorar el funcionamiento organizacional y la transformación de las agrupaciones comunitarias.

8. Tesis: Estrategia de formación humanista-martiana en la carrera de licenciatura en Cultura Física.

La contribución a la teoría radica en que se ofrece un modelo de formación humanista-martiana con sus relaciones de coordinación y subordinación entre los subsistemas que lo componen y los niveles de jerarquización que muestran el proceso de formación humanista-martiana.

2015

9. Tesis: Metodología para el entrenamiento de la fuerza rápida de los bateadores de la provincia de Granma participantes en series nacionales de beisbol.

La contribución a la teoría se expresa en la concepción que sustenta la metodología Propuesta, se ajusta al carácter sistémico que constituye esencia del entrenamiento Deportivo, en tanto proceso complejo y multidisciplinario que requiere ser repensado en su Contexto de realización. Este conjunto de ideas sistematizadas, enuncia el sustento teórico y metodológico de la preparación de fuerza muscular de los bateadores de beisbol y específicamente, del entrenamiento de esta capacidad en estos deportistas, lo que propicia Una praxis transformadora en los sujetos implicados en este proceso.

10. Tesis: Metodología para el seguimiento de talentos en carreras de velocidad y saltos horizontales en el Atletismo

Contribución a la teoría: Se establece un nuevo sistema de relaciones procedimentales a partir del redimensionamiento del seguimiento de talentos deportivos en carreras de velocidad y saltos horizontales en Atletismo, que indica la presencia de diferentes momentos, en el objeto estudiado, para producir como resultado un cambio gradual, en un tiempo prolongado y determinado.

2016

11. Metodología para el desarrollo de habilidades motrices básicas que propicie el proceso de atención educativa integral a escolares autistas en el contexto de la equino terapia.

La contribución a la teoría radica en la concepción teórica que sustenta la metodología propuesta, al revelarse los nexos entre sus componentes, a partir del empleo de actividades físicas ecuestres adaptadas para el desarrollo de las habilidades motrices básicas que propicie una atención educativa integradora, teniendo en cuenta el diagnóstico de las potencialidades y necesidades de cada escolar autista y la evaluación que retroalimenta el tránsito por las etapas de la metodología; así mismo; los niveles de complejidad de las actividades ecuestres propuestas, con sus métodos específicos y criterios de clasificación, enriquecen la hipoterapia como alternativa terapéutica.

El desarrollo de las habilidades motrices básicas para escolares autistas en el contexto de la equinoterapia, se sustenta en el enfoque histórico cultural de l.s. vigotski (1989) y sus seguidores, los principales paradigmas de j. E. Garcés (2010), el enfoque integral físico educativo de a. López (2006) y los criterios de adaptación (1988-1992), partiendo en primer lugar del modelo para la adaptación de la actividad física de d. Williamson (1988), en segundo lugar de las adaptaciones motrices de acuerdo a las fases de aprendizaje del movimiento, propuestas por j. De potter (1988) y las adaptaciones curriculares

propuestas por el modelo de la ley orgánica general del sistema educativo de España (1992).

12. Diseño curricular de la carrera de Licenciatura en deporte adaptado en Ecuador.

La contribución a la teoría está dada en el aporte que se hace al enriquecimiento de las teorías relacionadas con el diseño curricular, específicamente en lo concerniente a los fundamentos teóricos metodológicos que deben sustentar el diseño curricular de la licenciatura en deporte adaptado en ecuador, como base esencial para lograr el desarrollo de las competencias profesionales requeridas en los futuros licenciados.

Como se puede observar, en estos trabajos lo relacionado con la contribución a la teoría presentan insuficiencias, de diferente orden y magnitud, las cuales van desde la deficiente relación con el ámbito disciplinar de la Cultura Física, la no declaración de la teoría a la que contribuyen y la incorrecta redacción, lo que evidencian la debilidad de las contribuciones teóricas de conocimientos específicos del ámbito, por una parte y la deficiente cultura científica general, de los aspirantes, por otra. Visto así, estos nuevos doctores, egresados con dichas deficiencias, reproducirían las mismas de acometer la formación de nuevos doctores, ya que trasmitirían a los aspirantes las insuficiencias propias.

Pensamos que para revertir esta situación, nuestra comunidad científica, debe avanzar el trabajo de formación en dos direcciones: *una*, el desarrollo de un campo de conocimiento autónomo y original para la Cultura Física, o lo que la Dra. Bárbara Paz, propone en torno al consenso, la necesidad y el camino de la búsqueda de una ciencia propia, quehacer que no es objetivo del presente trabajo y *otra,* relacionada con la formación de una cultura científica general.

ASPECTOS SOBRE LA FORMACIÓN DE UNA CULTURA CIENTÍFICA GENERAL

Para lograr que en el proceso de formación doctoral, los aspirantes alcancen una cultura científica general, es necesario introducir en formación varios aspectos, entre los cuales se enfatizan: el desarrollo de procedimientos científicos (observar, inferir, clasificar, explicar, relacionar, argumentar…); la resolución de problemas; la mejora del pensamiento crítico; el desarrollo de principios y normas éticas y de conducta responsables y conscientes, individuales y colectivas; la toma de decisiones conscientes, informadas y argumentadas frente a las consecuencias de la acción humana y el poderse desenvolver en cuestiones problemáticas actuales relacionadas con la responsabilidad ciudadana.

Debemos desarrollar en los aspirantes conocimientos científicos considerados esenciales para su formación personal y profesional, efectuando un enfoque contextualizado con temas del ámbito de la actividad física y el deporte actual relacionados con sus conocimientos previos y con su vida diaria.

Se precisa también formarlos en: discusiones sobre temas científicos en función de su utilidad social; abordar las ventajas y las limitaciones del conocimiento científico-tecnológico, así como sus impactos en la sociedad y la actividad física en particular; presentar el conocimiento de una forma no dogmática; informar sobre el trabajo y función del científico; y discutir las posibles presiones sociales, políticas, o económicas que pueda sufrir la ciencia (dimensión filosófica, histórica, psicológica y sociológica de la ciencia). Esta visión nos obliga a replantear por tanto, el tipo de educación científica que le trasmitimos en la universidad.

En este sentido, Reid y Hodson (1993) proponen que una educación dirigida hacia una cultura científica básica debería contener:

- Conocimientos de la ciencia –ciertos hechos, conceptos y teorías.

- Aplicaciones del conocimiento científico –el uso de dicho conocimiento en situaciones reales y simuladas.
- Habilidades y tácticas de la ciencia –familiarización con los procedimientos de la ciencia y el uso de aparatos e instrumentos.
- Resolución de problemas –aplicación de habilidades, tácticas y conocimientos científicos a investigaciones reales.
- Interacción con la tecnología –resolución de problemas prácticos, enfatización científica, estética, económica y social y aspectos utilitarios de las posibles soluciones.
- Cuestiones socio-económico-políticas y ético-morales en la ciencia y la tecnología.
- Historia y desarrollo de la ciencia y la tecnología.
- Estudio de la naturaleza de la ciencia y la práctica científica –consideraciones filosóficas y sociológicas centradas en los métodos científicos, el papel y estatus de la teoría científica y las actividades de la comunidad científica.

Debemos proponernos que los nuevos doctores, interioricen la capacidad para comprender las principales características de la ciencia, entendida ésta como una forma de conocimiento y de investigación humana; para percibir el modo en que conforman el entorno material, intelectual y cultural; así como la disposición para comprometerse como ciudadano reflexivo en problemas e ideas relacionadas con la ciencia, en este caso aplicada a la actividad física y el deporte.

Sin embargo, para que la educación científica supere entonces el exclusivo aprendizaje de conceptos científicos, y se enfoque al conocimiento de ellos pero en su aplicación para resolver problemas profesionales y de la sociedad proponemos algunos aspectos generales que esta formación deberá desplegar como son:

- ✓ Los conceptos y contenidos científicos, que sean importantes para propiciar la formación científica de los aspirantes, que se relacionen con contenido relevantes de la ciencia y tengan un alto grado de utilidad en la actividad física y el deporte.

- ✓ Los procesos y habilidades científicas, que contengan elementos del pensamiento predominante que se requiere formar: Descripción, explicación y predicción de fenómenos científicos; comprensión de la investigación científica y de la actividad científica en general e interpretación de evidencias y conclusiones científicas.

- ✓ El contexto en el que se aplica el conocimiento científico, que prepare para asimilar los vertiginosos cambios y responder a los desafíos actuales que tienen en la actualidad el deporte y la actividad física.

De ello se deriva la necesidad de diseñar el proceso de formación doctoral, de modo que durante la formación, se realicen acciones que contribuyan a la familiarización, identificación, interacción y entrenamiento, con las acciones conformadoras del modelo, para adquirir progresivamente los conocimientos, habilidades y valores, que les permitan la realización de las operaciones que configuran cada acción, de forma que puedan apropiarse de los métodos, para la solución de los problemas profesionales, que deberán enfrentar en la actividad práctica profesional.

CONCLUSIONES

Las insuficiencias teórico-metodológicas de las tesis doctorales en ciencias de la Cultura Física y la incoherencia de los aportes a la teoría encontrada, evidencian, de alguna manera, que aún existe falta de rigor en la calidad de las investigaciones que se desarrollan para obtener el grado de doctor en esta

especialidad, motivado por diversas causas asociadas al propio proceso formativo de carácter académico.

En tal sentido debemos seguir profundizando en el estudio de este fenómeno para encontrar alternativas de formación de los aspirantes para perfeccionar el proceso de preparación científica de los mismos, superar estas debilidades y lograr el impacto deseado en la aplicación del conocimiento científico en el ámbito profesional en aras de hacer progresar el deporte cubano.

En cuanto a los aspirantes, el reto será incidir en el cambio del significado de la ciencia desde una visión utilitaria, hacia la discusión de temas polémicos en el uso de la ciencia y la tecnología, situación que implica por un lado involucrarlos en las problemáticas sociales reales, en este caso del deporte y la actividad física y desarrollar un proceso de investigación inmediato al de la práctica de la actividad.

BIBLIOGRAFIA

- BENLLOCH, M., (compilador), La educación en ciencias: ideas para mejorar su práctica, Paidós Educador, España, 2002.
- BONFIL, M., La ciencia por gusto. Una invitación a la cultura científica, Paidós, México, 2004.
- MACEDO, B, “Habilidades para la vida: contribución desde la educación científica”, en Sánchez, J. Iniciación a la cultura científica. La formación de maestros, A Machado Libros, Madrid, 2007.
- REID, D. V. y HODSON, D. (1993). *Ciencia para todos en secundaria.* Madrid: Narcea.

Título: La autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD "Manuel Fajardo": propuesta de una estrategia

Autores: M.Sc. Yosbany Rafael Velázquez Reinaldo
Dra. C. Keyla Rosa Estévez García
País: Cuba

El conocimiento, la investigación y la innovación se han convertido en un importante motor de crecimiento y prosperidad, dada su contribución en el marco de un nuevo modelo de desarrollo socioeconómico, basado en la inversión en capital humano y bienes intangibles.

Las Instituciones de nivel superior están cada vez más obligadas a proporcionar una educación que fomente conocimientos globales, habilidades e idiomas con el fin de realizar un entorno internacional y multicultural, tanto profesional como socialmente.

Este entorno de globalización, apertura y exposición de la sociedad y economía a la escena internacional plantea dos grandes retos a las universidades en su triple misión de docencia, investigación y transferencia de conocimiento. En primer lugar, tienen que responder a la, cada vez mayor, demanda de personal calificado, con capacidad para innovar y emprender, así como para desarrollar su trabajo a nivel global. En segundo lugar, no pueden permanecer al margen de los esfuerzos que universidades de todo el mundo están haciendo por atraer talento, tanto estudiantes como profesores e investigadores, pues de ello depende en gran medida sus oportunidades de participar en programas, proyectos y redes de cooperación internacional en educación, investigación e innovación.

La Internacionalización de la Educación Superior (IES), definida como un proceso que integra una dimensión internacional, inter-cultural y global en los objetivos, funciones (enseñanza-aprendizaje, investigación, servicios) y suministro de la educación superior[1], es un factor esencial de la reforma para la mejora de la calidad y de la eficiencia de las universidades, favorece la aproximación a la

[1]Strategies for Internationalization of Higher Education: A Comparative Study of Australia, Canada, Europe, and the United States. Ámsterdam. H. de Wit. 1995

excelencia como elemento que debe inspirar la educación y para avanzar hacia una sociedad y una economía del conocimiento que propicien un modelo de desarrollo y crecimiento más sólido y estable.

El concepto de internacionalización va más allá de la mera movilidad de estudiantes y firma de acuerdos internacionales. Se deben considerar aspectos de internacionalización de los currículum formativos, circulación de cerebros, internacionalización de la investigación, titulaciones internacionales conjuntas o múltiples con socios extranjeros, internacionalización en casa, desarrollo de campus transnacionales, creación de sistemas internacionales de aseguramiento de la calidad, acreditación y verificación, competición por los mejores alumnos, clasificaciones internacionales (ranking) de universidades, desarrollo de asociaciones de antiguos alumnos internacionales, intercambio de experiencias y buenas prácticas, empleabilidad y emprendimiento.

Se debe poner el foco de atención en el modo en que la internacionalización contribuye a la mejora de la educación, el aprendizaje, la investigación, la innovación, el avance del desarrollo socioeconómico y la dimensión social de las universidades, contribuyendo a la resolución de los grandes retos globales de las sociedades modernas, los cuales requieren esfuerzos, capacidades y recursos que sobrepasan lo que es posible realizar a nivel nacional. La internacionalización de las universidades debe ser un proceso transversal que involucre a todos sus procesos sustantivos.

Todo esto confirma la necesidad de insertar la UCCFD “Manuel Fajardo” en el proceso de internacionalización de la Educación Superior para lo cual es necesario fortalecer la autogestión institucional. Este análisis permitió formular el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir; desde la autogestión, al proceso de Internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD “Manuel Fajardo”? y el **objetivo** siguiente: Proponer una estrategia de autogestión para la internacionalización en la Universidad de la Ciencia de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”

“Fundamentos de la autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD "Manuel Fajardo"

El término autogestión "proviene de la traducción del término servio–croata *samoupravlje,* que se compone de *samo,* que equivale al prefijo griego *auto* (por sí mismo) y *upravlje,* que se traduce como *gestión.* Del servio–croata, lengua principal de Yugoslavia, pasó al francés y con la misma grafía (más el acento ortográfico en la última vocal) al español" (IturraspeF, 2006)[2].

La autogestión implica la asunción directa de la gestión de dirección y la toma de decisiones en un territorio o entidad determinada por parte de un conjunto de personas, sin intermediarios ni sectores especializados. Este proceso, según estas conceptualizaciones, trasciende la mera administración de una empresa por parte de los trabajadores, ya que incluye el objetivo de una gestión integral de la sociedad.

Es factible abordar desde la práctica educativa el sentido del poder colectivo de los niños, jóvenes y profesores, así mismo, el ejercicio de decidir sobre los procedimientos y métodos educativos implementados en el lugar de la enseñanza; es decir, la autogestión educativa de cada escuela tiene que ver fundamentalmente con la capacidad de la comunidad educativa para poder negociar entre ellos, con toda libertad, su táctica pedagógica y sus preferencias.

Cabe señalar que un proceso de autogestión que se lleve a efecto en la institución debe responde a la planificación educativa, será un proceso continuo y sistémico de construcción colectiva; en el cual participen y se involucren, todas las personas que interactúan y hacen vida en la universidad, tales como: los miembros de la Comunidad Educativa (directivos, docentes, estudiantes, administrativos, obreros y otros miembros) para determinar los fines de la institución y su concreción pedagógica, sobre la base del análisis de los documentos legales que orientan las políticas educativas.

La autogestión es la gestión directa (autoorganizada) de cualquier asociación por parte de sus propios integrantes, sin injerencia externa o jerárquica. En que rige el

---

[2]Iturraspe, F (2006) *Participación, cogestión y autogestión en América Latina,* vol. 1. Caracas: Nueva Sociedad, p. 30

principio de participación activa y control democrático. A efectos de la tesis que se presenta llamaremos **autogestión a la conformación y funcionamiento de instituciones o comunidades basadas en la autonomía, en la capacidad de decisión de sus integrantes.**

La Internacionalización de la Educación Superior.

Internacionalización es un término que significa diferentes cosas para diferentes personas. Para algunos, significa una serie de actividades como la movilidad académica para estudiantes y profesores; redes internacionales, asociaciones y proyectos; nuevos programas académicos e iniciativas de investigación. Para otros, significa la transmisión de educación a otros países, a través de nuevas disposiciones, como las sucursales de universidades o franquicias, usando una variedad de técnicas cara-a-cara y a distancia. Para muchos, significa la inclusión de una dimensión internacional, intercultural y/o global dentro del curriculum y el proceso de enseñanza-aprendizaje. (Knight, Y 2008)[3]

La internacionalización es un proceso transversal al conjunto de actividades universitarias, que tiene carácter horizontal y que se debe gestionar de manera que logre integrarse a la Docencia, Investigación y Posgrado y Extensión Universitaria, implica un cambio de enfoque en la gestión (y del control de gestión) de la internacionalización para el cumplimiento de la misión y visión de la universidad. De los anteriores conceptos, se define la internacionalización universitaria: como ***el proceso de integración de la dimensión internacional e intercultural en la misión y funciones sustantivas de la Educación Superior, que presupone políticas, programas y esfuerzos sostenidos para promover la interconexión y cooperación entre instituciones educativas***.

Retos de la internacionalización en la UCCFD

De acuerdo al análisis del entorno y a la autoevaluación de la institución, se pueden establecer tres grandes retos que ha de conseguir la UCCFD en los próximos años a fin de incrementar su proyección internacional.

---

[3] Knight, Yanet (2008) The internationalization of higher education: Motivations and realities. p.34

El **primer reto** radica en adaptar de forma completa la organización de la UCCFD a las nuevas exigencias competitivas. En otras palabras, se trata de institucionalizar la internacionalización. Implica establecer estrategias y planes específicos, involucrando a todos los órganos de gobierno y la comunidad universitaria, y proporcionar la oportunidad de que esta mejore sus capacidades, adquiera un mayor grado de experiencia y se favorezca así la adopción de una cultura internacional en el seno de la institución.

El **segundo reto** se fundamenta en orientar definitivamente la producción docente e investigadora hacia un perfil internacional. Supone modernizar la oferta académica, imprimiendo una perspectiva global en el currículum que permita formar mejor a los estudiantes nacionales a la vez que atraer a un mayor número de estudiantes y docentes extranjeros. Entraña incrementar la competitividad científica de la UCCFD en Cuba y el mundo, mejorando la productividad, la calidad de las publicaciones y la innovación, así como estableciendo equipos de trabajo internacionales con investigadores extranjeros. Incluye la promoción de actividades de cooperación para el desarrollo entre la comunidad universitaria, vinculando el saber hacer de la institución con la colaboración con zonas más necesitadas.

El **tercer reto** reside en potenciar la promoción de la oferta docente e investigadora en mercados internacionales. Enlaza con la búsqueda de acuerdos productivos con socios internacionales, la implementación de medidas que favorezcan la comercialización de la oferta de la UCCFD en el exterior y la divulgación y conocimiento sobre la UCCFD en el extranjero mediante acciones de comunicación.

Teniendo en cuenta los elementos hasta aquí aportados sobre los procesos de autogestión y de Internacionalización, para los efectos de esta Tesis consideramos que la **Autogestión para la internacionalización de la universidad es la Capacidad de decisión de la comunidad universitaria para lograr la autonomía en función de la integración internacional, mediante políticas, programas y esfuerzos sostenidos para promover la interconexión y cooperación entre instituciones educativas.**

DIAGNÓSTICO DE LA AUTOGESTIÓN PARA LA INTERNACIONALIZACIÓN DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR EN LA UCCFD "MANUEL FAJARDO"

La Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte UCCFD es un centro de nivel superior encargado de dirigir la formación de profesionales y especialistas de alto nivel científico técnico en la rama de la Cultura Física y el Deporte, con un elevado compromiso y responsabilidad social con el pueblo, la revolución y la colaboración internacional.

A pesar de declarar en su Visión, la intención de convertirse en un centro de referencia de la Cultura Física y el Deporte en el ámbito latinoamericano y mundial, su influencia no alcanza la efectividad que requiere un fenómeno tan complejo como es la inserción en el proceso de Internacionalización de la Educación Superior y, sobre todo, en los nuevos escenarios en que esto tiene lugar. De ahí, la necesidad de diagnosticar el estado actual de este proceso y, a partir de los resultados perfeccionar su accionar.

Los profesores seleccionados pertenecen mayoritariamente a dos departamentos docentes; el de Recreación (50,0%), Métodos y análisis (28,6%) y a la dirección de Relaciones Internacionales (21,4%). El 64,3% de los encuestados ostenta la condición de máster en ciencias, el 28,6 son licenciados y el 7,1% son doctores en ciencias. En tanto, los directivos fueron seleccionados entre los cuadros de dirección de la universidad que en su labor sistemática más relación guardan con el objeto de investigación.

La totalidad de los alumnos muestreados pertenecen al pregrado y equitativamente están distribuidos entre el 4to y el 5to año de la carrera, ya que como criterio de selección se priorizó a los de años terminales por poseer el mayor conocimiento del funcionamiento de la universidad a partir de contar con un mayor tiempo de tránsito por su plan de estudio. Además, según criterios de expertos a nivel mundial, son precisamente los estudiantes de años terminales los que mayoritariamente forman parte de la movilidad académica.

Las actividades que mayor respaldo recibieron por parte de los tres grupos de sujetos estudiados son las relacionadas con la promoción de la Universidad en el extranjero, la posibilidad de estudiar en el extranjero y la realización de proyectos

de colaboración internacional. Aspectos que a juicios de este autor es un importante punto de partida en la ubicación conceptual en el proceso de IES.

La selección de esta triada de elementos es consecuente con el deseo de incrementar la visualización del centro universitario en un escenario internacional, no solo por un mero reconocimiento del mismo, sino por lo que representa la ubicación en ranking internacionales y los beneficios que de ello se desprende. Tanto los académicos y estudiantes que se someten a estas experiencias ganan en conocimientos, logran establecer redes de intercambio de información, intercambian experiencias y buenas prácticas y finalmente contribuyen al alcance de metas institucionales. Por otro lado, no se debe dejar de mencionar las mejoras económicas, tanto individuales como colectivas que esto implica.

Es significativo que los estudiantes son los que menos posibilidades le atribuyen a la participación en Congresos Internacionales; reflejo de que ven lejanas estas posibilidades a partir de que no es una práctica cotidiana. Al indagar sobre este tema, los estudiantes plantean que casi nunca han sido comunicados sobre la realización de eventos científicos o de intercambios de carácter internacional. Lo asumen como algo privativo de los profesores o ya egresados, pero manifiestan al mismo tiempo que les gustaría participar de los mismos. También indican que tienen potencialidades para realizar buenas presentaciones y desempeños en estos tipos de certámenes; lo que sin dudas debe ser tenido en cuenta.

En relación a la importancia de la lengua extranjera para el desarrollo de la labor profesional los profesores indican mayoritariamente que esta es muy importante, aunque uno de cada tres consideran lo contrario. De igual modo los directivos le conceden una baja prioridad; tan solo el 16,7% perciben que esta puede ser una medida que ayude en el desarrollo el proceso.

Por su parte la totalidad de los estudiantes sí consideran importante el dominio de lenguas extranjeras y el 66,6% de estos opina que entre las medidas que la institución debe realizar para desarrollar el proceso de IES está la capacitación a los profesores en idiomas y especialmente en lengua Inglesa.

La evaluación que realizan los estudiantes puede ser un indicador de una persección negativa sobre el uso que los profesores realizan de otros idiomas. Al

mismo tiempo, la respuesta de los profesores podría estar condicionada porque quienes no dominan otros idiomas no le atribuyan la importancia necesaria. En las entrevistas y grupos focales se pudo determinar que la mayoría de los profesores y directivos con los que se trabajó no poseen dominio de otras lenguas y que mayoritariamente reconocen un conocimiento básico para el uso de las mismas. No se perciben ofreciendo clases en otros idiomas y menos aún interactuando al mismo tiempo con estudiantes que hablen una y otras lenguas.

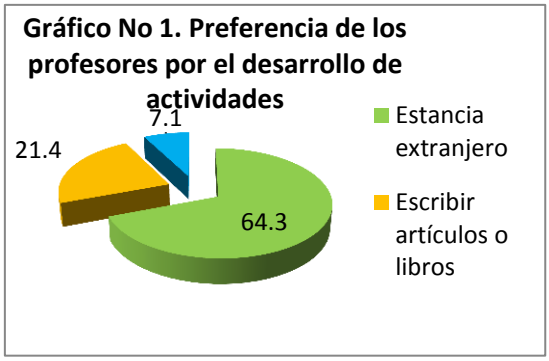
Con relación a la prestación de otros servicios que pudiera ofrecer la Universidad en idiomas extranjeros como son: bases de datos, bibliografías y hasta cursos a distancias u online, las respuestas aunque no siempre negativas, son acogidas como acciones muy lejanas y en algunos casos innecesarias. Como tendencia lo asumen como una transformación radical de las maneras de hacer en la Institución. Al mismo tiempo alegan que a partir de este curso para el plan de estudio que inició se eliminó el estudio del idioma Inglés de la carrera, por lo que ratifican el carácter de bajo perfil que ellos otorgan al mismo. Mientras tanto, los profesores más jóvenes si le conceden importancia y ven el futuro más cercano la necesidad de interactuar desde su labor educativa en otras lenguas.

El análisis de los documentos rectores de la Universidad y de las diferentes estrategias de trabajo tampoco arrojó una prioridad concebida a este rublo, lo que evidencia una relación entre las maneras de comportarse por parte de los sujetos que conforman la comunidad universitaria y las propias exigencias realizadas.

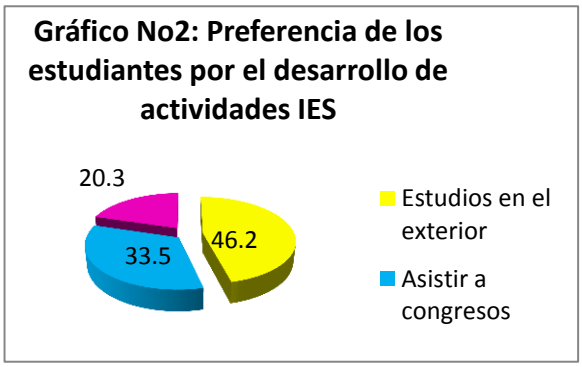
La indagación sobre las preferencias de los profesores por el desarrollo de actividades que tributan a la IES **(gráfico No 1)** arrojó que ocupa un lugar distintivo la realización de estancias en el extranjero con un 64,3%; lo que reafirma aspectos antes mencionados con relación a las oportunidades que este tipo de actividad entraña. Por otro lado un poco más de un tercio de la muestra preferiría poder escribir artículos o libros y una mínima parte refiere el interés por organizar congresos u otros eventos en el país.

En este mismo sentido la mayoría de los estudiantes **(gráfico No 2)** describen que les gustaría realizar estudios en el exterior y manifiestan querer participar en congresos internacionales, de la misma manera quisieran compartir el aula con estudiantes extranjeros.

En tanto, los directivos proponen, entre las medidas para elevar la internacionalización de la universidad; una mayor participación en eventos y proyectos internacionales, al mismo tiempo consideran de manera compartida que en la institución no se gestionan los proyectos internacionales. Contradictoriamente, a su vez no le conceden una elevada prioridad a la promoción de la movilidad académica de la alta casa de estudios.



En primer lugar los profesores reconocen de manera unánime la necesidad de fortalecer la oficina o Departamento de Relaciones Internacionales. Evalúan al mismo como un lugar donde se tramitan o gestionan determinadas acciones dirigidas a las salidas del exterior como son los pasaportes, estado de expedientes o documentación de vuelo, así como las diligencias administrativas para los cursos internacionales que son impartidos en la institución.



En ninguno de los casos consideran, que este departamento está preparado para la gestión directa de la actividad internacional de la universidad, atribuyen a esta una falta de claridad, intensión y estrategia de trabajo, aunque al mismo tiempo imputan parte de este comportamiento a la dependencia al sistema de atención de esta actividad del INDER, a través de la empresa CUBADEPORTE.

Las tres cuartas partes de los profesores y estudiantes encuestados plantean que este departamento podría desarrollar una importante misión de promoción de la universidad en el exterior, así como el monitoreo del escenario internacional donde

se puede insertar la universidad; ofrecer convocatorias, diseñar boletines informativos, captar programas de colaboración y promover la movilidad de la comunidad universitaria.

Quienes conducen los procesos de la entidad colocan a un mismo nivel tres elementos: la promoción de la movilidad, la asignación de presupuesto y la creación de una página web institucional. Los dos últimos elementos de un carácter material y organizativo y el primero que requiere de asumir la necesidad de una búsqueda consciente de alternativas para alcanzar un público interesado en las propuestas de la universidad, a la vez que se logre despertar la utilidad por los productos de la universidad para ser compartidos en otros centros internacionales.

Llama la atención como los dos elementos menos ponderados: el fortalecimiento de la Dirección de Relaciones Internacionales y la creación de un grupo de servicios de internet son, según estudios bibliográficos, de los más utilizados a nivel internacional por la totalidad de las universidades en IES. Este comportamiento es un reflejo además, de un desconocimiento en los directivos de las acciones que se pueden promover en la Universidad para lograr el proceso y al mismo tiempo del arraigamiento a trabajar de una manera tradicional, sin dar paso a nuevas alternativas.

La búsqueda cuantitativa en los tres grupos, permitió conocer además, la valoración que se tiene sobre las posibilidades del centro para el desarrollo del proceso de IES. Se debe plantear en primer término que el resultado evidencia una elevada dispersión en la selección. Para los directivos se concentran las potencialidades en el conocimiento de la actividad, el nivel de gestión y la categoría científica y docente del claustro.

Es importante especificar que la referencia al nivel de conocimiento, no está totalmente relacionado con la actividad de IES, sino al elemento de la propia actividad del centro, lo que sin dudas es necesario como punto de partida, pero excepto algunos directivos que más directamente tributan a esta actividad, la mayoría desconoce del desarrollo de estos procesos y su implementación. Aunque

contradictoriamente manifiestan que es algo atractivo e importante para la Universidad

Por otro lado, los profesores reconocen en primer lugar las posibilidades que brindan el desarrollo de proyectos de intercambio y colaboración internacional y en menor medida la categoría docente e investigativa, así como la realización de investigaciones. Todo ello puede ser un reflejo del poco trabajo que en este sentido se realiza y de una baja valoración que posee el claustro sobre cómo esta universidad específicamente se inserta en procesos del sistema de Educación Superior.

Las respuestas de los estudiantes son más variadas, aunque tiene puntos de coincidencia con la de profesores y directivos, pero sería importante destacar como estos, hacen alusión a tres aspectos que para este autor cobran vital trascendencia. En primer lugar, la referencia realizada al prestigio deportivo del país, aspecto sobre el que se profundizó y los educandos establecieron una relación dialéctica entre la calidad deportiva y la de la enseñanza de la Cultura Física y el Deporte, lo que debe ser aprovechado de manera especial. En segundo lugar, al poder estar compartiendo en sus propias aulas con estudiantes extranjeros; una importante modalidad de la movilidad académica. También valoran, jóvenes al fin, la importancia del uso de internet, aunque manifestaron sus inquietudes con el limitado acceso.

Como sugerencia de medidas prioritarias para alcanzar la Internacionalización de la Universidad los discípulos proponen en primer lugar la necesidad de ofrecer servicios de internet en toda la universidad. Elemento recurrente en sus planteamientos. Así mismo consideran necesario que se fortalezca la dirección de relaciones internacionales y además que esta pueda tener puntos de contacto con el alumnado, así como que se designe presupuesto para esta actividad.

En el caso concreto de los directivos, por la responsabilidad de estos se demandó en otros temas que son necesarios esbozar. Uno de estos aspectos fue su apreciación sobre los aspectos que caracterizan la IES. La utilidad internacional de la universidad, unida a la elección del elevado nivel profesional fueron considerados como los elementos esenciales del proceso sobre el que se indaga.

En la medida que un centro universitario pueda estar ofreciendo un producto de calidad, competitivo y atractivo podrá insertarse mejor en el sistema internacional., pero esto solo es alcanzable en la medida que es más elevado el nivel de su claustro y por tanto, se engrandece las cualificaciones de sus carreras. Sin dudas, las tecnologías, su acceso y uso son imprescindibles para el objetivo que se propone.

Sin dudas, los directivos de la alta casa de estudios, entienden que entre los aspectos que caracterizan al centro; el nivel de acreditación, calificación y la calidad del claustro, unido a la experiencia con la que ya cuentan en el desarrollo de cursos internacionales son potencialidades para los resultados a alcanzar. Afloran también los altos resultados deportivos, lo que es apreciado como algo muy favorable, aunque a juicio del autor, aún subvalorado. Al profundizar sobre este último aspecto se puede apreciar que los dirigentes de la institución no son conscientes de que tras los resultados obtenidos por el país en el deporte, está el nivel de preparación de entrenadores, instructores y otro personal, fruto de la institución que prepara personal calificado para el sistema deportivo cubano.

Entre los documentos institucionales donde se recogen aspectos relacionados con el proceso de IES los directivos reconocieron aproximadamente ocho tipos de ellos. Según su propia apreciación, en la mayoría, estos elementos están contemplados de manera parcial y siempre una parte de la muestra considera que no son recogidos o tratados. En los que más se establece la relación con la IES son precisamente en la VISIÓN, MISIÓN y Programas de desarrollo de postgrados. Esto pudiera estar expresando una falta de coherencia entre los documentos rectores, al mismo tiempo que denota la falta de prioridad otorgada al tema en la universidad.

En el estudio documental realizado se corroboró que efectivamente hay un tratamiento disperso de estos temas, porque no se asume como proceso y en muchos de los casos no se evalúa sistemáticamente. Esta pudiera ser una de las causas del desconocimiento en el claustro del tema.

En relación a los servicios disponibles en la universidad para el desarrollo de las actividades de IES. Es apreciable la carencia de los mismos o por lo menos su no

funcionamiento intencionado. De entre una numerosa lista de productos y recursos es reconocido mayoritariamente la existencia de la oficina de Relaciones Internacionales, sobre la que ya a lo largo de este capítulo se han señalado aspectos de su funcionamiento.

También se muestra la existencia de bibliografía en otros idiomas y la comunicación actualizada en las redes con un aceptado nivel de aprobación. Sin embargo, esta referencia es contradictoria con lo aportado anteriormente donde se señalaron como insuficiencias. Un ejemplo de lo antes esbozado es que la totalidad manifestó que no existe servicio online, elemento justificado en las condiciones de conectividad del país, pero que a juicio del autor este se agudiza en la Universidad a partir de la poca prioridad brindada por el organismo de relación anterior.

La no existencia de cursos en otros idiomas, atención telefónicas en inglés, sitio web, difusión de contenidos internacionales, servicios de alojamiento y la promoción de actividades extracurriculares internacionales, junto a la falta de asesoría académica hace que estos se convierten en objetivos imprescindibles a alcanzar.

Debe reconocerse la honestidad de los directivos al afirmar el 83,3% que la Institución no cuenta con un plan o estrategia oficial de internacionalización. Por su parte, la minoría que dice conocer el plan para la IES también especifica actividades con muy bajo porciento de selección. Entre los aspectos menos reconocidos están la movilidad del personal administrativo, la gestión y negociación de proyectos internacionales, así como la ejecución de investigaciones internacionales. Entre los documentos estudiados y revisados no se tuvo acceso al Plan de Internacionalización porque no existe.

Por último, los directivos al declarar los desafíos que tiene la universidad para enfrentar el proceso de IES otorgan igual tratamiento a fomentar la excelencia en el personal docente y la necesidad de mejorar las condiciones materiales de la Universidad, seguido de la preparación de planes de estudios insertados en un currículo internacional y el acceso a tecnologías de la información y las comunicaciones.

Es importante explicitar que los desafíos aquí declarados coinciden mayoritariamente con los retos declarados en la Encuesta Mundial de Internacionalización de la Educación Superior. Los resultados del diagnóstico realizado a directivos, profesores y estudiantes evidencian su comprensión acerca de la importancia de la internacionalización y la necesidad que tiene la Universidad de las Ciencias del Deporte y la Cultura Física de insertarse en este proceso tan decisivo para el desarrollo perspectivo de las universidades en la actualidad. Por ello es aconsejable contar con una estrategia para la autogestión de la internacionalización.

Estrategia para la internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD "Manuel Fajardo"

Ante las exigencias del cambiante contexto global, unido a la creación de un nuevo marco competitivo entre universidades: los rankings; la internacionalización de la investigación y la educaciónha de considerarse una de las metas institucionales de la Universidad y entenderse como clave para la supervivencia, constituyendo una condición indispensable para lograr su misión y objetivos. LaUCCFD ha de enfrentarse a este nuevo reto, de cómo lo afronte dependerá, en gran medida no ya su futuro, sino su presente inmediato.

La Estrategia de Internacionalización de la UCCFD "Manuel Fajardo" persigue como **Objetivo fundamental:** Aumentar la proyección internacional de la Universidad como institución de la Educación Superior, de acuerdo a la misión y visión expresada en el Plan Estratégico del centro.

Misión

Formar profesionales competentes y comprometidos con el proyecto socialista cubano. Universalizar los estudios de la Cultura Física y el Deporte a todo el ámbito nacional promoviendo la formación profesional y el postgrado, como un proceso continuo**,** la investigación científica y una cultura general integral.

Generar y sistematizar conocimientos, tecnologías y experiencias de la Cultura Física y el Deporte.

Visión

Ser una Universidad acreditada de excelencia en todos sus procesos sustantivitos. Ser líder en la aplicación consecuente de la política científica y tecnológica que facilite la satisfacción de la demanda de Ciencia e Innovación Tecnológica del INDER.

Ser centro de referencia de la Cultura Física y el Deporte en el ámbito latinoamericano y mundial. Los valores, al constituir reguladores de la conducta social de cada sujeto, adquieren una gran importancia para la convivencia humana y en la formación integral del futuro profesional. El sistema de valores de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, se corresponde íntegramente con el Programa Director para el reforzamiento de valores en el Sistema del Deporte Cubano. Este es el siguiente:

La estrategia contempla que las políticas y actuaciones sobre la internacionalización deben fundamentarse a partir de principios orientadores.

Se establece como preeminencia **la coordinación de las distintas estructuras de gobierno de la universidad**, así como de los planes que establecen las áreas de inversión y el desarrollo de acciones y medidas específicas en orden de atender a la internacionalización como un objetivo común y transversal de todas las áreas de la universidad.

Se implanta como criterio la primacía de los **objetivos cualitativos frente a los cuantitativos** en la búsqueda de verdadero valor añadido a la institución. Esto es, no importa tanto el crecimiento, sino la mejora de la calidad. Respecto a las actuaciones a impulsar, se prioriza la **asignación de recursos** a las iniciativas que responden a las demandas del exterior y que, especialmente, no pueden desarrollarse por medio del apoyo de la administración.

Asimismo, se potencian de manera preferente las actuaciones que se construyan desde las **fortalezas de la institución** para que, a partir de procesos de concurrencia competitiva, partan de las áreas, centros, departamentos o personas más dinámicas de la UCFD.

Se pretende, finalmente, priorizar las actuaciones que, con perfil interdisciplinar o transversal, no queden en una medida puntual, sino que permitan la **creación de**

estructuras—servicios, unidades, oficinas—especializadas en competencias de internacionalización o que establezcan una base de conocimiento o capacitación en algún área de especialización que garantice la pervivencia de las actuaciones y la asimilación de los objetivos en el futuro para garantizar su sostenibilidad.

Componentes y etapas de la estrategia

La implementación de la estrategia propuesta está estructurada en varias etapas que orienta su puesta en práctica.

Primera etapa: Iniciación

Objetivo:

- Generar en el colectivo un clima que propicie la implicación progresiva de las estructuras de dirección, claustro y estudiantado en el diseño de un sistema de acciones, cada vez más complejas, que contribuyan a la Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior, a partir de que dominen sus elementos esenciales e identifiquen las potencialidades y el nivel de logros existentes en la Comunidad Universitaria.

Acciones generales:

- Preparación de la estructura de dirección de la UCCFD, el claustro y colectivo estudiantil; sobre los métodos y vías para identificar las fortalezas y debilidades como comunidad universitaria. Se realiza periódicamente, como parte del propio sistema que tiene la institución, la conduce la estructura de dirección.
- Implicación de la Comunidad Universitaria en la determinación de los objetivos y metas; y la organización planificación, ejecución y control de las acciones del centro, sus vicerrectorías y departamentos; para ello, se adecuarán las indicaciones y acciones que se plantean en el "Plan de Internacionalización" que regirá el accionar de la universidad según sus condiciones, potencialidades y características. Este proceso culmina, con la aprobación en el Consejo de dirección de las metas y objetivos para cada etapa; en ella se delimitarán la responsabilidad y el compromiso de cada uno de sus miembros.

- Creación de una estrategia de comunicación sobre qué es Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior, su importancia y cómo puede lograrse en el desarrollo de los procesos sustantivos de la universidad.
- Incorporación de temase distintos espacios que propicien la discusión acerca de la Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior; su importancia y cómo transformar los escenarios institucionales para lograrlo.

Segunda etapa: Implementación

Objetivos:

- Emplear los métodos y las vías más adecuados para implicar a la estructura de dirección y lograr la incorporación activa y responsable del claustro y los estudiantes a ejecución de las acciones recogidas en el plan de Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior.
- Lograr que, progresivamente, el Consejo de dirección y el Consejo Científico se conviertan en los órganos impulsores de la formación en y para la Autogestión de la Internacionalización de la Educación Superiorde todos y cada uno de los miembros de la comunidad universitaria.

Acciones generales:

- Capacitación de las estructuras de dirección sobre técnicas de trabajo en grupo y participativas para transformar la conducción de las reuniones; la elaboración de objetivos y metas, individuales y grupales y la planificación y organización de las tareas y actividades para cumplirlas, con la incorporación, cada vez, mayor de los profesores y estudiantes.
- Participación activa del jefe del departamento de Relaciones Internacionales en los Consejos de Dirección y Consejo Científico para analizar los procesos relacionados con la Internacionalización de la Educación Superior.
- Demostración de los métodos, vías y formas más efectivos para la preparación, conducción y evaluación de los procesos sustantivos de la universidad que tributen a la Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior, a partir de las mejores experiencias.

- Potenciación de las iniciativas que surjan en relación con el desarrollo de acciones que tributen a la Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior.

Tercera etapa: Evaluación y retroalimentación

Objetivo:

- Convertir los procesos de control y evaluación, así como la acreditación, en principales espacios de valoración y autovaloración sistemática de los avances y limitaciones en la Autogestión de la Internacionalización de la Educación SuperiorUtilizar, utilizando las experiencias que se obtengan para enriquecer la Estrategia de Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior.

Acciones generales:

- Preparación de las estructuras de dirección de la institución sobre técnicas e instrumentos para la concepción, planificación y evaluación de las actividades, el control y la valoración del nivel de participación de los sujetos implicados; así como para estimular la evaluación y autoevaluación de la participación.
- Inclusión de temas que se relacionen con la Internacionalización de la Educación Superior en las convocatorias a actividades académicas e investigativas que se realizan anualmente; estimular la búsqueda y aplicación de métodos, vías y formas hacia el logro de la Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior en las condiciones de la UCCFD. Generar interés por valorar el nivel que alcanza y los métodos que se emplean.
- Incorporación de parámetros en la categorización y evaluación colectiva e individual para evaluar los avances y limitaciones en el logro de los indicadores de la Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior.
- Realización de sesiones de trabajo donde las diferentes áreas y frentes de trabajo hagan el balance para evaluar la Estrategia propuesta, a partir de indicadores que reflejen la marcha del proceso y permita retroalimentar a la dirección institucional, e incorporar esos resultados en el sistema de trabajo del siguiente curso.

Las dimensiones e indicadores de la Estrategia constituyen un instrumento no solo

para evaluar, en general, los logros que se alcanzan, sino sobre todo para que las diferentes estructuras de dirección y los años de estudio adecuen las acciones, en dependencia de lo alcanzado y las condiciones existentes.

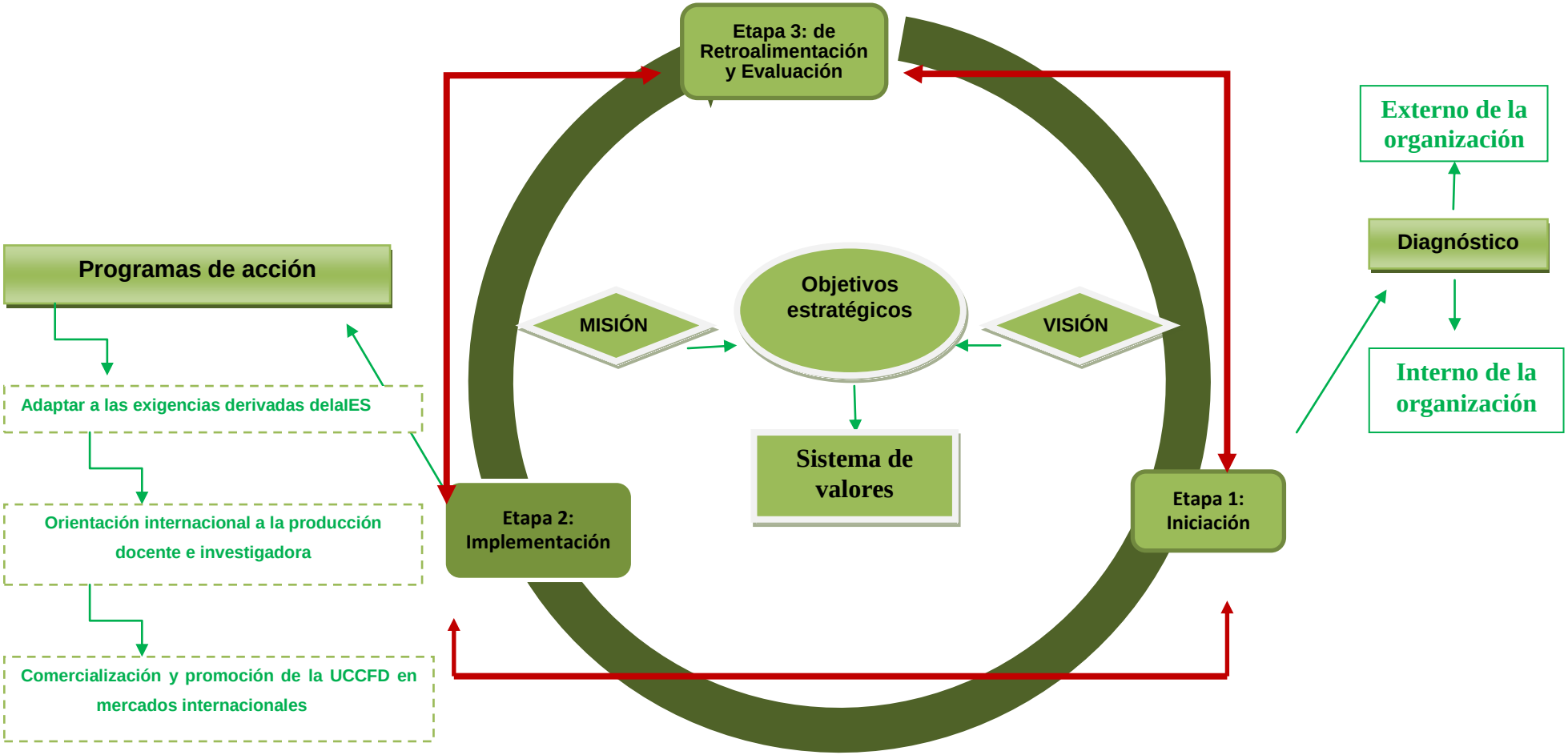
La Estrategia genera posibilidades de éxitos a la Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior, ayuda a los miembros de la Comunidad Universitaria a valorar mejor su labor y contribuye a la unificación de la labor educativa de esta, a la vez que le proporciona dinamismo y autonomía; confirma la idea de que la labor de dirección es una tarea colectiva, de colaboración, en la que todos los involucrados deben trabajar por lograr los objetivos propuestos a nivel individual, grupal y social y, en última instancia, contribuye a la inserción internacional de la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.

El éxito de la Estrategia dependerá, en gran parte, de la secuencia metodológica que se siga, de la sucesión de momentos y acciones de las tres etapas, de manera tal, que cada una se presuponga y complemente con las demás. De este modo, los objetivos adquieren concreción, mediante el despliegue de sus acciones y la aplicación de diferentes métodos, que refuerzan la función de la Estrategia de Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior.

La Estrategia se organiza para un período aproximado de tres a cinco años o cursos escolares, a su vez es deslizante, pues todas las acciones se realizan en cada año o curso escolar, según se precisa en la estrategia en el primer año de su implementación; pero, cuando se transita al siguiente año se realizan solo las acciones que se consideren necesarias y se incorporan todas aquellas que permitan un mayor avance sobre la base de las que se realizaron. Esto depende de la preparación y logros que alcancen las estructuras de dirección que se reflejen, en última instancia, en la motivación y la incorporación que manifiestan los estudiantes, claustro y sus dirigentes, porque se sienten activamente comprometidos con el proceso.

Representación gráfica de la estrategiapara la Internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD "Manuel Fajardo"

Representación gráfica de la estrategiapara la Internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD "Manuel Fajardo"



CONCLUSIONES

La identificación y sistematización de los fundamentos teóricos que sustentan el proceso de Internacionalización de la Educación Superior exponen con suficiente consistencia a los fundamentos socio-históricos-culturales, que dictan la tendencia evolutiva del objeto de estudio y sirvieron de plataforma de base, por la coherencia de su descripción y explicación, logrando precisar sus definiciones y suposiciones.

Los resultados del diagnóstico en la constatación empírica de la situación actual que presenta el proceso de Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD “Manuel Fajardo” , confirman la necesidad de realización de la investigación, al identificar los problemas fundamentales que lo condicionan, delimitado en el inventario expuesto las dimensiones que la guiaron como son: Movilidad de entrada y salida: captación de talento, reconocimiento de titulaciones y períodos de estudios; Acreditación de programas; Transferencia de conocimiento e innovación; Empleabilidad.

La estructura de la estrategia para el desarrollo del proceso de autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD “Manuel Fajardo” diseñada, toma como plataforma de base las directrices generales contemporáneas de la teoría y metodología de la planeación estratégica. Su configuración se establece en tres etapas: diagnóstica, ejecución, así como la evaluación y control, en las que se particulariza los elementos que la conforman.

La estrategia que se presenta como resultado científico de la investigación es viable y pertinente, según el juicio emitido por los especialistas con la aplicación de la validación teórica de la misma, arrojando que dicha estrategia tiene una efectividad de 8.4 que permite calificarla como fuerte, y que los resultados logrados con su implementación, evidencian que:

- la estrategia funciona como se diseñó, con los ajustes necesarios;
- se observa una disminución de los problemas detectados;
- es positiva la aplicación en los sujetos, todo lo cual resulta beneficioso;

RECOMENDACIONES

1. Proponer al Consejo de Dirección de la UCCFD “Manuel Fajardo” el plan de acciones que se proponen como resultado de esta investigación con el objetivo de lograr un cambio sustancial en la institución objeto de esta investigación.
2. Dar continuidad a la aplicación práctica de las acciones planificadas, considerando los ajustes pertinentes, con la finalidad de influir directamente en el desarrollo dela autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior en la UCCFD “Manuel Fajardo”.
3. Promover un proceso de socializando los resultados de la investigación con los especialistas y académicos del ámbito deportivo y del Ministerio de Educación Superior.
4. Estimular la participación activa de estudiantes y profesores en procesos investigativos relacionados con la Autogestión para la Internacionalización de la Educación Superior, así como la creación de talleres anuales para el balance del proceso.

BIBLIOGRAFÍA

1. **Aguilar VA, De la Maza C** (1993): Planeación Estratégica. Guía de estudio. México: Editorial UAL.
2. **Álvarez Layna, JR** (2012): *Una defensa de Robert Owen: Para una nueva lectura del utopismo en la historia"* [en línea]. Disponible en: http://serbal.pntic.mec.es/AParteRei/Consultado 18 de octubre de 2015.
3. **Arvon Henri** (2007): *La autogestión.* México: Fondo de Cultura Económica.
4. **Ascolani, Alberto** (1996): Psicología e institución de la formación. Rosario: Ediciones del Arca.
5. **Bakunin, Mijail** (1977): Federalismo, socialismo y antiteologismo: consideraciones filosóficas sobre el fantasma divino, sobre el mundo real y sobre el hombre. Madrid: Ediciones Júcar.

6. **Bloom, Alan** (2006): "Jean Jaques Rousseau". En *Historia de la filosofía política,* compilado por Leo Strauss y Joseph Cropsey. México: Fondo de Cultura Económica.
7. **Buber, Martin** (2009): *Caminos de Utopía.* México: Fondo de Cultura Económica.
8. **Castoriadis, Cornelius** (1996): La institución imaginaria de la sociedad, vol. 1. Buenos Aires: Tusquets.
9. **Charles Hoffer y Schendel** (1978): citado por Morrisey, George. [1993] El pensamiento estratégico. Construya los cimientos de su planeación./ Ed. Prentice Hall Hispanoamericana, Madrid, España.
10. **Colectivo de autores**. Diccionario Encarta 2005. en Soporte Magnético.
11. **Colectivo Situaciones** (2009): Conversaciones en el impasse. Dilemas políticos del presente. Buenos Aires: Tinta Limón.
12. **Coppola** (2010): La Innovación, un Factor Generador de Competitividad Internacional, Seminario Exporta.
13. **Cuarta Encuesta Mundial** (2014): IAU de la Internacionalización de la Educación Superior -Expectativas crecientes, valores fundamentales.http://iau-aiu.net/content/iau-global-surveys. Consultado 26 de noviembre de 2015
14. **Cubillos J.** (1991): Seminario de Planeación Estratégica. Comisión Federal de Electricidad. México: Editorial Interlocutor S.A.
15. **Deleuze, Gilles y FelixGuattar** (2000): Mil mesetas. Capitalismo y esquizofrenia. Valencia: Pre–Textos.
16. **Díaz CanelBermudez, M** (2011): Conferencia Inaugural Congreso Internacional "Universidad 2011) en línea. Disponible en httt/// Universidad. Consultado 16 de marzo de 2015.
17. **Domínguez, F.** (2006): El auge de la empresa multinacional española, Madrid, Fundación Rafael del Pino.
18. **Drucker P** (1995): Dirección por excepción. México: Editorial Cecsa.
19. **DURÁN HERRERA, JJ** (coord.) (2005): La empresa multinacional española: estrategias y ventajas competitivas, Minerva Ediciones, Madrid.

Título: La capacitación integral en los centros activos de Ecuador.

Autora: M.Sc. Diana Fernanda González Terán, dfernanda22@hotmail.com

Forma de presentación: Ponencia

País: Ecuador

Resumen

La educación posgraduada constituye una de las vías para el desarrollo de actitudes, hábitos y habilidades que estén en función de una apertura a la actividad laboral así como por la anticipación ante el mercado de trabajo, por ello, desde esta modalidad el profesional podrá precisar, determinar y definir nuevas necesidades, que respondan a su país como a otros contextos en los cuales puede prestar su colaboración.

Se constata, a través de un diagnóstico inicial realizado que existen insuficiencias en el proceso de capacitación integral puesto que los profesionales de los centros activos del Ecuador no poseen los suficientes conocimientos que les permitan estar a la vanguardia del entrenamiento y satisfacer las demandas y necesidades de la sociedad que acude a los centros activos del Ministerio de Deportes del Ecuador

Como parte del proceso de desarrollo y adaptación al contexto cambiante, se puede apreciar como tendencia histórica que las organizaciones, cualquiera que sea, siempre han aprendido. Lo han hecho a su modo, y adaptándose a los cambios del mercado, a los nuevos desafíos competitivos, a las posibilidades abiertas por las tecnologías en perfeccionamiento permanente, a la evolución de las expectativas de las comunidades y a los múltiples marcos regulatorios en los que les ha tocado desenvolverse. Al respecto Peter Drucker (2010) aseveró “En cualquier institución importante, sea empresa, organismo estatal o cualquier otra, la capacitación y desarrollo de su potencial humano es una tarea a la cual los mejores dirigentes han de dedicar enorme tiempo y atención.”

Título: La efectividad de los procesos comunicativos en organizaciones deportivas.

Autor: M.Sc. Rudens Tembrás Arcia

Institución: Periódico JIT. INDER

País: Cuba

Lograr una comunicación efectiva al interior de las organizaciones deportivas, y entre estas con el complejo entramado social exterior, constituye una necesidad inaplazable en la contemporaneidad.

Coordinar acciones y discursos, proyectar la imagen deseada y cohesionar a los actores tras los mismos objetivos, aspiraciones y modos de labor resulta imprescindible para el desarrollo de las instituciones deportivas y su existencia futura.

Los procesos educativos, la investigación científica, el manejo de información pública y estratégica, la presencia en redes sociales y sitios institucionalizados de internet, la relación con los medios, la organización de eventos y otras prácticas comunicativas cobran un valor relevante el campo del deporte.

Entonces, disponer de las herramientas teóricas y prácticas sobre la dirección y gestión de la comunicación es un imperativo en la formación de los nuevos profesionales y la capacitación de los ya existentes, encargados en el presente y el futuro de administrar ese recurso invaluable que responde al nombre de INFORMACIÓN.

¿Cómo hacerlo con éxito? Ese es el reto que se nos presenta, con la exigencia adicional de cumplirlo de forma comprometida, creativa y renovadora, tomando en cuenta siempre las características de nuestros interlocutores internos y externos.

Título. La gestión de los procesos en la Facultad de Cultura Física un reto para el desarrollo sostenible.

Title. Management processes in the faculty of physical culture a challenge for sustainable development.

Autores. Dr.C. Martha Leonor Armenteros Pimentel.

Email: martha.armenteros@reduc.edu.cu

M.Sc. Francisco Ruiz Martínez. Email: francisco .ruiz@reduc.edu.cu

M.Sc. Feliz Rodriguez. García. Email: felix.garcía@reduc.edu.cu

Institución: Universidad de Camagüey Ignacio Agramonte Loynaz Facultad de Cultura Física. Camagüey

País: Cuba

Resumen

La gestión de los procesos en la Facultad están comprometidos con los nuevos enfoques del desarrollo de la enseñanza Superior, lograr que se integren más los procesos y que sean factibles a mantener los servicios con mayor eficacia y calidad, es propósito de planificación estratégica.

Palabras claves. Planificación estratégica, gestión sostenible, proceso de dirección.

Abstract

Management processes at the Faculty are committed to new approaches to development of higher education , make it more integrated processes and that are feasible to maintain services with greater efficiency and quality, it is the purpose of strategic planning.

Keywords. strategic planning, sustainable management , process management.

Introducción.

Los compromisos de la educación superior con el desarrollo económico y social del país están reflejados en los distintos objetivos y criterios de medida propuestos, así como en las misiones que le han asignado el Partido y el

Gobierno. El MES (Ministerio de Enseñanza Superior), ha seguido preservando las cuatro Áreas de Resultado Clave previstas para el ciclo de planificación estratégica 2013-2016:,2017-2021

1.- Profesional competente, comprometido con la Revolución.

2.- Claustro revolucionario de excelencia.

3.- Impacto económico y social.

4.- Gestión de la educación superior.

En este sentido hemos acogido la percepción del país de trabajar por la sostenibilidad de los procesos, en tal asunto creemos que todo se inicia en la planificación la cual debe ser admitida como una técnica de trabajo que se utilizará para *preparar* el futuro, una sistemática tendente a determinar qué es lo que se quiere lograr en un plazo de tiempo (fin, objetivo o meta) y diseñar métodos de trabajo para alcanzarloes la proyección.

Se trabaja así mismo, con las dos Estrategias Maestras propuestas: Aplicación creadora del enfoque integral y sostenible para la labor educativa y político-ideológica en las universidades y Promoción e implementación de un enfoque de desarrollo sostenible en las instituciones de la educación superior y en la sociedad. En ambos casos se concretaron un conjunto de acciones estratégicas que estuvieron presentes en todos los objetivos.

La Política que asegurar los recursos humanos e infraestructura requerida para el incremento de la calidad de la educación superior, el perfeccionamiento de la gestión en el eslabón de base de la formación integral de los estudiantes, con énfasis en la preparación política e ideológica, velando que desde el desempeño profesional interactúe con la sociedad y le aporte. La superación integral de los docentes examinando sus componentes político e ideológico, académico, científico y pedagógico, que incluye la obtención del grado científico de doctor. Las acciones por la acreditación nos precisan a alcanzar niveles superiores de calidad, en las áreas de trabajo y evaluar los aspectos en los que aún tenemos que seguir progresando. En este sentido hemos acogido la percepción del país de trabajar por la sostenibilidad de los procesos y consideramos que todo se inicia en la planificación la cual debe ser admitida como una técnica de trabajo que se

utilizará para *preparar* el futuro. Una sistemática tendente a determinar qué es lo que se quiere llegar a lograr en un plazo más o menos largo de tiempo (fin, objetivo o meta) y diseñar una metodología de trabajo para alcanzarlo.

A través de la planificación se relega la improvisación como modo de trabajo, lo que permitirá actuar no solamente con eficacia sino sobre todo con eficiencia, esto es, con el máximo ahorro de medios y recursos puesto que se aplicarán racionalmente.(Mestre.2013)

En la actualidad, el proceso estratégico se ha considerado también como el producto de un conjunto de procesos organizacionales y de intervenciones individuales clave, en organizaciones complejas es el resultado de un proceso que concierne a toda la organización, más que a la concepción maestra de un decisor, y esto debido principalmente a la dificultad de reconciliar las oportunidades de un entorno de gran tendencia al perfeccionamiento de los procesos, los recursos limitados y los valores personales y colectivos que exigen de una atención diferenciada en función de los esfuerzos por mejorar la eficiencia y la eficacia de la organización en el transcurso del corto mediano y largo plazo. (Montero .2006)

La identificación de los integrantes constituye la primera condición. Se trata de precisar los actores que pueden tener un impacto significativo sobre la configuración y realización de la estrategia. En todo momento se deben orientar las acciones para garantizar que la organización alcance el éxito deseado.

El calificativo sostenible se refiere a algo que está en condiciones de conservarse o reproducirse por sus propias características, sin necesidad de intervención o apoyo externo. El término desarrollo sostenible puede aplicarse sobre diversas cuestiones: métodos productivos, procesos económicos, académicos, sociales, deportivos, de gestión.

A criterio de esta autora el desarrollo sostenible de la organización es la posibilidad de progreso, avance, mejora y prosperidad a partir del uso de las potencialidades correctas de su cultura y medios de subsistencia que le permitan avanzar en el tiempo sin necesidad de ayuda externa, desde la perspectiva de desarrollo y trabajo para el futuro y bien común . (Armenteros.2015).

El objetivo del trabajo está referido a mover las perspectivas que soportaron la planificación en la facultad de Cultura Física en el periodo 2013-2016 en un intercambio de experiencias, procederes básicos y aspiraciones de desarrollo para el logro de alcanzar resultados sostenidos y de excelencia en los procesos de gestión universitaria en el nuevo periodo 2017-2021.

Materiales y métodos

Se utiliza como método la revisión bibliográfica para valorar los documentos oficiales del MES y la consulta de términos para el desarrollo del trabajo, la investigación acción y método vivencial con la observación participante no estructurada para evaluar de manera cualitativa las reflexiones que se derivan de la experiencia en cada una de las etapas.

Resultados yDiscusión.

El primer acercamiento en la sostenibilidad está en la parte estructural, ello define la participación de los estrategas a la planeación y ejecución de los procesos que se desarrollan en la organización.

En la Facultad de Cultura Física se soporta en el decano, vicedecanos,
los jefes de departamento docentes de las unidades organizativas, secretaria docente y centro de estudio.

Los jefes de áreas funcionales, jefe carrera,profesor principal de año,profesor principal de disciplina, profesor principal de asignatura, extensión, residencia, administrador.

Jefes de unidades operacionales del servicio
(Economía, cocina comedor mantenimiento, protección, biblioteca, servidor, laboratorios de computación…)

Se trabajó en este período con un total de cuatro áreas con sus objetivos de trabajo y criterios de medidas los cuales se han analizado en su desarrollo. Enlos departamentos según cronograma para el control de la calidad de los procesos se siguió el esquema metodológico de la planeación estratégica sistema de propósitos, metas y objetivos para el desarrollo de la Facultad.

Se inició un diagnóstico estratégico con conferencias para todos los decisores relacionadas a los procesos en función de iniciar en el nuevo contexto las

decisiones estratégicas colegiadas y flexibles para el periodo 2013-2016 la implementación y control de las decisiones (alineamiento de los objetivos con los criterios de medida) acorde a la medida transcurrió en sus inicios de manera discreta hasta que el propio proceso fue incorporando a las personas,en la actualidad resulta ya lejos del aprendizaje una experiencia de trabajo a seguir puliendo para el próximo periodo en aras de empezar de nuevo una retroalimentación y plan de mejoras continua para obtener una gestión sostenida.

Se determinó la misión la cual determina la razón de ser de una organización en este sentido tomando como referente la misión de la universidad Ignacio Agramonte Loynaz a la cuál tributamos. Reflexionando que la misión es la expresión concisa y clara por la cual existe un sistema organizativo. Base principal desde donde todo el plan se desarrolla. Debe ser elaborada inicialmente por la alta dirección y compartida por todo el personal. "Su expresión debe enfatizar lo especial, distintivo y singular de la organización, representar el compromiso de todos. Su formulación debe ser simple, clara, directa, motivadora, original y única." (Montero.D.R. 2006 pág. 6) (Armenteros.P.M.L. 2006 pág. 16)

La visión es la imagen que se tiene del futuro de la organización, es un estado final que se está tratando de lograr, es la forma de compromiso con el futuro que quiere crear y llegar en un tiempo determinado, la acompañan los valores los que son aprendizajes estratégicos relativamente estables en el tiempo, en ellos se develan que una forma de actuar es mejor que su opuesta para conseguir que salgan bien las cosas. García, 1997 citado por (Montero D.R. 2006 pág. 10)

El 2017 el MES refleja la siguiente visión que es una pauta para todas las universidades cubanas .El sistema MES forma un profesional con valores ético-morales y humanistas, comprometido con la Revolución y su patria, que posee cultura general, habilidades y conocimientos al nivel de las mejores universidades de América Latina.

Este profesional considera las dimensiones medioambiental y económica de su actuación, posee una adecuada expresión oral y escrita en la lengua materna, se comunica en idioma inglés con fines profesionales y maneja las categorías marxistas, acorde con el área de conocimientos en que se ha graduado.

Los profesores del claustro luchan por la excelencia, por dominar y estar actualizados en las ciencias de su experticia y en las categorías método marxista, tienen prestigio científico y son un ejemplo ético y de revolucionario. Desarrollan en sus clases el debate científico, político e ideológico. Los profesores de más experiencia forman nuevas generaciones de docentes.

Los profesionales del país encuentran en nuestra universidad la posibilidad de actualización sistemática al más alto nivel, con un enfoque marxista y ajustada a los intereses de la política nacional.

La investigación científica se realiza por profesores, investigadores y estudiantes, vinculada estrechamente a la práctica de los territorios y las demandas de los Organismos de la Administración Central del Estado (OACE), generando impactos en los económico y lo social, en áreas priorizadas como la vivienda, la agroindustria, el sector exportador y en todo lo referido a la sustitución de importaciones. De igual forma, la investigación tributa al desarrollo de las ciencias básicas en la nanotecnología, la bioquímica, las neurociencias y otras.

Los valores constituyen la base de la cultura organizacional existente y sostienen el proceso de toma de decisiones y deben contribuir al resultad de trabajo de la organización. (Del Toro. L.2004 pág. 186).

Para que tengan éxito deben ser formuladas por la alta dirección, compartida por todos los miembros de la organización, se establece el periodo de tiempo en la que se alcanzará, se expresa de manera simple y clara, debe ser retadora y objetiva, positiva y real, Se expresa en tiempo presente, como si ya se hubiera logrado y sea evaluada al final en términos de impacto. El resultado del proceso de elaboración presenta la Misión la Visión de la Facultad de Cultura Física de la Siguiente forma **Misión**: Una Facultad de impacto nacional e internacional que forma y desarrolla profesionales competentes de la Cultura Física, el Deporte, la Educación Física y la Recreación Física, que consolida valores patrios y de profundo sentido humanista, contribuyendo al desarrollo local y a la formación de una cultura general integral.

Y la **visión** queda concretada a que: Se forma un profesional competente en su desempeño, revolucionario y ajustado a los intereses y necesidades del sistema

de actividad física deportiva en el territorio, garantizado por un claustro de profesores de excelencia que junto a sus estudiantes desarrollan la investigación científica para ser una facultad que eleva la calidad y pertinencia de sus procesos con eficiencia y eficacia que permite incorporarse a una red de relaciones e intercambio nacional e internacional e impacta en áreas priorizadas del territorio como: el desarrollo del deporte la educación Física y la recreación, turismo, educación superior, medio ambiente y las TIC, para contribuir al desarrollo local con una infraestructura gestionada y una institución acreditada en la que la mayoría de los programas académicos alcanzan categorías superiores.

En estos momentos se perfecciona el sistema de trabajo de dirección por objetivos desde los procesos internos. Se determinan las áreas para el presente cuatrienio, se relacionan los equipamientos afines con la formación del profesional y los cambios en elplan de estudio E así como se actualizaron todas las estrategias curriculares de la carrera y la preparación de los directivos principales como decisores y líderes el proceso de gestión apoyados en una guía como método de trabajo simplificador y para el progreso.

Guía para el informe decumplimiento de objetivos. -

Etapa que se evalúa: curso_____

Área de resultado clave #

Jefe del área

Departamento

Jefe del departamento

Evaluación de los Objetivos de Trabajo Facultad de Cultura Física Objetivos y Criterios de Medidas.

Fortalezas

Se logra elaborar el sistema de objetivos para los cuatro departamentos y las tres áreas de resultado clave.

Los principales responsables de las áreas de resultado clave están capacitados con los elementos básicos para emprender el próximo periodo de trabajo desde un enfoque de gestión sostenible

Se alcanza una experiencia de dirección de más de dos años para cada área.

Claustro de experiencia docente y el mas del 50% con categoría principal

Debilidades

Diversidadesde enfoques metodológicos de losdocentes y jefes de departamentos en el emprendimiento de las metas .

Falta de adiestramientoen los docentes para implementar las TIC con las nuevas exigencias en la plataforma Mude.

Amenazas.

Los procesos de introducción de las tecnologías van más rápido que las condicionesdistributivas recomendables.

Oportunidades.

Mejorar el desempeño docente educativo

Alcanzar la acreditación de la carrera

Mejorar la visibilidad de la Facultad en el entorno Nacional e internacional**.**

PLAN DE MEJORAS.

Área de resultado clave	OBJETIVO	Criterio de medida	TAREAS	RESPONSABLE	FECHA

Elaborado por.Dra. C. Martha Leonor Armenteros Pimentel ----------

Asesora del trabajo de gestión organizacional.

Vto. Bueno MS.c: Francisco Ruiz Martínez. ----------

Decano de la Facultad de Cultura Física

Los elementos esenciales apreciados en el plan de mejoras apuntan distintivamente a:

Cambios de enfoques subjetivos y objetivos en cuanto a calidad de estructuras, servicios, eficiencia, compromisos, cultura del detalle, excelencia y comunicación.

Enfoques para el progreso de las aspiraciones individuales y colectivas en todas las áreas para lograr una organización comprometida con los objetivos elaborados.

Trabajar por la acreditación de la carrera.

Rescatar los niveles de impacto en la superación en la esfera deportiva en el territorio.

El incremento de la visibilidad de los resultados que se alcanzan en todos los procesos sustantivos.

Como se puede apreciar son muchas las tareas a acometer para poder alcanzar la excelsitud sin embargo el experimentado claustro y la combinación con jóvenes que se van incorporando es una fórmula para en breve alcanzar los objetivos organizacionales esperados y lograr el carácter sostenible de la gestión en la facultad de Cultura Física

Retos.Acentuar los logros y la excelencia., en las actividades docentes, de servicios académicos, científicos técnicos, deportivos, sociales, de convivencia, de imagen institucional y profesional, habitacional y éticos que perduren en la calidad medioambiental e impacto social.

Promover una cultura del detalle orientada a los resultados para lograr la acreditación de la carrera y sus procesos sustantivos en el 2018.

Perfeccionar las prácticas deportivas y seguir obteniendo resultados que inspiren a las personas a cooperar y sobresalir en el ámbito comunitario interno y externo de la universidad.

El principal desafío es producir resultados extraordinarios con personas ordinarias.

Conclusiones.

1. El trabajo de la gestión sostenible es una tarea que parte de la planificación y agrupa las aspiraciones y esfuerzos de todos los miembros de la organización.

2. Lograr un incremento en la cultura del detalle organizacional considerando las aspiraciones particulares y colectivas posibilitará aunar los compromisos y el sentido de pertenencia para el logro de resultados superiores en el próximo periodo 2017-2021 y mejorar las acciones en el propósito de la gestión sostenible de la Facultad de Cultura Física.

Bibliografia y referencia bibliográfica.

1. Armenteros Pimentel Martha. Leonor La dirección estratégica y por objetivos una experiencia Camagüeyana.Memorias en archivo provincial del INDER 2004. 2008.
2. Armenteros Pimentel Martha. Leonor modelo de integración estratégica para la dimensión ambiental en el sistema organizativo deportivo de base .Tesis doctoral 2009 pág. 16
3. Del Toro. L Dirección de la cultura Física 2004 pág. 186)
4. *Mestres Sancho, Juan Antonio (2004 Estrategias de gestión deportiva local*. Barcelona: Indo.
5. Mestre Sancho, Juan Antonio (2008). *Planificación estratégica del deporte. Hacia la sostenibilidad.* Madrid: Síntesis.
6. Mestres Sancho, Juan Antonio (2013). Componentes de la gestión deportiva un acercamiento Referencia bibliográfica VIREF Revista de Educación Física ◦ ISSN: 2322-9411 ◦ Volumen 2, Número 2 ◦ Abril – Junio 2013
7. Montero delgado Rogelio. 2006 Apuntes para la planeación estratégica en las entidades deportivas pág. 6.6,10 Editorial deportes .Habana
8. MES Informe de balance de los objetivos de trabajo del 2015-16.
9. MES Proyecciones para el periodo 2017-2021.

Título: La Gestión de Recursos Humanos en federaciones deportivas de Sri Lanka.

Autor: M.Sc. Dushan Lalisha Kahatapitiya, lalisha2013@gmail.com

Forma de presentación: Ponencia

País: Sri Lanka

Resumen

Las organizaciones deportivas poseen una función social importante: potenciar el deporte como un tipo de actividad socialmente útil y a su vez garantizar la preparación de sus recursos humanos para el logro de tal función. En las organizaciones deportivas en Sri Lanka, se manifiesta insuficiencias con relación al no aprovechamiento del potencial humano que posee, pues no están delimitadas sus funciones y actividades específicas, para lograr resultados satisfactorios en la actividad deportiva y garantizar una mayor estabilidad en el desarrollo de la misma. La Gestión de los Recursos Humanos constituye un sistema, cuyo objetivo principal es concebir al hombre dentro de la organización como un recurso que hay que optimizar. En el diagnostico inicial realizado, se constata que:

- No existe un nivel adecuado en la comunicación de las esferas directivas.
- No existe una estructura jerárquica definida.
- La Estructura organizacional de la federación no resulta funcional para la obtención de los resultados deportivos que se desean.
- El nivel de conocimiento de los directivos sobre el proceso de dirección es insuficiente.
- La gestión de los Recursos Humanos de la Federación no responden a los componentes de esta línea, donde se definen funciones, caracterización y criterios con relación a la concepción de autores especialistas en el tema.

Titulo: La Inteligencia Deportiva en la alta competencia. Introducción para su estudio en las Organizaciones Deportivas.

Autores:

- * Dr. C. Fernando Hernández Valdés. Profesor Asistente.
- * Dr. C. Jerry Bosque Jimenez. Profesor Titular. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”.
- ** Lic. Trinidad Natalia Labrín Painepán.

Instituciones:

* Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”.

** Universidad Central de Chile

Países: Cuba y Chile

Resumen

En la actualidad los grandes eventos deportivos tienen un altísimo grado de espectacularidad y rentabilidad, es por ello, que varios son los avances tecnológicos que se aplican en este sector que causan a su vez un gran impacto en el accionar cotidiano de los equipos deportivos de alto rendimiento. Es por ello que para satisfacer los complejos y crecientes rectos del contexto deportivo mundial, se requiere de un acceso, control y dominio sobre la información relevante que genera el accionar competitivo y los principales actores de un deporte; sin duda alguna una de las herramientas que facilita ese control y dominio de la información es la Inteligencia Deportiva. La cual en parte es motivada por una mayor disponibilidad de información y un aumento reflejado en la proliferación de bases de datos en todo el mundo. Es por ello que el presente trabajo persigue el objetivo de sistematizar y socializar la información básica, sobre los conceptos y otros elementos relacionados con el proceso de inteligencia deportiva en la alta competición.

Title: The sport intelligence in the high performance. Introduction in its study

Abstract

Nowadays, the great sport events possesses a high level of magnificence and profitability, therefore the variety of technological advances are applied in this sport

area allowing, at the same time, a huge impact in the daily activity of high performance sport team. It is required some access and control on a relevant information that creates the competitive activity related to the sport principal actors by virtue of this, for satisfying the complex and growing challenges in the world sport context. The aim of this paper consists in systematize and socialize the basic information on the concepts and other elements related to the sport intelligence process in the high competition
Key words: Sport intelligence, management, information control.

Introducción

En la actualidad los grandes eventos deportivos tienen un altísimo grado de espectacularidad y rentabilidad, es por ello, que varios son los avances tecnológicos que se aplican en el sector empresarial están causando un gran impacto en el accionar cotidiano de los equipos deportivos de alto rendimiento. Estos nuevos avances y los cambios dinámicos hacen que las organizaciones e instituciones deportivas tanto públicas, como privadas se debatan en la urgente necesidad de orientarse hacia los avances tecnológicos. Los hechos han dejado de tener sólo relevancia local y han pasado a tener como referencia el mundo. Los países y las regiones colapsan cuando los esquemas de referencia se tornan obsoletos y pierden validez ante las nuevas realidades.

La implementación de estos avances tecnológicos en la esfera deportiva han propiciado los altos niveles de desarrollo y competitividad que caracterizan el fenómeno deportivo de alto rendimiento moderno, que se asientan sobre modelos de gestiones eficaces, eficientes, efectivas y de calidad.

Estos modelos se producen y sustentan en un contexto en el que la información es cada vez más accesible por la rapidez en la que se extienden las herramientas de difusión y gestión de información, teniendo en cuenta que hablamos de información que sirve y es útil en el sector deportivo, para la esfera competitiva, las organizaciones deportivas de alto rendimiento, conscientes de este hecho reaccionan asimilando nuevos métodos y formas de utilizar la información, para aplicarla de manera efectiva. El uso de la información que se ha hecho de manera

habitual y ahora aplica herramientas, métodos, sistemas, que les permiten ser más eficaces y obtener ventajas competitivas sostenibles en búsqueda del triunfo deportivo.

Para satisfacer los complejos y crecientes rectos del contexto deportivo mundial, se requiere de un acceso, control y dominio sobre la información relevante que genera el accionar competitivo y los principales actores de un deporte; sin duda alguna una de las herramientas que facilita ese control y dominio de la información es la Inteligencia Deportiva

Sobre los antecedentes de la Inteligencia Deportiva.

El término Inteligencia deriva del latín inteligenttia que hace referencia a la facultad por el medio de la cual se conocen las cosas que existen, desde la antigüedad se manejó como una característica que poseían los seres humanos en su interacción con el medio circundante. Su evolución en el campo de las Ciencias Sociales, específicamente en la Psicología, determinó la valoración del mismo como capacidad de los individuos. En este sentido, Petrovsky planteaba que a finales del siglo XIX y comienzos del XX, algunos psicólogos como Cartell, Terman y Spearman, se propusieron investigar cómo medir las capacidades de los individuos, por lo que desarrollaron los llamados Test de Inteligencia.

El término inteligencia deportiva tiene su origen primogénito en la inteligencia militar, la cual debido fundamentalmente al creciente e indetenible desarrollo y feroz competencia entre empresas y corporaciones multinacionales después de la segunda guerra mundial facilitó su traspolación al mundo empresarial con la denominación de inteligencia competitiva o empresarial de la cual en nuestro entender se deriva directamente lo que hoy se conoce como inteligencia deportiva que según los siguientes autores consiste en:

Según Pujol, R. (2009) define a la inteligencia deportiva como: “una disciplina cuya función es prepara técnicamente a los atletas y sus equipos, a partir del análisis información con alto valor agregado sobre las características de los escenario de competencia para optimizar su accionar competitivo y mejorar sus resultados deportivos.”

Para Gustavo Maure (2013) inteligencia deportiva es un proceso especial que se encarga de estudiar las jugadas y movimientos técnico-tácticos de los posibles atletas o equipos rivales. Para encontrar las estrategias necesarias que permitan desarrollar acciones ofensivas y defensivas que se mantienen en el más absoluto secreto para que sorprendan y desorienten al rival y le faciliten al atleta o equipo obtener el resultados deportivos de una forma eficaz y eficiente.

En nuestro parecer la inteligencia deportiva es proceso que le permite a un atleta o equipo deportivo adquirir, analizar y conocer a tiempo toda la información relevante sobre el accionar de sus adversarios deportivos, así como, poder contextualizar las tecnologías y los escenarios de competencia en su deporte y establecer la forma en que dichos atletas y equipos van a proteger la información notable sobre su modo de actuar en el campo deportivo lo cual va a facilitar la producción eficiente de resultados competitivos en su deporte a corto, mediano y largo plazo''.

La inteligencia deportiva tiene como objetivo principal: preparar mejor a los deportistas de alto nivel para las grandes competiciones, impulsar el desarrollo del deporte y contribuir a la gestión de sus redes de contactos y el flujo de la información para asegurar rendimientos que avalen el prestigio de los deportistas, los equipos y colectivos técnicos en los diferentes escenarios competitivos de su deporte tanto nacionales como internacionales.

La principal característica de la Inteligencia Deportiva es la omnipresencia de la información, que constituye una verdadera materia prima estratégica en todos los sentidos. Por este motivo, los desafíos a los que se enfrenta la misma son dos: por un lado, el de recopilar información mediante herramientas especiales, con el fin de contrastarla con otros datos y aprovecharla en el momento oportuno; por otro, el de proteger los datos estratégicos que custodian[1].

Los principios de la inteligencia deportiva.

1. Pujol, R. (2009). Los estudio de adversarios y la *Inteligencia deportiva. Disciplina base para gestión del entrenamiento y competición deportiva. Barcelona*. Editorial Océano

Según Dopico, H. M. & Martínez, F. (2012) ”Es necesario para llevar a cabo la Inteligencia Deportiva (ID) cumplir con un grupo de principios, los cuales también funcionan de forma sistémica y aparecen a continuación:

1. **Principio de la información plena:** Nuestro colectivo (atletas, entrenadores y personal de apoyo) debe conocer todas las debilidades y fortalezas de los contrarios, por supuesto por la vía de búsqueda de información, estudio de contrarios o como se le denomina en otras literaturas. Además de conocer la características del contexto geográfico y sociopolítico del lugar donde se llevará a cabo la competición
2. **Principio de la preparación adecuada:** Nuestros esfuerzos deben estar encaminados a mejorar nuestras debilidades y utilizar las fortalezas en los momentos idóneos, para lograr superar al contrario.
3. **Principio de la sorpresa:** Debemos tratar, bajo cualquier circunstancia, hacer lo que el contrario no espera, para nosotros este es un aspecto que determina en muchos casos y de alguna forma lo relacionamos a la táctica.

Este último principio sustenta la aparición de funciones, fases, acciones y un objetivo que no se limitan solo al estudio del contrario, podemos tener la mayor información de los participantes en la próxima competencia, utilizar la mejor y más sofisticada tecnología con ese fin, incluso hacer debates con el colectivo técnico, pero los pasos a seguir y las acciones utilizadas en el momento adecuado, constituyen una cadena que permite evaluar la eficacia de nuestra planificación para obtener logros mediante la utilización de la ID.

Importancia de la inteligencia deportiva para los resultados en el alto rendimiento.

El de cursar de esta nueva era de la información y las comunicaciones marcadas por el constante surgimiento, desarrollo, perfeccionamiento y obsolescencia de nuevas tecnología. Unido a la excesiva comercialización de la que es objeto la alta competición deportiva han llevado a un altísimo nivel de perfeccionamiento en el proceso de entrenamiento deportivo, a tal punto de que en la actualidad el atleta o equipo deportivo que más resultados tiene, es aquel que domina la mayor cantidad de información sobre el accionar competitivo de su posible adversario y el

que mayor accesos tiene a la tecnología en función de su preparación es por ello que los investigadores como Cuñaro, J. A. (2012) y Iñaquis, M. A. (2015) plantean que la implementación de un sistema de inteligencia deportiva en la preparación de atletas y equipo deportivos de alto rendimiento va a:

- Facilitar el 80 % de las condiciones para obtener un resultado en los deportes de tiempo y marca.
- Provee el 82 % de las condiciones para alcanzar un resultado en los deportes de de arte competitivo.
- Proporciona el 85 % de las condiciones para conquistar un resultado en los deportes de confrontación directa dígase, (juegos con pelota, combate etc.).

Algunas limitaciones actuales que enfrentan los equipos deportivos en la alta competición, sobre el particular son:

- Tienen datos pero carecen de información: Necesitamos profundizar el nivel de conocimiento de los atletas, entrenadores y especialistas, etc. para así tener la capacidad de encontrar patrones de comportamiento, monitorear, rastrear, entender, administrar y contestar aquellos interrogantes que nos permitan maximizar el rendimiento de nuestros atletas y equipos en la competición deportiva fundamental.

- Fragmentación: Poseemos aplicaciones independientes a través de todas las áreas o especialidades pero se carece de una visión global de la organización deportiva. Esto limita a dicha organización a la hora de tomar decisiones importantes sin tener todos los elementos imprescindibles a la mano. Esta fragmentación conduce a lo que se llama diferentes versiones de la verdad. Los directivos o entrenadores solicitan informes a las distintos áreas o especialidades obteniendo diferentes resultados del mismo informe. La tarea ya no es solo crear el informe sino justificar de donde y qué condiciones se utilizaron para la creación de este informe. Si el directivo o

entrenador decide agregar una nueva variable a esta ecuación, recrear este informe puede conllevar un esfuerzo de semanas.

- Manipulaciones de los manuales de preparación del deportista: La necesidad de generar análisis sobre el calendario competitivo de la organización deportiva nos ha llevado a utilizar manuales de preparación del deportista que no son las más confiables. Esta práctica conlleva la exportación de datos a distintas herramientas a través de un proceso lento, costoso, con duplicación de trabajo, poca confiabilidad en los informes, propenso a errores y sujetos a la interpretación individual.

- Poca agilidad: Debido a la carencia de tecnologías información, la fragmentación y la manipulación manual de preparación del deportista nos mantiene en un nivel de rendimiento bajo. Como dice el dicho: “Justo cuando me aprendí las respuestas me cambiaron las preguntas”. Necesitamos de una herramienta lo suficientemente ágil que se ajuste a las necesidades de las organizaciones o equipos deportivos.

Sobre los beneficios de la Inteligencia de Deportiva

Dentro del marco de beneficios que representa la aplicación de un sistema de inteligencia de deportiva en el accionar cotidiano de los atletas y sus equipos deportivos en el alto rendimiento podemos mencionar que esta nos permite:

1. **Manejar el crecimiento:** El reto que representa el actual calendario competitivo en la alta competición deportiva para los atletas y equipos deportivos es evolucionar, es crecer y esto significa “cambio”. Que tan ágiles son nuestros planes de entrenamiento para enfrentar los cambios y las necesidades puntuales del calendario competitivo en la alta competición deportiva.

2. **Control del costos en la preparación y competición:** El manejo de costos de la preparación y competición deportiva es el detonador que fuerza a muchos atletas y equipos deportivos a considerar la adopción de un sistema de inteligencia deportiva, para tener la capacidad de medir gastos y ver estos a un nivel de detalle que identifique que tipo de preparación requiere nuestro atleta o equipo deportivo, para que competición se planifica. Como legar y mantener la forma deportiva optima para garantizar el resultado deportivo en la competición fundamental.

3. **Entender mejor a los Atletas:** Las organizaciones o equipos deportivos en la alta competición almacenan toneladas de información valiosa relacionada con sus atletas y posibles adversarios. El reto es transformar esta información en conocimiento y este conocimiento dirigido a una gestión del proceso de entrenamiento y la competición deportiva que represente algún tipo de ganancia para la organización o equipo deportivo. La captación de nuevos talentos, retención de atletas con resultados, anticipar nuevas oportunidades de preparación y competición deportiva, medición de efectividad del procesos de preparación o entrenamiento deportivo y/o comportamiento de nuestros atletas y sus adversarios. Constituyen aspectos que hacen de la inteligencia de deportiva un elemento vital para lograr los resultados deportivos en la alta competición.

4. **Indicadores del desempeño competitivo de los atletas y equipos deportivos:** Los indicadores de desempeño competitivo en el alto rendimiento deportivo nos permiten representar medidas enfocadas evaluar el desempeño el desempeño competitivo de los atletas y equipos deportivos tanto propios, como de los posibles adversario. Lo cual permite facilitar la capacidad de representar la estrategia de preparación en objetivos, métricas, iniciativas y tareas dirigidas a un equipo y/o atleta de la organización deportiva. Dentro de las capacidades funcionales de los

indicadores de desempeño competitivo en el alto rendimiento deportivo podemos mencionar: el monitoreo, análisis y la administración.

- ***"Monitorea"*** los procesos críticos y las actividades que pueden afectar o favorecer el accionar competitivo de nuestros atletas en la competición utilizando métricas que den una alerta sobre un problema potencial o alguna acción , proceso o actividad que se debe realizar para garantizar el éxito del resultado deportivo.

- ***"Analiza"*** la raíz de los problemas explorando la información de múltiples perspectivas en varios niveles de detalles.

- ***"Administra"*** los recursos y procesos para dirigir la toma de decisiones, optimizar el desempeño competitivo de los atletas sus equipos deportivos. Esto nos permite tener una visión global de la organización o equipo deportivo con la capacidad de guiarr los proceso de entrenamiento y competición deportiva en la dirección correcta.

La inteligencia deportiva forma parte de un proceso en el que se combinan las herramientas vigilancia tecnológica, gestión de información y gestión del conocimiento de manera que estás actividades permiten crear un sistema óptimo de toma de decisiones en el entorno del equipo deportivo de carácter estratégico para largos periodos tácticos o para acciones más inmediatas. Estas decisiones pueden ser multidisciplinares y afectar a los diferentes actores de un equipo deportivo.

Las funciones de la Inteligencia Deportiva (ID)

1. Estudiar al contrario, a través de la obtención, procesamiento y evaluación de toda la información sobre su accionar competitivo .
2. Conocer las particularidades de los escenarios competitivo del deporte, mediante el análisis y la elaboración de perfiles sobre las característica de las instalaciones, el público , los jueces y árbitros

3. Prepararse para engañar al contrario, mediante la preparación sistemática, personalizada y flexible de todos los involucrados en los resultados deportivos.
4. Engañar al contrario, a partir de la realización siempre o casi siempre de lo inesperado por el contrario durante las competencias preparatorias y las fundamentales.

Estas funciones deben llevarse a cabo en forma de sistema, es decir se relacionan unas con otras, una da paso a la siguiente, así tendrán relaciones de interdependencia (Sinergia) y al final vuelve al inicio, comenzando el ciclo nuevamente por lo que cumplirá con la (Recursividad).

Para nosotros la esencia de este nuevo concepto de Inteligencia Deportiva, lo constituye burlar al contrario, con una estrategia eficiente que permita sacar siempre ventajas de los errores del contrario y cometer lo menos posibles, recordemos que gana el que menos errores cometa, y nos referimos a errores en el más amplio sentido de la palabra.

Pero para concretar estas funciones es necesario llegar a una estrategia trazada por el colectivo técnico del deporte en cuestión, recordemos que las estrategias parten del ámbito militar, retomadas por el empresarial y ahora en el deporte, la educación, la dirección, etc. En todos los casos es una forma de planificar el ataque y la defensa anticipadamente, con posibles variantes para lograr el objetivo trazado.

A modo de epilogo

La inteligencia deportiva, en parte es motivada por una mayor disponibilidad de información (la tan mentada era de la información) y un aumento reflejado en la proliferación de bases de datos en todo el mundo. En términos puramente competitivos, ninguna época anterior a la nuestra ha presentado tantas oportunidades o tantos peligros. Dado este cambiante escenario, la inteligencia deportiva es una actividad de importancia creciente. Ya sea debido a la necesidad de conocer nuestro entorno, la información global fiable es fundamental para nuestro éxito. Como dijera Federico el Grande, “Es perdonable ser vencido, pero nunca ser sorprendido Con los recursos de información de hoy en día, y un

sistema de Inteligencia Deportiva que refleje las necesidades de la organizaciones deportivas, las sorpresas se pueden minimizar. Bien podría suceder que la manipulación electrónica y el almacenamiento de la información tengan en nuestra época el mismo efecto que la invención de la imprenta de tipos móviles tuvo en la Europa del siglo XV. Por primera vez en la historia, los libros y la población culta necesaria para leerlos van de la mano. De la misma manera, el acceso a un mundo de información en aumento, brinda poder a los equipos deportivo en la alta competición modernos para entenderse a sí mismos y a sus oponentes de forma más completa que nunca.

La inteligencia deportiva, en parte es motivada por una mayor disponibilidad de información (la tan mentada era de la información) y un aumento reflejado en la proliferación de bases de datos en todo el mundo. En términos puramente competitivos, ninguna época anterior a la nuestra ha presentado tantas oportunidades o tantos peligros. Dado este cambiante escenario, la inteligencia deportiva es una actividad de importancia creciente. Ya sea debido a la necesidad de conocer nuestro entorno, la información global fiable es fundamental para nuestro éxito.

El presente trabajo tiene la intención de organizar un grupo de categorías relacionadas con el proceso de inteligencia deportiva en la alta competición, tales como son el concepto, objetivos , características, principios, importancia, principales problemas y funciones, que pueden facilitar a los especialistas que laboran en la alta competencia la comprensión de los aspectos relacionados con dicho proceso.

Referencias Bibliográficas

1. Aduriz, J. (2013), *Tras el éxito deportivo en la UEFA, la clave son los sistemas de monitoreo de los adversarios y la inteligencia deportiva*. Teoría y práctica, Gimnos Editorial Deportiva, S. L. España, pp 150-164

2. Bassets, L. (2012).*La inteligencia motriz deportiva: Herramienta para evaluar el rendimiento y la creatividad de los futbolistas*. Transferencia de tecnología. Santiago de Chile: CECAPI
3. Bassets, L. (2014).*La inteligencia motriz deportiva*. México. Editorial Martínez Roca.
4. Cotempo, E. (2015). *La inteligencia deportiva. Bases teórica.* Buenos Aires. Editorial Universidad, pp 60-64
5. Cuñaro, J. A. (2011), *Los sistemas de inteligencia deportiva en los clubes de fútbol de la seria A de la Liga Española*. *Revista Razón y Palabra,* número 43 (ISSN 1605-4806).
6. Cuñaro, J. A. (2012*), "Inteligencia deportiva para la preparación competitiva en el deporte"*. SPORTING RIDDLE revista hispana, Enero-Febrero 2012*,* Madrid- N° 7, pp.23-32.
7. Dopico, H. M. & Martínez, F. (2012). *La inteligencia deportiva: una tendencia del deporte contemporáneo.* Recuperado 12 de abril 2013, de http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires. No. 73.
8. Elizondo, N. & Glitman, E. (2012). *The competitive its application news on the sport of the high performance*. Sport Intelligence Magazine, 5, (5), pp 1-3.
9. Elizondo, N. & Glitman, E. (2002). *Cross Border Competitive Intelligence* Scientific diary on the competitive news on the sport. London. 5, pp31-32.
10. Fornier, R. C. (2012) *Teoría de los perfiles competitivos de inteligencia deportiva. Base para el éxito deportivo en la alta competición internacional.* Recuperado 2 de mayo de 2013, de http://www.madrimasdeportes.org.com. / Revista Digital - Madrid. No.5
11. Fulpper, L. M. (2004). *Why Strategy needs Sports Intelligence*. Strategy Magazine, 3, pp 13-15.
12. Fulpper, L. M. (2009), *The new competitor intelligence*: *the complete resource for finding, analizing, and using information about your competitors*. John Wiley & Sons, N.Y.

13. Guerrero, A. (2013), *Transformación de la información a la Inteligencia Tecnológica en el Deporte: Instrumento para la toma de decisiones estratégicas**", RECITEC-Recife***, Vol. 2, N°. 3, pp. 177-202, Brasil.
14. *Gustavo Maure.(2013) Inteligencia y contrainteligencia en la guerra y en el deporte*. http://www.psicologia del deportebunosairesorg. /revista4 / tribuna2
15. Hernández, F. (2014). *Modelos de inteligencia deportiva en los Centros de Alto Rendimiento Cubanos*. Ponencia presentada en el I Evento Nacional de Administración Deportiva- organización de Eventos Deportivos y Académico2014.,Carpuela, Ecuador.
16. Hernández, F. & García, F. E. & Bustillo, E. F. (2014). *Apuntes para el estudio de la Inteligencia Deportiva en el alto rendimiento*. Ponencia presentada en el II Evento Internacional CETHLON 2014. La Habana.
17. Hiebaum, K. (2016). *The competitive intelligence. His e value application for the high sporting competition*. The Sciences Journal on the Sport. London. Vol. 8, pp32-35
18. Iñaquis, M. A. (2015). *Inteligencia deportiva disciplina clave para el éxito en la alta competición*. Recuperado 22 de julio de 2015, de http://www.madrimasdeportes.org.com. / Revista Digital - Madrid. No.7.
19. Orozco Silva, E. (2009): La inteligencia competitiva: Herramienta gerencial en la lucha por la competitividad. Transferencia de tecnología. Departamento de Administración de la UNAM-A. Pág. 192-212
20. Pujol, R. (2009). Los estudio de adversarios y la *Inteligencia deportiva. Disciplina base para gestión del entrenamiento y competición deportiva. Barcelona*. Editorial Océano
21. Steven, S. (1998). *Sitters of competitive intelligence in the outfits of the Mayor Baseball Leagues*, Magazine of Mayor Baseball Leagues. New York. Vol.3, Núm. 7, pp 241-255.

VII CONVENCION INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTES, CUBA

AFIDE 2017 - PROGRAMA CIENTIFICO:

Evento: V Taller Internacional de Administración y Gestión de la Cultura Física y el Deporte. Una visión hacia las Organizaciones Deportivas.

País: Ecuador

Universidad de procedencia: Universidad Metropolitana del Ecuador

Ponente: MSc. Nelly Paola Arma Ramírez

Coautores: PhD. Lisbet Guillen Pereira

PhD. Freddy Montano Rodríguez

Temática a abordar: La Gestión para el Conocimiento en las Organizaciones Deportivas.

Modalidad de presentación: Presentación de ponencia oral

Título de la ponencia: La responsabilidad Social en el Marketing Deportivo

Resumen:

La investigación propone un acercamiento hacia el Marketing Deportivo desde la perspectiva de la responsabilidad social, el análisis permite apreciar que el Marketing en la actualidad se ha convertido en una estrategia de comunicación y comercialización que ha redimensionado el mundo deportivo, sin embargo preponderar como meta fundamental el ganar dinero, y en un plano más secundario satisfacer necesidades y deseos de las personas que practican deporte o que se muestran como aficionados al mismo; promueve para ellos productos, marcas y servicios dirigidos a la actividad física o al mundo del deporte mediante tres modalidades, dentro de las que encuentra el marketing de eventos deportivos, el cual persigue a través de sus acciones impactar, mejorar y fidelizar la imagen de marca con sus consumidores; el Marketing de productos o servicios deportivos enfocado en la promoción de la venta de productos y/o servicios, utilizando la figura del deporte o deportista para conseguir o atraer público objetivo y mejorar el engagement y el Marketing de entidades o deportistas utilizado para promover actividades y socializar resultados entre el público. Resalta la preponderancia del empleo del patrocinio como instrumento, el cual utiliza los valores comunicativos de las entidades, eventos, o persona patrocinada, para promover imagen y satisfacer intereses, utilizando técnica de acción indirecta, e intermediario, el cual se encarga de que el consumidor perciba la marca, a través de actividades y/o personas portadoras de mensajes. De esta manera devela las particularidades de sus elementos, componentes, debilidades y fortalezas en el marco de la responsabilidad social que implica su exponencial desarrollo.

Palabras claves: La responsabilidad Social, Marketing Deportivo, Patrocinio

Título: La responsabilidad Social en el Marketing Deportivo

Ponente: MSc. Nelly Paola Arma Ramírez
Coautores: PhD. Lisbet Guillen Pereira
PhD. Freddy Montano Rodríguez
Centro de Trabajo: Universidad Metropolitana del Ecuador

Introducción:

Las empresas y el deporte, dos elementos que a primera vista aparentan no tener nada en común; la primera posee un carácter formal que apunta hacia el trabajo, ocupación y producto; el segundo induce hacia el entretenimiento, la salud, la diversión y el espectáculo. Ante el análisis emerge la interrogante ¿Podrían relacionarse estos dos elementos para crear algo cualitativamente superior?, la respuesta es sí.

De la fusión del Marketing, como herramienta en el cual circunvalan decisiones y actividades destinadas a mejorar y mantener las relaciones de la organización empresarial y el deporte, surge "El marketing deportivo" entendido como el conjunto de estrategias dirigidas a la comercialización y distribución de productos, marcas y servicios, dentro del contexto deportivo; sin embargo en este contexto es preciso diferenciar entre: La promoción de eventos y entidades deportivas y la difusión de marcas y productos para lograr un adecuado enfoque y un loable tratamiento.

El desarrollo que ha experimentado lo ha convertido en uno de los negocios más rentables a nivel mundial el cual logra mover anualmente entre 480 y 630 millones de dólares; como concepto se ha visto fortalecido por la continua asociación de muchas empresas las que han utilizado el contexto de la industria deportiva para posicionarse con sus productos, marcas y servicio partir de la implementación de estrategias innovadoras que buscan mejorar su imagen corporativa en el mercado.

En concordancia las instituciones deportivas dedicadas al marketing se han convertido en grupos económicos de gran influencia social. Los clubes de alta competencia se manejan como cualquier empresa, que siguen una dinámica de comercialización; los jugadores han pasado a ser productos y modelos publicitarios, en tanto que los fans o hinchas son segmentos de consumidores predilectos de las empresas (Molina, 2007).

Como resultado, el marketing deportivo ha llegado a formar parte de la esencia del deporte; lo cual se ha fundamentado en las particularidades de los objetivos que persigue y en la claridad de las acciones u estrategias que adopta. Al posicionar las marcas, los servicios y productos, utiliza dentro de sus herramienta de impacto directo la publicidad en diferentes escenarios, empleando canales como la radio, la televisión, las TIC´s, las propias organizaciones deportivas, tiendas especializadas, eventos, los propios deportistas, entre otros elementos; a través de estos pretende influenciar y motivar al consumidor a que realice compras y consuma lo que se promueve a través del Marketing deportivo, de ahí su valor y desarrollo exponencial dentro del mercado.

Contradictoriamente muchas de las empresas que se manejan mediante el Marketing deportivo preponderan como meta fundamental el ganar dinero, y en un plano más secundario satisfacer necesidades y deseos de las personas que practican deporte o que se muestran como aficionados al mismo.

En este punto se hace necesario destacar que su adecuada proyección implica una necesaria "Responsabilidad social" por parte de los que tienen a cargo el despliegue de las estrategias y acciones que se planifican mediante los Planes de Marketing o Campañas publicitarias; haciéndose vital el compromiso ante la Responsabilidad Social Empresarial, para lograr impactar positivamente en el bienestar social de la comunidad y del público objetivo.

En correspondencia con lo planteado los fundamentos que sustentan la investigación persiguen justificar la necesidad de la Responsabilidad social en el marco del Marketing Deportivo considerando los elementos y componentes de distinguen a este último como herramienta de influencia directa en el consumidor.

Desarrollo

En el marketing deportivo encontramos diversos elementos que lo conforman y que contrastan en todas las estrategias que despliegan para potencia: marcas, productos, lo servicios, federaciones, clubes, asociaciones, instituciones e incluso gimnasios o negocios, cuyo eje gira en torno a la actividad física y a la práctica de deporte.

Ha ocupado un espacial espacio debido al crecimiento de la industria deportiva, el cual es notorio en muchos países, a lo que se incorpora la imparable comercialización de productos y servicios, y la creciente portada de espectáculo que promueve la industria deportiva, la cual posee millones de seguidores en el mundo.

Podemos mencionar que uno de los fundadores del Marketing Deportivo es Philip Knight, cofundador de Nike y CEO de Nike hasta 2004. Fue el impulsor de contratos millonarios con atletas y uno de los responsables de convertir el calzado e indumentaria deportiva en artículos de lujo, como resultado se convirtió en referente para otras empresas las cuales visualizaron el valor del deporte y los deportistas en el mercado.

Según un estudio de la consultora A.T. Kearny, se estima que el valor la industria mundial del deporte alcanza los 620 mil millones de dólares (Collignon, 2014).

En concordancia las diferentes empresas y organizaciones ha identificado grandes oportunidades en este escenario para gestionar un posicionamiento real en el mercado, teniendo en cuenta las variables del Marketing Mix adaptadas al contexto y exigencias del deporte: producto, precio, plaza y promoción, a las cuales Gilibets (2013), le incorpora Plan, Packaging, Posicionamiento y Percepción entendidas en cuya definición es importante considerar los criterios de Kotler & Armstrong (2007) y de la American Marketing Association (2007):

1. Producto: Implica la combinación de bienes y servicios que la compañía ofrece al mercado meta, entendido este último como el grupo de personas que la empresa va va a atender
2. Precio: Cantidad de dinero que los clientes tienen que pagar para obtener el producto
3. Plaza: incluye las actividades de la compañía que hacen que el producto esté a la disposición de los consumidores meta, el papel de la distribución en la mezcla de marketing, seleccionar el tipo de canal, establecer la intensidad de distribución y escoger a los miembros del canal el diseño, la selección, la administración del canal
4. Promoción: implica actividades que comunican las ventajas del producto y persuaden a los clientes meta de que lo compren
5. Plan: documento compuesto por un análisis de la situación de mercadotecnia actual, el análisis de las oportunidades y amenazas, los objetivos de mercadotecnia, la estrategia de mercadotecnia, los programas de acción y los ingresos proyectados (el estado proyectado de pérdidas y ganancias). El plan de mercadotecnia es un mecanismo de la puesta en práctica que se integra dentro de un plan de negocio estratégico total" (American Marketing Association, 2007).
6. Packaging: Empaque de los productos
7. Posicionamiento: Lograr que un producto ocupe un lugar claro, distintivo y deseable en relación con los productos de la competencia, en las mentes de los consumidores meta
8. Percepción: está relacionado con el consumidor y es entendida como la información que llega al consumidor a través de los sentidos, por tanto permite seleccionar y organizar la información para los procesos de compra del consumidor.

Considerando lo antes expuesto es necesario considerar diferentes variables para diseñar y desplegar una estrategia en el Marketing:

- Segmentación. Es la clave del marketing, exige segmentar bien al público al cual dirigimos la estrategia.
- Contenidos. Se diseña la información que se utilizará para fidelizar nuestros consumidores.
- Acciones. Es el proceso en el cual se definen las acciones que se pondrán en práctica dentro de la estrategia de marketing.
- Canales. Definiremos que medios vamos a utilizar para llegar a los consumidores, dentro de los cuales vamos a analizar los medios online y los medios offline.

El marketing deportivo como herramienta administrativa permite promover la satisfacción de las necesidades de los clientes a través de satisfactores, por tanto considera las variables antes mencionadas y los procesos y acciones que implican cada una de estas

Considerado lo antes expuesto el marketing deportivo se enfoca básicamente en dos vertientes: La promoción de eventos y entidades que forman parte de la industria deportiva y La difusión de marcas, productos o servicios por medio de éstos, aunque se complementan y funcionan simultáneamente.

En relación al tema Gilbert (2013) sostiene que existen tres tipos de marketing deportivo:

- El marketing de eventos deportivos: mediante este se diseñan estrategias que persiguen impactar, mejorar y fidelizar la imagen de marca con sus consumidores, resulta altamente dependiente del patrocinio o sponsors y del propio marketing publicitario. Cabe destacar que el “sponsor o sponsorship marketing” es asociado al individuo o la compañía, que con la intención de obtener un beneficio a través de la publicidad, aporta recursos para financiar un evento o parte de éste.
- El Marketing de productos o servicios deportivos: se centra en la promoción de la venta de productos y/o servicios utilizando la figura del deporte o deportista para conseguir o atraer público objetivo y mejorar el engagement; asumido como un marketing de experiencias, de eventos, participativo en el cual hay que, obligatoriamente, hablar de compromiso y experiencia de la marca.
- Marketing de entidades o deportistas: en este tipo de marketing las entidades o los equipos de marketing de los deportistas se responsabilizan de promover sus actividades y socializar sus resultados entre el público

De manera general el marketing deportivo a través de la variedad de formas con que se presenta aprovecha su influencia sobre los consumidores para convertir, tanto a atletas como a organizaciones deportivas en entes de alto reconocimiento social, impulsar y promover sus marcas, productos y servicios dentro y fuera de la misma industria, utilizando diversos canales dentro de los que sobresale las redes sociales para identificar posibles consumidores de las marcas, este canal se presenta como una vía de incuestionable valía para llegar al consumidos y dentro del que juega un papel importante el Marketing Digital y las páginas Web, otro canal para la promoción son las tiendas especializadas, entre otras.

Las grandes industrias buscan a través del marketing deportivo que los consumidores se vean reflejados mediante sus acciones en todo evento deportivo, tomando como referente el reconocimiento de marcas, productos y servicios, en concordancia persigue que los consumidores manifiesten su identidad por medio de los productos y que se sientan representados.

Se plantea que las empresas de artículos deportivos, tanto grandes como pequeñas, gastan millones de dólares cada año en desarrollar productos nuevos y mejorados en beneficio de los

atletas de élite, de los aficionados y de las personas a quienes les agrada portar calzado y ropa de deporte cómodos (Valdespino, 2017).

Como elemento positivo podemos mencionar múltiples marcas que se ha hecho popular mediante el calzado deportivo: Nike, Nike Premier, Nike Tiempo V, Adidas, Adidas adiZero F50, Adidas adiPure 11Pro, Adidas Nitrocharge 1.0, Puma, Puma evoSPEED 1.2, Under Armour, Reebok, New Balance, Converse, FILA, Skechers, Hi-Tec., Diadora DD NA, Warrior Skreamer S-Lite.

Algunos de estos resultan ser marcas de zapatos deportivos especializados ya que responden, en cuanto a su diseño, a las exigencias del deporte en particular y al mercado meta, su publicidad depende del nivel de aceptación del deporte y su impacto como portada de espectáculo, por tanto el marketing en este escenario se asocia muy de cerca al éxito del atleta y de la organización deportiva en este orden buscan alternativas varias para que los consumidores generen una adecuada percepción hacia la marca.

Según Valdespino (2017) la Adidas, Nike, Puma se encargan de crear un sentido de dependencia y un estatus al comprar sus productos exclusivos o de parecerse al deportista favorito del mismo

Otra de las aristas que se visualiza altamente lucrativa en el marketing deportivo es “El Patrocinio” tal y como se menciona, este se identifica como una de las técnicas de comunicación no convencional más importantes.

Un estudio de medios de mercado "Affinität 2", realizado por el Instituto de Demoscopia de Allensbach en Alemania por encargo de la empresa de comercialización de derechos deportivos “Sportfive”, expresa que “…los patrocinios deportivos cada vez tienen más aceptación y se prefieren frente a la publicidad tradicional en televisión o prensa escrita” (Nogales-González, 2006)

En relación al tema Nogales-González (2006) expresa que el patrocinio se ha convertido en un instrumento de comunicación comercial que más valor a adquirido en el Marketing Deportivo, en el cual interactúa la entidad patrocinada en el marco del deporte y las empresas patrocinadoras, estas utilizan los valores comunicativos de dicha entidad, evento, o persona patrocinada, para promover imagen y satisfacer intereses, utilizando técnica de acción indirecta, ya que la empresa patrocinadora no anuncia directamente su oferta al consumidor, puesto que utiliza un intermediario, el cual se encarga de que el consumidor perciba la marca, a través de actividades y/o personas que en ese momento son portadoras del mensaje.

Alrededor del patrocinio se aglutinan ciertas malas prácticas amparadas sobre enfoques erróneos que desvirtúan la visión del Marketing en el ámbito deportivo, dentro de estas sobresale la concepción de asumir el patrocinio si el entorno del patrocinado está marcado por el éxito y los buenos resultados, lo cual preferentemente debe de estar acompañado de una buena imagen, esta última debe de trasmitir una imagen importante y positiva que sean compatible con la marca.

En este punto, es relevante empresarialmente asumir las concepciones de la Responsabilidad Social Empresarial, que permita una sostenibilidad social de las entidades deportivas. En este entorno la Responsabilidad es vista como el acto de conocer y aceptar las consecuencias de un acto libre e inteligente, así como la relación de causalidad que une al autor con el acto que realiza, vinculando en aquél las relaciones nacidas de los efectos de éste (Solano, 2013)

En tanto la Responsabilidad Social se asume como el conjunto de obligaciones inherentes a la libre asunción de un estado o condición, aun no reconocidas por el ordenamiento jurídico positivo o reconocidas sólo parcialmente, pero cuya fuerza vinculante y su previa tipificación

proceden de la íntima convicción social de que su incumplimiento constituye una infracción de la norma de cultura (Solano-Fleta, 1995).

Para la Alianza por la Responsabilidad Social Empresarial en México (AliaRSE), la Responsabilidad Social Empresarial (RSE), consiste en "el compromiso consciente y congruente de cumplir integralmente con la finalidad de la empresa, tanto en lo interno como en lo externo, considerando las expectativas económicas, sociales y ambientales de todos sus participantes, demostrando respeto por la gente, los valores éticos, la comunidad y el medio ambiente, contribuyendo así a la construcción del bien común".

En este orden la Responsabilidad social de la empresas deportivas se visualiza como la responsabilidad de una organización por los impactos de sus decisiones y actividades en la sociedad y en el medio ambiente, la cual se muestra a través de una conducta transparente y ética, de manera que contribuya con el desarrollo sostenible, incluyendo la salud y el bienestar de la sociedad; de esta forma defendemos la idea que en el entorno del marketing deportivo se hace necesario tomar en cuenta las expectativas, necesidades e intereses de las partes interesadas, por tanto es necesario que las acciones sean consecuentes con las leyes y normas internacionales de conducta según la Organización Internacional de Normalización (ISO, 2010).

Algunas prácticas de empresas vinculadas al mundo deportivo, parecen desconocer este concepto de gran actualidad. Por ejemplo, en torno a la producción y confección de ropa deportiva se plantea que, unos 12 millones de niños menores de 14 años trabajan en las llamadas «fábricas del sudor» del Tercer Mundo produciendo la ropa, los juguetes o los ordenadores que compra Occidente. OIT.

Los fabricantes de ropa deportiva como Nike y Adidas utilizan a trabajadores de Indonesia para producir sus zapatos. Nike es la mayor compañía mundial de calzado deportivo, y posee 11 fábricas en Indonesia, que producen 55 millones de zapatos cada año (solo un par cada 50, se vende a los consumidores indonesios, la mayor parte se exporta a los Estados Unidos).

La empresa Nike expresa no vender zapatillas sino un espíritu deportivo, sin embargo usa y abusa del empleo de mano de obra infantil. En tanto La Adidas posee una planta de empleados que el 50% posee menos de 18 años con pésimas condiciones laborales para los empleados según Fokkelman, reportera del Crónicas, El Mundo, publicado en el Número 317 del 2001.

Otras de las cuestiones es que muchas empresas definen la marca para posteriormente generar una conexión con el consumidor lo que constituye un error, lo correcta seria que el consumidor defina la marca, para que en esta se vea representada.

En este concepto el desarrollo sostenible se sitúa como fin a alcanzar por medio de la adecuada implantación de un modelo de empresas deportivas socialmente responsables, en el que los distintos grupos de interés, son el centro de atención esencial para la gestión.

Conclusiones:

Se reconocen tres tipos de Marketing deportivo, los cuales tienen sus especificidades, su dinámica evoluciona de forma exponencial y trata de alinearse en toda su dimensión a las exigencias actuales que derivan del deporte y de su portada de espectáculo.

El marketing digital se ha convertido en una herramienta de incuestionable valía para potenciar el marketing deportivo, le permite a los patrocinadores tener claridad del valor que poseen los clientes a partir de los modos en que se presentan estos en las redes sociales y supone además una fuente adicional de ingresos.

No obstante las prácticas empresariales en el mundo del deporte, aún muestran ejemplos de una insuficiente implementación del enfoque y los instrumentos de la Responsabilidad Social Empresarial, y existen manifestaciones que impactan negativamente en el bienestar social.

Por su naturaleza eminentemente social, aun cuando se ha convertido en una gran industria global; la gestión del marketing deportivo debe introducir mucho más en sus prácticas la Responsabilidad Social Empresarial, que permita a sus diversos actores lograr impactos positivos en lo económico, social y ambiental, con un sólido apego a los principios del desarrollo sostenible.

Bibliografía

American Marketing Association. (2007). *Definition of Marketing*. Recuperado el 7 de noviembre de 2015, de www.ama.org/AboutAMA/Pages/Definition-of-Marketing.aspx

Desbordes, M., Ohl, F., & Tribou, G. (17 de Julio de 2015). ESTRATEGIAS DEL MARKETING DEPORTIVO. Análisis del consumo deportivo. *Ficha de Libro*. España. Obtenido de Editorial Paidotribo: http://www.paidotribo.com/ficha.aspx?cod=00559

Florido, M. A. (19 de Septiembre de 2014). *¿Qué es el engagement marketing? Ejemplos y Herramientas*. Recuperado el 24 de Julio de 2017, de La Cultura Del Marketing: https://laculturadelmarketing.com/que-es-el-engagement-marketing-ejemplos-y-herramientas/

Gilibets, L. (3 de Diciembre de 2013). *Marketing deportivo: el marketing al servicio del deporte*. Recuperado el 15 de Agosto de 2017, de Bloc Marketing Deportivo: https://blogmarketingdeportivo.com/2013/12/03/marketing-deportivo/

Kotler, P., & Armstrong, G. (2007). *Marketing Versión para Latinoamérica.* México: Pearson.

Nogales-González, J. F. (2006). USO Y GESTIÓN DEL PATROCINIO DEPORTIVO: EL PATROCINIO DEL BALONMANO. *e-balonmano.com: Revista Digital Deportiva*, 37 – 44.

Puentes, L. (24 de Junio de 2015). *Marketing deportivo. Una excelente estrategia de mercado donde la pasión genera consumidores.* Recuperado el 24 de Julio de 2017, de Netcommerce: http://info.netcommerce.mx/blog/marketing-deportivo-una-excelente-estrategia-de-mercado-donde-la-pasion-genera-consumidores/

Salinas, J. (20 de Noviembre de 2015). *Marketing Deportivo. Emociones y Sentimientos.* Recuperado el 15 de Agosto de 2017, de Liga BBVA Bancouver: http://www.uaq.mx/fe/docs/IVcongreso/Memorias/26_Viernes/Ponencias/Conferencia2.pdf

Solano, L. F. (2013). Responsabilidad Social Corporativa en el Patrocinio Deportivo. *Historia y Comunicación Social*, 255-265.

Solano-Fleta, L. (30 de Noviembre de 1999). *Fundamentos de las relaciones públicas*. Recuperado el 15 de Agosto de 2017, de https://www.sintesis.com/letras-universitarias-17/fundamentos-de-las-relaciones-publicas-libro-562.html

Valdespino, E. (2017). *La influencia del Marketing deportivo en redes sociales para un estilo de vida saludable, un estudio cualitativo orientado a jóvenes residentes de Guadalajara .* México: UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA.

Título: Las actividades físicas y el deporte una mirada desde la globalización en el siglo X XI

Autor: M.Sc. Julio Enrique López Alfonso, julioela@nauta.cu. Profesor auxiliar

Institución: Universidad de ciencias de la Cultura Física y Deportes "Manuel Fajardo"

País: Cuba

No es un secreto para nadie que el mundo ha asistido a significativos y cruciales cambios en los últimos sesenta años de la historia más reciente de la humanidad. Un breve pase de revista a estos cambios nos permitiría acercarnos al impacto que estas transformaciones han tenido en nuestro ámbito de actuación (la actividad física y el deporte) y su influencia para los países subdesarrollados y del tercer mundo. La entrada en el nuevo milenio trajo consigo un cúmulo de expectativas sociales para toda la humanidad. Un nuevo siglo cargado de buenas intenciones para una sociedad infectada de otro tipo de valores; poder, ambición, dinero, que acarrean guerras, conflictos, y una mayor desigualdad social y mundial.

La globalización ha cambiado, sin dudas, la relación entre tiempo y espacio; el mundo es cada vez más un ámbito comprimido. Nadie se cuestiona hoy que el deporte está en el centro de la crisis cultural de nuestros días. En estos tiempos el impacto de la globalización y de los cambios sociales que han influido en el deporte y en la esfera de la actividad física ha sido de tal magnitud que sus fines y función social se distancian bastante de los ideales que les dieron origen en el movimiento olímpico moderno. Detenernos en como los cambios sufridos en el deporte y alrededor de este en el siglo XXI se encuentra en el centro de una lucha de ideas y reflexiones, en torno a la dialéctica de lo global y lo local como nuestro objetivo primordial.

Título: Normalización de los servicios de actividad física y deportes.

Autora: Lic. Belkis Nuria Malagón Pérez

Institución: Dirección Nacional de Inspección. INDER

País: Cuba

INTRODUCCIÓN

La normalización surge desde los primeros albores de la vida y está presente en las cosas cotidianas que realizamos. Una de sus aplicaciones más generalizadas es la utilización del idioma, este se basa en elementos normalizados expresados a través de signos, letras, caracteres jeroglíficos internacionales y utilizados mundialmente.

La normalización formaba parte de las primeras técnicas que tenía que utilizar el hombre para poder sobrevivir, ella estuvo presente en: el uso de sogas con nudos para contar, granos de cacao como monedas, medidas de longitud que se asemejan con el actual ”metro“, las naves fenicias utilizaban mástiles normalizados de fácil recambio en cualquiera de los puertos del Mediterráneo con los que comerciaban, en los acueductos romanos y las pirámides de Egipto existieron elementos normalizados y la naturaleza nos expone ejemplos muy precisos que demuestran su aplicación, tales como las formas de los cristales de nieves y la forma y dimensiones del panal de abejas.

La normalización en materia de deportes consiste en la actividad de elaboración y revisión de normas técnicas en el ámbito de las instalaciones y los equipamientos deportivos. Este es un proceso de carácter voluntario cuyo objetivo es mejorar la calidad de los productos y servicios, promover la seguridad, permitir la intercambiabilidad de los productos y disminuir las barreras al comercio. Es una herramienta para conseguir la calidad y la seguridad de los productos y servicios en esta materia. La normalización la constituyen las normas al efecto, las cuales recogen la idoneidad, adaptación a la función y seguridad de los productos y

servicios mediante una serie de requisitos técnicos a verificar mediante métodos de ensayo.

A través de la aplicación de las normas por las empresas fabricantes, instaladoras, constructoras y la demanda de su aplicación por los gestores y titulares de las instalaciones deportivas, los deportistas y usuarios de dichas instalaciones se beneficiarán de la mejora de la calidad y de la seguridad de los equipamientos deportivos.

Existe una solicitud de la Vicepresidencia de Actividad Física y Deportes, como demanda tecnológica, al proyecto GESTLING de la UCCFD, efectuada al Consejo Técnico asesor, para realizar un proceso de normalización del servicio de actividad física y deportes que se brinda en los Combinados Deportivos de nuestro país. Por este motivo se toma al colectivo de Punta Brava para realizar un primer estudio, sobre la temática ya que en nuestro país no existen hasta la fecha investigaciones que tributen a la normalización y regulación de estos servicios.

Tras analizar la Situación problémica anterior se formula el siguiente **Problema científico:**
¿Cómo contribuir a la regulación del servicio de Actividad Física y Deportes en el Combinado Deportivo Punta Brava?

Objeto de estudio
Proceso de Normalización de los servicios

Campo de acción
La normalización del servicio de Actividad Física y el Deporte en el Combinado Deportivo Punta Brava

Objetivo de investigación

Elaborar una propuesta de acciones normativas del servicio de Actividad Física y Deportes en el Combinado Deportivo Punta Brava.

Preguntas científicas

1. ¿Qué fundamentos teóricos existen sobre el proceso de normalización de los servicios?
2. ¿Cuál es la situación actual de la normalización de los servicios de Actividad Física y Deportes en el Combinado Deportivo Punta Brava?
3. ¿Qué acciones contendría una propuesta para normar los servicios de Actividad Física y Deportes en el Combinado Deportivo Punta Brava?

Tareas científicas

1. Determinación de los fundamentos teóricos existentes sobre el proceso de normalización de los servicios.
2. Diagnóstico de la situación actual de la normalización de los servicios de Actividad Física y Deportes en el Combinado Deportivo Punta Brava.
3. Elaboración de las acciones que contendría una propuesta para normar los servicios de Actividad Física y Deportes en el Combinado Deportivo Punta Brava.

Resultados esperados

Propuesta de acciones normativas del servicio de Actividad Física y Deportes en el Combinado Deportivo Punta Brava.

Métodos de investigación

- Análisis y síntesis: Con el objetivo de analizar el contenido de los documentos, a fin de determinar los criterios metodológicos, para el estudio del tema antes mencionado.
- Histórico-lógico: Se utilizará para recopilar información sobre el devenir histórico acerca del tema de la normalización en los servicios de Actividad Física y Deportes.
- Observación:

- Encuesta:
- Entrevista:
- .Análisis DAFO: Con el objetivo de conocer cuales serian las Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades que nos proporcionaría un proceso de normalización de los servicios de Actividad Física y Deportes en el Combinado Deportivo de Punta Brava.

La normalización, como cualquier disciplina científica y tecnológica, cuenta con sus principios, los cuales tienen como característica principal darle orientación y flexibilidad al proceso normativo para que este pueda adaptarse a las necesidades del momento y no constituir una traba en el futuro. La experiencia ha permitido tres principios, en los cuales coinciden agentes de diferentes lugares y épocas, como es el caso del Instituto de Investigaciones en Normalización de la Oficina Nacional de Normalización de Cuba (2005):

- **Homogeneidad.** Cuando se va a elaborar o adaptar una norma, esta debe integrarse perfectamente a las normas existentes sobre el objeto normalizado, tomando en cuenta la tendencia evolutiva para no obstruir futuras normalizaciones.
- **Equilibrio**. La normalización debe lograr un estado de equilibrio entre el avance tecnológico mundial y las posibilidades económicas del país o región. Una norma que establece el estado más avanzado del progreso técnico no servirá si esta no fuera de las posibilidades económicas de una empresa o país.
- **Cooperación**. La normalización es un trabajo de conjunto y las normas se deben establecer con el acuerdo y cooperación de todos los factores involucrados, es decir: Interés general, compradores o usuarios y los fabricantes.

Por los estudios realizados, la normalización es presentada como un proceso por el cual se regulan las actividades de los sectores tanto privado como público en materia de salud, medio ambiente en general, seguridad al usuario, información comercial, así como prácticas de comercio, industrial y laboral. A través de este

proceso se establece la terminología, clasificación, directrices, especificaciones, atributos, características, y los métodos de prueba o las prescripciones aplicables a un producto, proceso o servicio. Entre los organismos e instituciones que tienen implicación en la normalización, se encuentra la Asociación Estadounidense para Pruebas de Materiales (ASTM, por sus siglas en inglés), esta asociación define la normalización como el proceso de formular y aplicar reglas para una aproximación ordenada a una actividad específica para el beneficio y con la cooperación de todos los involucrados.

Según la definición adoptada internacionalmente, normalización es la actividad dirigida a establecer disposiciones en lo relativo a problemas reales o potenciales destinadas a un uso común y repetido con vistas a obtener el grado óptimo de orden en un contexto dado.

La normalización ofrece importantes beneficios, sobre todo a través de una mejor conformidad de los productos, los procesos y los servicios con los fines que les son asignados, mediante la prevención de los obstáculos al comercio y la facilitación de la cooperación tecnológica, se basa en los resultados comprobados de la ciencia con la técnica y la experiencia, y es una de las bases del desarrollo, actual y perspectivo, debiéndose mantener armonizada con el progreso.

El objeto de normalización o tópico que va a ser normalizado, abarca todo material, componente, equipamiento, sistema, interfaz, protocolo, procedimiento, función, método o actividad. Algunas aplicaciones particulares son: unidades de medida, terminología y simbología, puede limitarse a aspectos particulares de un objeto cualquiera por ejemplo, calzados, productos alimenticios, servicios, métodos de ensayos y seguridad de las personas y los bienes.

El objetivo fundamental de la normalización es elaborar normas que permitan controlar y obtener un mayor rendimiento de los materiales y de los métodos de producción, contribuyendo así a un mejor nivel de vida. Puede tener uno o más objetivos específicos, para hacer que un producto, proceso o servicio sea apto para el uso. Pueden ser, entre otros:

- ✓ Prevenir las barreras técnicas innecesarias al comercio y establecer una vía para facilitar la cooperación tecnológica.
- ✓ Seleccionar el número óptimo de dimensiones o tipos de productos, procesos o servicios para satisfacer las necesidades predominantes.
- ✓ Preservar el medio ambiente ante daños inaceptables causados por los efectos y la explotación de productos, procesos y servicios.

- ✓ Proteger un producto contra condiciones adversas, climáticas o de otro tipo durante su uso, transportación o almacenamiento.
- ✓ Contribuir a acelerar el progreso científico técnico y aumentar 1a eficiencia de la producción social y la productividad del trabajo, incluyendo el trabajo técnico y de dirección.
- ✓ Contribuir a crear las condiciones para desarrollar la exportación de productos que respondan a las exigencias del mercado internaciona1.
- ✓ Contribuir a la conservación y mejoramiento de la salud pública y la seguridad y salud en el trabajo.
- ✓ Contribuir a la especialización en la gestión de proyectos, la producción y la distribución de los productos.

Las normas, producto de esta actividad deben comprender tres aspectos fundamentales:

- **Simplificación.** Esta constituye un estudio serio y preciso que consiste en una ordenación racional y sistemática para eliminar todo lo que es fruto de la improvisación, capricho o ignorancia.
- **Unificación.** La unificación significa definir las tolerancias de fabricación; unificar es definir las características dimensionales.
- **Especificación.** Especificar es definir la calidad por métodos reproducibles y comprobables.

Urquiaga Mergarejo, I y col (2005) plantean que la Norma, es el documento establecido por consenso y aprobado por un organismo reconocido, que

proporciona para uso común y repetido, reglas directrices o características para ciertas actividades o sus resultados, con el fin de conseguir un grado óptimo en un contexto dado. Una norma debe ser un documento que contenga especificaciones técnicas, accesibles al público, que haya sido elaborada basando su formulación con el apoyo y consenso de los sectores claves que intervienen en esta actividad y que son fabricantes, consumidores, organismos de investigación científica y tecnológica y asociaciones profesionales. Esta, es la misma solución que se adopta para resolver un problema repetitivo, es una referencia respecto a la cual se juzgara un producto o una función y, en esencia, es el resultado de una elección colectiva y razonada. En la práctica constituye un documento resultado del trabajo de numerosas personas durante mucho tiempo, y normalización es la actividad conducente a la elaboración, aplicación y mejoramiento de las normas.

Entre las diferentes normas encontradas se encuentra la mundialmente conocida ISO, y esta, define a la normalización como: El proceso de formular y aplicar reglas con el propósito de realizar en orden una actividad específica para el beneficio y con la obtención de una economía de conjunto óptimo teniendo en cuenta las características funcionales y los requisitos de seguridad. Se basa en los resultados consolidados de la ciencia, la técnica y la experiencia. Determina no solamente la base para el presente, sino también para el desarrollo futuro y debe mantener su paso acorde con el progreso

Existe una Metodología de la normalización y esta se estructura en cinco pasos concretos los cuales se relacionan a continuación:

1. Investigación bibliográfica e industrial.
2. Elaboración de un anteproyecto de norma basándose en los datos obtenidos.
3. Confrontación de este anteproyecto con la opinión de los sectores comprador, productor y de interés general; hasta llegar a un acuerdo.
4. Promulgación de la norma.
5. Confrontación con la práctica.

BIBLIOGRAFÍA

1. FEIGENBAUM, A. V. *Control Total de la Calidad.* Editorial McGraw-Hill. 3. Edición, New York, 1963, p. 52.
2. JURAN, J. M. *Programa Juran para la mejora de la calidad.* Ministerio de la Industria Básica. La Habana. 1992, Tomo I, 171 p., Tomo II, 151 p.
3. JURAN, J. M., BLANTON GODEREY, A. y Otros. *Juran's Quality Handbook.* Editorial McGraw-Hill. New York. 1999, 689 p.
4. KUME, Hitoshi. *Total Quality Management Promotion Guide Book.* Japanese Standards Association. Tokyo. 1996, 113 p.
5. COMITÉ ESTATAL DE NORMALIZACIÓN. Colección de textos sobre los comités de calidad. *"Tomo I Comités de calidad. Organización general".* 1989, p. 18.
6. COMITÉ ESTATAL DE NORMALIZACIÓN. Colección de textos sobre los comités de calidad. *"Tomo II Manual del coordinador de los comités de calidad".* 1989, p. 42.
7. COMITÉ ESTATAL DE NORMALIZACIÓN. Colección de textos sobre los comités de calidad. *"Tomo III Manual de los miembros de los comités de calidad".* 1989, p. 28.
8. COMITÉ ESTATAL DE NORMALIZACIÓN. Colección de textos sobre los comités de calidad. *"Tomo IV Manual del responsable de los comités de calidad".* 1989, p. 32.
9. COMITÉ ESTATAL DE NORMALIZACIÓN. Colección de textos sobre los comités de calidad. *"Tomo V Programa típico para el entrenamiento de los responsables de los comités de calidad".* 1989, p. 17.
10. COMITÉ ESTATAL DE NORMALIZACIÓN. Colección de textos sobre los comités de calidad. *"Tomo VI Programa típico para el entrenamiento de los miembros de los comités de calidad".* 1989, p. 17.
11. COMITÉ ESTATAL DE NORMALIZACIÓN. Colección de textos sobre los comités de calidad. *"Tomo VII Comités de calidad. Material de estudio".* 1989, p. 23.

12. COMITÉ ESTATAL DE NORMALIZACIÓN. Colección de textos sobre los comités de calidad. *“Tomo VIII Técnicas utilizadas en los comités de calidad. Material de estudio. Nivel I”.* 1989, p. 97.
13. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Sistemas de gestión de la calidad. Principios fundamentales y vocabulario (ISO 9000: 2005, IDT).* NC-ISO 9000. La Habana: ONN, 2005, 42 p.
14. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Sistemas de gestión de la calidad. Requisitos (ISO 9001: 2008, IDT).* NC-ISO 9001. La Habana: ONN, 2008, 44 p.
15. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Gestión para el éxito sostenido de una organización. Enfoque de gestión de la calidad (ISO 9004: 2009, IDT).* NC-ISO 9004. La Habana: ONN, 2009, 59 p.
16. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Sistemas de gestión ambiental. Requisitos con orientación para su uso (ISO 14001: 2004, IDT).* NC-ISO 14001. La Habana: ONN, 2004, 40 p.
17. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Sistemas de gestión ambiental. Directrices generales sobre principios, sistemas y técnicas d apoyo (ISO 14004: 2004, IDT).* NC-ISO 14004. La Habana: ONN, 2004, 59 p.
18. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Etiquetas y declaraciones ambientales. Principios generales (ISO 14020: 2000, IDT).* NC-ISO 14020. La Habana: ONN, 2005, 14 p.
19. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Etiquetas y declaraciones ambientales. Autodeclaraciones ambientales (Etiquetado ambiental Tipo II) (ISO 14021: 1999, IDT).* NC-ISO 14021. La Habana: ONN, 2005, 33 p.
20. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Etiquetas y declaraciones ambientales. Etiquetado ambiental Tipo I. Principios y procedimientos (ISO 14024: 1999, IDT).* NC-ISO 14024. La Habana: ONN, 2005, 33 p.
21. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Directrices para las auditorías de los sistemas de gestión de la calidad y/o ambiental (ISO 19011: 2002, IDT).* NC-ISO 19011. La Habana: ONN, 2004, 40 p.

22. OFICINA NACIONAL DE NORMALIZACIÓN. *Sistema de análisis de peligros y de puntos críticos de control (HACCP) y directrices para su aplicación.* NC 36. La Habana: ONN, 2007, 17 p.

Titulo: Política Regional de Actividad Física y Deporte

Autor: M.Sc. Leonardo Baño Oyarce, leonardo.bano@gmail.com Profesor Titular

Forma de Presentación: Ponencia

País: Chile

Resumen:

Se presenta la metodología de elaboración de la Política de Actividad Física y Deportes del Biobío desarrollada a partir de procesos de participación ciudadana en el marco de la Nueva Nacional Política de Actividad Física y Deportes. Se desarrollaron encuentros ciudadanos en 24 comunas de la región, lo que significa un 48% de las comunas, con una participación de sobre 1.300 personas representantes de organizaciones sociales y deportivas de diverso nivel.

Se expondrán los resultados del diagnóstico a partir de la participación ciudadana y de datos e indicadores asociados a la práctica deportiva.

Incluye le presentación de un modelo deportivo centrado en tres ejes estratégicos (deporte infantil, de participación social y rendimiento), ando orígen a propósitos, dimensiones y líneas de acción de cada uno de ellos. Finalmente se propone metodología para elaboración de plan estratégico desde donde se generarán los programas y proyectos estratégicos que concretizarán los lineamientos de la Política Regional.

Título: Procedimiento para la toma de decisiones a partir de la evaluación del rendimiento competitivo de los jugadores.

Procedure for the decision making from the evaluationof competitive performance of players

Autores:

Dr. C. Danay Quintana Rodríguez (danay.quintana@umcc.cu)

Dr. C. Edmundo Claudio Pérez (edmundo.claudio@umcc.cu)

Institución: Universidad de Matanzas

País: Cuba

RESUMEN

En la gestión competitiva deportiva y el rendimiento competitivo se concentran las posibilidadesde éxitos o fracasos de los equipos deportivos. Su evaluación, mediante indicadores estadísticos,reviste una importancia vital para la toma de decisiones de las direcciones técnicas de losequipos. Existen infinidades de métodos con este fin; sin embargo, se considera oportuno brindarun procedimiento para que los protagonistas de este complejo proceso de evaluación, construyansus propias vías acorde a sus intereses, características internas y del oponente. El algoritmo surgede la aplicación parcial en deportes como el baloncesto, béisbol, voleibol, polo acuático ybalonmano, durante más de 5 años de labor. Sus resultados provocan una retroalimentación útilpara gestión de entrenamiento y competición de equipos deportivos.

ABSTRACT

The competitive sports management and the competitive performance, concentrate thepossibilities of succeding or failing of sport teams. Its evaluation, by means of statisticalindicators, implies a vital importance for the decision making of technical directions of theteams. There are thousands of methods with this aim, however, it is appropriate to offer aprocedure for those who played a leading role in this complex process of evaluation canconstruct their own ways according to their interests, internal characteristics and their opponent ones. The algorithm comes from the partial application in sports like basketball, baseball,volleyball, waterpolo and handball, for more than five years of work. The results bring about anuseful feedback for management training and competition of sports teams.

PALABRAS CLAVE: gestión deportiva, rendimiento competitivo, evaluación, toma dedecisiones, indicadores estadísticos.
KEY WORDS: sports management, competitive performance, evaluation, decision making,statistical indicators.

1. INTRODUCCION

El deporte es un fenómeno social de gran relevancia, que mueve cifras muy elevadas entodos los ámbitos. Más allá del interés por la práctica, el universo de lo deportivo seextiende a otras facetas sociales que multiplican su efecto sobre la población; el deportees una actividad cultural fuertemente impulsada por parte de los estados modernos y estambién una alternativa de ocio1.

La dinámica de trabajo en la que se ven imbuidos los equipos o clubes deportivos abarca un sinnúmero de actividades y elementos a tener en cuenta en aras de lograr sus objetivos. Los patrocinadores, la cadena de valor de los servicios que brindan, la satisfacción de sus aficionados, los vínculos estrechos con la sociedad donde interactúan, son algunos de los temas más importantes a considerar.

1 CABELLO, D.; RIVERA, E.; TRIGUEROS, C. Y PÉREZ, I. Análisis del modelo del deporte federado español del siglo XXI. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 2011, pp. 690-707, vol. 11 (44. Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista44/artanalisis257.htm

Al centrar la atención a lo interior de un equipo o un club deportivo, a lo que podemosdenominar su actividad fundamental o procesos claves, dejando a un lado losposicionamientos estratégicos y el soporte logístico, emerge a la luz la gestión deentrenamiento y competición como factores decisivos para el éxito.

La gestión de entrenamiento se entiende por el conjunto de operaciones, normas,procedimientos y sistemas de entrenamiento que ejecutan las direcciones técnicas y susaseguradores, para alcanzar la forma deportiva óptima en sus jugadores. Mientras lagestión de competición, se define como el conjunto de acciones que se producen durantelas temporadas competitivas de los equipos, ya sean de corta o larga duración, en función de elevar la competitividad de los jugadores y alcanzar los resultados competitivos colectivos propuestos para cada torneo. Ambas en una estrecha relación de

interdependencia como se aprecia en la figura 1, con acento en los deportes colectivos.

Figura 1: Componentes de la gestión de entrenamiento y competición. Fuente: Claudio Pérez (2011).

Si bien es cierto que la segunda depende en gran medida de lo programado y ejecutadoen la gestión de entrenamiento, es en la gestión de competición donde se definen loséxitos o fracasos de los equipos o clubes deportivos. Como todo proceso de gestión seenmarca en cuatro etapas fundamentales: la planificación, la organización, dirección yel control.

En la esfera de la actividad física y el deporte, es de significar que se asume el controlcomo los elementos relacionados con el proceso de captación de la información y laevaluación como el juicio valorativo que facilita la toma de decisiones y el reajuste o nodel proceso.[2] La evaluación deportiva[3] ha sido tipificada por García, Navarro y Ruiz encuatro momentos fundamentales, descritos en la figura 2.

Figura 2: Clasificación de la evaluación deportiva. Fuente: García, Navarro, Ruiz (1998).

2 QUINTANA RODRÍGUEZ, D. Metodología para la evaluación del rendimiento competitivo de los jugadores de balonmano del alto rendimiento, 2014, tesis de Grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Cuba.

3 GARCÍA MANSO, J. M. NAVARRO Y J. A. RUIZ. *Evaluación y control en el deporte*. Madrid:

Gymnos, 1998.

El presente artículo, centra la atención en el modelo competitivo de los jugadores enfunción de una contribución a la mejora del proceso de evaluación del rendimientocompetitivo. El rendimiento competitivo es el producto final de la gestión decompetición y por consiguiente, es un elemento muy complejo que debe ser analizado apartir de factores y variables.

El interés por la evaluación de rendimiento competitivo en los deportes colectivos setorna más complejo, debido fundamentalmente a que existe un mayor número dejugadores a evaluar y al caudal de acciones técnicos-tácticas que pueden producirse.[4]

Analizar la competición en tiempo real puede ser una de las metodologías másinteresantes de desarrollar y uno de los puentes más robustos para que se comuniquendefinitivamente la ciencia y el deporte. Se trata de identificar puntos fuertes y débiles delos deportistas o equipos que se enfrentan, construir los múltiples contextos para que enlas posibles soluciones seamos más eficientes y eficaces. El tiempo real presupone quetodo proceso se apoye en tecnología informática y estadística que integre la utilizaciónde metodologías específicas, capaces de recoger y condensar grandes volúmenes dedatos en información simple y directamente utilizable[5].

Las estadísticas deportivas son la ilustración de lo que sucede durante una competicióndeportiva. En la actualidad existen deportes que se han convertidos en verdaderoslaberintos numéricos, debido a la cantidad de indicadores estadísticos que se controlan; entre ellos podemos mencionar el Béisbol, Voleibol, Fútbol, Baloncesto.

Las estadísticas en los deportes no es un tema reciente, pues desde hace algunasdécadas, los estadísticos de los conjuntos apuntaban en sus planillas las acciones deljuego con la única ayuda de un lápiz y un papel; pero es indudable que con el augeinformático y tecnológico que se ha desarrollado en el planeta se ha incrementado.

La película Moneyball, rodada en 2011 ha puesto de moda los términos saber métricos(siglas de la Societyfor American Baseball Research) (SABR). La sabermetría utiliza estrategias analíticas, dejando a un lado otros criterios y métodos convencionales. Sefocaliza en el Béisbol y sus precursores reconocidos son Bill James y Billy Beane[6],pero en la actualidad otros deportes

generan acercamientos bajo la égida de susprincipios y las organizaciones, se encuentran en una época de cambios profundos…hasta el punto que se ha popularizado la expresión sociedad de la información, sinembargo, las tecnologías de información no son más que un medio para trasmitircontenidos y gestionar eficazmente datos, información y conocimiento.[7] Más allá decomplementar con datos precisos las trasmisiones deportivas y las pasiones de losaficionados, las estadísticas deportivas en la actualidad, resultan un modo efectivo decontrol y evaluación para la toma de decisiones de las direcciones técnicas de losequipos para su gestión de entrenamiento y de competición.

4 CLAUDIO PÉREZ, E. Metodología para la evaluación del rendimiento competitivo de los jugadores del Baloncesto Élite Cubano, 2008, tesis de Grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, Instituto Superior de Cultura Física, Cuba.

5 SAMPAIO, J. Análisis de la competición en el deporte. *Revista Kronos*, 2005, Vol.III, No.8.

Universidad Europea de Madrid.

6 SHANAHAN, M, BILL J. Beyond Baseball. Think Tank with Ben Wattenberg. *PB*, 2007. June 28, RetrievedNovember 2.

7 DEL TORO REYES, L Y HERNÁNDEZ ECHEVARRÍA, T. Modelo de gestión para el desarrollo del capital Intelectual en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes en Cuba. *Revista Internacional de Derecho y Gestión del Deporte*, 2014, número 26, Madrid, España, abril-junio, p 4-19.

2. METODOS Y PROCEDIMIENTO

La literatura especializada agrupa a numerosos métodos destinados a la evaluación delrendimiento competitivo en los deportes colectivos, entre los más difundidos seencuentran:

Figura 3: Métodos de evaluación del rendimiento competitivo en los deportes colectivos. Fuente: elaboración propia.

Entre los principales puntos en común aparecen: recopilación de indicadoresestadísticos, necesidad de diferenciación por posiciones de los jugadores de acorde conel deporte en cuestión, necesidad de complemento informático para agilizar la captacióne interpretación de los resultados y que son presentados a los equipos deportivos, comola vía expedita para la evaluación de sus jugadores.

Los aspectos más polémicos: contemplar pesos relativos o importancia lineal para losindicadores estadísticos recopilados, si la evaluación deberá ser parcial (defensiva,ofensiva), integral o ambas a la vez, la interpretación de los resultados obtenidos enfunción de la retroalimentación necesaria para las acciones de corrección pertinentes, asícomo ajustarse al contexto, dígase calidad del rival y característica de la competición.

A partir de las consideraciones anteriores, es que nos proponemos como objetivo delpresente artículo: Ofrecer una ruta o camino a las Direcciones Técnicas de los equiposdeportivos para que sean capaces de construir una herramienta para evaluar elrendimiento competitivo de los jugadores, en aras de favorecer la toma de decisiones.

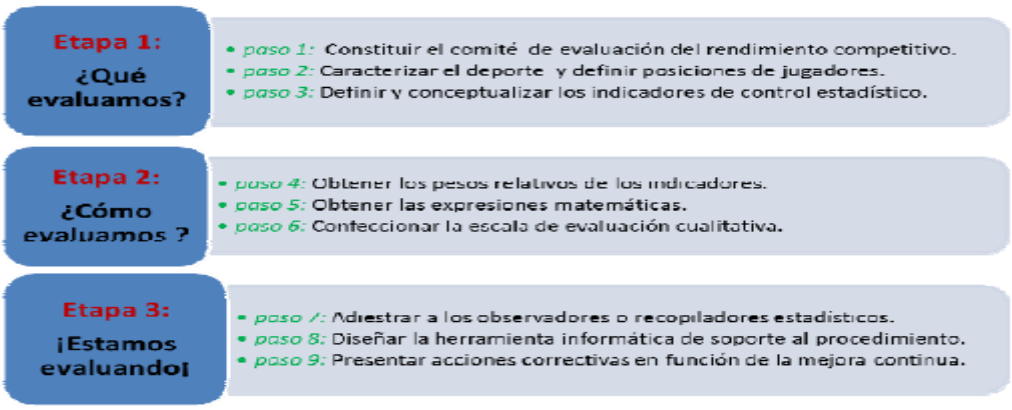


Figura 4: Representación por etapas y pasos, del procedimiento para la evaluación delrendimiento competitivo de los jugadores en los deportes colectivos.

Etapa I .Que evaluamos?

Paso 1: Constituir el comité de evaluación del rendimiento competitivo.

Descripción: Deberá ser presidido por el Director Técnico del equipo y el federativo demayor rango. Integrado por un número entre 7 y 10 personas, representando ajugadores, entrenadores, estadísticos, prensa especializada, jueces y árbitros,aficionados, informáticos. Se establecerá cronograma de trabajo general del proyecto.

Herramientas: Entrevistas, encuestas y técnicas de búsqueda de consenso.

Paso 2: Caracterizar el contexto del deporte.

Descripción: Se producirá un minucioso estudio sobre las principales exigencias yrequerimientos del deporte a evaluar, teniendo en cuenta los siguientes aspectos: a)Áreas de intensidad del ejercicio que predominan b) Tiempos de juego y pausasformales e informales c) Sustituciones permitidas por el reglamento d)Responsabilidades específicas de los jugadores e) Agrupamiento de los jugadores enposiciones acorde con sus responsabilidades. Se deberá prestar atención diferenciada aeste apartado por la fuerte influencia que tendrá para el mecanismo evaluador.

Herramientas: Análisis de documentos, Benchmarking, tormentas de ideas y encuestas.

Paso 3: Definir y conceptualizar los indicadores de control estadístico (defensivos yofensivos y global)

Descripción: Tomando en consideración los elementos siguientes, análisis de losmétodos anteriores de evaluación, la experiencia fruto del conocimiento empírico noformalizado, las planillas de observaciones existentes, Benchmarking a equipos de nivelreconocido; se arribará a un consenso en cuanto a los indicadores más relevantes para elrendimiento competitivo de los jugadores y se presentará un manual de observación conla simbología para la captura de la información y la conceptualización de losindicadores. Los indicadores podrán ser comunes para algunas posiciones odiferenciados para una posición específica de los jugadores. Se sugiere la determinaciónde indicadores defensivos, ofensivos e integrales de rendimiento y que se contemple eltiempo de permanencia en la cancha de los jugadores como un indicador esencial.

Herramientas: Estudio crítico de métodos y procedimientos anteriores, Benchmarking, trabajo en equipos y en plenarias, basado en técnicas de búsqueda de consenso.

Etapa II ¿Cómo evaluamos?

Paso 4: Obtener los pesos relativos de los indicadores atendiendo a su nivel deimportancia y las responsabilidades de los jugadores en función de su posición.

Descripción: Se acompañará el indicador estadístico con un peso relativo, en función dela posición de desempeño de los jugadores y su incidencia directa para el resultado encuestión de la acción realizada. Podrán existir más de una ponderación, atendiendo a lasestrategias competitivas del equipo y las características de la competencia, así como lascaracterísticas de los oponentes.

Herramientas: Proceso Analítico Jerárquico, (PAJ), método Saaty, pues brinda en quémedida es un indicador superior a otro y se realiza de forma simple. Otros métodos posibles, triángulo de Fuller, y ponderación estadística.

Paso 5: Obtener las expresiones matemáticas para los índices defensivos, ofensivos yglobal.

Descripción: Aquellos indicadores con incidencia positiva para el rendimiento sesuman, los de incidencia negativa se restan. Se comienza con el indicador de mayorponderación hasta el de menor rango. Si aparece como indicador el tiempo de juego, sedividirá la expresión matemática entre el mismo. Las

fórmulas o expresionesmatemáticas podrán ser aplicadas durante las competencias internas o partidos decontrol, durante competencias preparatorias o durante la competencia fundamental.

Herramientas: Regresión múltiple lineal acorde con el proceso analítico jerárquico.

Paso 6: Confeccionar la escala de evaluación cualitativa.

Descripción: Se ofrece tres niveles de rendimiento para el índice ofensivo, defensivo yglobal. Pueden ser A, B, C o bueno, estable, malo; los estándares podrán sercambiantes atendiendo a las características de la competición, la calidad del rival y lasestrategias trazadas por la dirección técnica del equipo. Se podrán modificar los rangosy límites inferiores y superiores de los estándares con la revisión de series históricas decompeticiones anteriores, los rangos de comportamientos brindados por especialistas yexpertos y al promedio por partidos de los líderes individuales durante los torneos, entreotros elementos. Los estándares podrán fijarse atendiendo a: clima reinante, tiempo derecuperación tras última presentación del conjunto, si se juega de visitante o en supropia cancha, etapa de la competencia (inicio, mitad o recta final), presión del partidoexpresado en cantidad de espectadores y si el partido está con marcador cerrado, normalo desproporcionado.

Herramientas*:* Encuestas, análisis de documentos, métodos de pronósticos cualitativosy cuantitativos, escala estándares referida por V.M, Zatsiorski.

Etapa III Estamos evaluando

Paso 7: Adiestrar a los observadores o recopiladores estadísticos.

Descripción: El adiestramiento podrá ser dividido en tres momentos principales, enmarcado en un curso de capacitación: adiestramiento teórico conceptual.(Familiarización con los indicadores y su concepto), adiestramiento parcial.(Modelación con videos) y adiestramiento práctico.En observadores principiantes se recomiendan dos por equipos, ubicados de manerasaisladas o de conjunto con una posición favorable para observar la cancha, los bancosde suplentes y pizarras electrónicas.

Herramientas: Proceso seguido por Anguera, M. T. (2003) y modificado por Quintana

Rodríguez, D. (2014), para la formación de observadores.

Paso 8: Diseñar la herramienta informática de soporte al procedimiento.

Descripción: Deberá presentar una página principal de captura de información, conenlaces a solicitudes de los usuarios de reportes individuales y colectivos en cualquiermomento del partido, brindará sugerencias en tiempo real acerca de la permanencia ono, en la cancha de un determinado jugador. Se recopilará la información desde el bancode suplentes u otro lugar de la instalación. Podrá utilizarse durante partidos oficiales, topes internos o competencias preparatorias. Se podrá diseñar una herramienta queagilice todo el procedimiento.

Herramientas: Software libres o propietarios y lenguajes de programación que seconsideren en función de la disponibilidad tecnológica con la que se cuente paraenfrentar el proceso de evaluación.

Paso 9: Presentar acciones correctivas en función de la mejora continua de losrendimientos competitivos.

Descripción: Se realizará una comparación entre el convenio o negociación de lasaspiraciones de rendimiento individual de los jugadores, con lo realmente aportado alequipo. Las acciones de corrección podrán abarcar: el propio partido, es decir, entiempo real, entrenamientos posteriores y modificaciones tácticas empleadas por elequipo.

Herramientas: Intuición del decisor principal, creatividad en los planes operativos deentrenamientos. Perfeccionamiento del bagaje táctico del equipo a través de métodos ysistemas de entrenamientos.

3. ANALISIS DE LOS RESULTADOS

El procedimiento emana de un proyecto de ciencia e innovación tecnológica delMinisterio de Ciencia Tecnología y Medio Ambiente (CITMA) de Cuba, llevado a caboen la provincia de Matanzas, rectorado por profesores y entrenadores deportivos de laUniversidad de Matanzas. Su período de ejecución se produjo entre los años 2009 al2015. Este proceder de control y evaluación del rendimiento competitivo en los deportesde equipo, se ha instrumentado parcial o totalmente en los siguientes deportes:Baloncesto, Béisbol, Voleibol, Polo acuático y Balonmano. Las experiencias obtenidasdentro de este complejo proceso, posibilitó a los autores el lanzamiento del algoritmoantes representado, en función de que los propios protagonistas elaboren suscondiciones de evaluación del rendimiento competitivo. A continuación se detallanaspectos significativos de cada una de

las tres etapas que componen el procedimiento, loque constituye una guía para los futuros usuarios de este resultado investigativo.

En la primera etapa denominada ¿qué evaluamos?, concentramos la atención en ladefinición de las posiciones de los jugadores y la definición conceptual de losindicadores estadísticos a controlar. En la actualidad existen dos tendencias bienmarcadas en cuanto a la clasificación de las posiciones en los deportes colectivos, unase inclina hacia la especialización (lanzadores de beisbol: abridores, relevistas, acomodadores y cerradores) y la otra hacia la polivalencia o multifuncionalidad de losjugadores (un jugador de baloncesto puede desempeñarse como defensa organizador ocomo defensa atacante y un alero de poder se podría convertir en pivot).

Nuestra intención es defender el concepto de responsabilidad de la posición, donde esubicado el jugador de acuerdo al esquema táctico planteado e incluso, si es modificadasu posición dentro de un mismo partido, la evaluación deberá realizarse atendiendo a losintereses de las direcciones técnicas y la mayor cantidad de minutos en una determinadaresponsabilidad. En la tabla # 1 se exponen las posiciones de los jugadores definidas enlos deportes donde se aplicó el procedimiento, mientras en la tabla # 2 se presenta en undeterminado deporte, pero planteando las responsabilidades esenciales por cadaposición.

Deportes	Posiciones de jugadores
Baloncesto	Bases, Aleros y Pivots
Béisbol	Receptores, Jugadores de Cuadro, Jardineros y Lanzadores (abridores y relevistas)
Voleibol	Pasador, Atacador Auxiliar, Atacador Opuesto, Atacador Principal y Libero.
Polo Acuático	Defensa Central, Delanteros, Poste y Portero
Balonmano	Porteros, Centros, Laterales, Extremos y Pivots

Tabla 1: Clasificación de los posiciones de los jugadores en los deportes del estudio. Fuente: elaboración propia.

Posiciones propuestas	Posición tradicional que abarca	Responsabilidad principal
Bases	Defensas Organizadores (1)	**Organizar** el juego y ***Asistir*** a sus compañeros.
Aleros	Defensas Atacadores y las Alas (2) y (3)	***Anotar*** canastas. Llevar peso ofensivo del equipo y garantizar el equilibrio.
Pivots	Centros o Jugadores Interiores (4) y (5)	***Rebotear.*** Garantizar el juego en el área de restricción.

Tabla 2: Posiciones y responsabilidades de los jugadores asumidas en la Metodología ECP Basket. Fuente: Claudio Pérez (2008).

En lo referente a la conceptualización de los indicadores, es de las cuestiones másnecesarias y que garantizan la calidad de los datos obtenidos durante la

observación delos partidos, aparejado con la preparación de los observadores que nos ocuparemos másadelante.

A partir de que un indicador pudiera tener un despliegue en cuanto a las condiciones enlas que se produjo la acción y sobre todo como vía de retroalimentación para losentrenadores, pues no es lo mismo a la hora de planificar acciones correctivas, conocerque la mayoría de pérdidas del balón han sido generadas por malos pases y no porerrores en la conducción del balón. En la aplicación parcial en el deporte de Balonmano, las Asistencias Defensivas son sub-clasificadas por: balón robado, tiro bloqueado, apoyoy rebote defensivo; mientras los Errores en Defensa se definen por: Anticipación,acompañamiento, salida, repliegue defensivo, cambio de hombre, apoyo, provocarpenalti y por falta innecesaria.

Los ejemplos anteriores solo deben ser tomados como referencia oportuna y no comouna sugerencia directa, pues entonces estaríamos contradiciendo el propio principio delalgoritmo de trabajo, la construcción de la evaluación del rendimiento competitivo porparte de las direcciones técnicas de los equipos.

La segunda etapa que responde a la interrogante ¿cómo evaluamos?, con dos momentosdecisivos, la obtención de los pesos relativos y la escala de evaluación. Ladeterminación de los pesos relativos es determinante, pues es aquí donde se le brindarelevancia a cada indicador, atendiendo a la posición y la responsabilidad asumida porlos jugadores.

Para ilustrar mejor, pongamos como ejemplo un defensa organizador en el baloncestoque haya capturado 10 rebotes, algo sin duda importante, pero sus pérdidas del balónascienden por encima de la media y sus asistencias ofensivas a sus compañeros sonescasas. En este ejemplo, existe un rendimiento de dicho jugador, pero está alejado desus responsabilidades esenciales de acuerdo a su posición de desempeño.

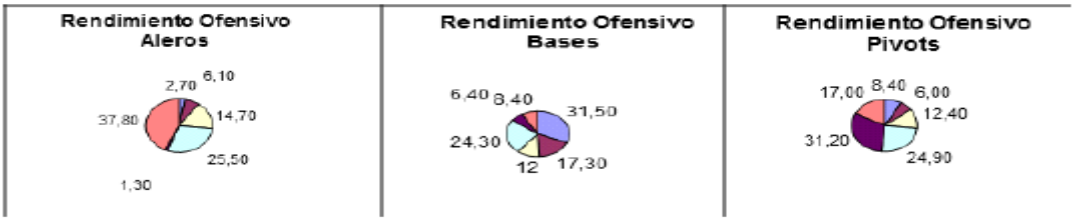


Gráfico 1: Distribución porcentual del rendimiento ofensivo de los jugadores de baloncesto Metodología ECP Basket. Fuente: Claudio Pérez (2008).

Obsérvese como varía la valoración de los indicadores acorde con la posición de losjugadores. Se recomienda aplicar cualquier método de toma de decisiones oponderación matemática para la determinación de los pesos relativos. En los deportesdonde se aplicó la investigación se utilizó el Método Saaty muy viable y práctico paraeste fin.

Como aspecto a considerar, realizar una ponderación de pesos relativos para losindicadores estadísticos defensivos en función de la posición de desempeño de losjugadores.

En cuanto a las escalas de evaluación, aspecto imprescindible ya que favorece lainterpretación del rendimiento a los cuerpos de dirección y especialistas, pues no es lomismo expresar que un determinado jugador tuvo una evaluación de 3.2, sin clasificaresa puntuación en: buena, mala, regular o como defensivo, poco defensivo o muydefensivo.

Clasificación		Jugador Poco Defensivo	Jugador Defensivo	Jugador Muy Defensivo
Indice Defensivo		X < 3,0	3,0 ≤ X ≥ 6,5	X > 6,5
Índice Ofensivo	Posición	Jugador Poco Ofensivo	Jugador Ofensivo	Jugador Muy Ofensivo
	Bases	X < 2,5	2,5 ≤ X ≥ 4,7	X > 4,7
	Aleros	X < 2,0	2,0 ≤ X ≥ 15,0	X > 15,0
	Pivots	X < 1,0	1,0 ≤ X ≥ 6,0	X > 6,0
Índice Global	Posición	Jugador Poco Integral	Jugador Integral	Jugador Muy Integral
	Bases	X < 2,5	2,5 ≤ X ≥ 5,5	X > 5,5
	Aleros	X < 6,5	6,5 ≤ X ≥ 13,0	X > 13,0
	Pivots	X < 3,0	3,0 ≤ X ≥ 8,0	X > 8,0

Tabla 3: Escala de evaluación cualitativa ECP Basket. Fuente: Claudio Pérez (2008).

Esta manera de enfocar la escala evaluativa la podemos denominar como rígida,mientras el procedimiento defiende el principio de brindar una valoración cualitativa aese rendimiento competitivo, la cual podrá matizarse o contar con ponderaciones nolineales de acuerdo a los elementos siguientes: calidad del rival, tiempo de recuperacióntras última presentación, si se es local o visitante, etapa de la competencia (inicio, mitado recta final), cantidad de espectadores, si el marcador es cerrado, normal odesproporcionado y al clima reinante (calor, frío, lluvia). La importancia para el partidode la acción o indicador estadístico es invariable, lo que varía posteriormente es elestándar de medición.

4. DISCUSION

La tercera etapa del procedimiento llamada ¡estamos evaluando¡ es donde se decide eléxito o el fracaso del procedimiento. Hasta este momento todo puede

estarperfectamente diseñado y ejecutado, que si la calidad de la captación de los indicadoresno es exacta los resultados evaluativos no serán satisfactorios.

Es necesario prestar toda la atención a este momento y para ello se sugiere la metodología propuesta por Anguera (2000) y modificada por Quintana Rodríguez(2014) resumida en la siguiente tabla.

Sesión	Duración	Objetivos
1	1 hora + 1 hora de trabajo propio	Presentar y agradecer a los colaboradores Explicar objetivo de la capacitación, conocer elementos básicos de la observación Fijar el cronograma de trabajo y fases del proceso
2	2-3 horas	Explicar criterios y subcriterios del sistema de codificación acorde manual de instrucciones Completar el registro de unidades parciales para discusión y modificación de los criterios
3	2-3 horas	Completar el registro de unidades más largas y reales, discutir desacuerdos y repasos de dudas
4	2-3 + 5 horas de trabajo propio	Completar el registro de unidades más largas y reales para establecer confiabilidad de los observadores (80 %)

Tabla 4: Sesiones, duración y objetivos para la capacitación de observadores. Fuente: Quintana Rodríguez (2014) en aproximación: Anguera, M (2000).

El otro momento de la etapa, resulta la necesidad ineludible de agilizar tanto la capturade los indicadores estadísticos y su procesamiento, así como su interpretación a travésde una herramienta informática amigable, de dimensiones aceptables y de fáciloperatividad. Brindando informaciones y sugerencias en tiempo real, que permita laeficiente toma de decisiones de las direcciones técnicas desde el punto de vistaoperativo.

En el contexto mundial, infinidades de software invaden el ámbito deportivo e inclusositios web como STATS LLC (2014) con su ICE (InteractiveCollaboration andEvaluation). Los mismos se dedican al control de las cargas de entrenamiento y alcontrol estadístico, así como a la rentabilidad defensiva u ofensiva de los conjuntos.Todo lo implementado deberá tener un soporte informático, en aras de sus mayoresprestaciones y en función de su competitividad como producto.

Las acciones de corrección es el elemento que cierra el ciclo y por ende deberá aglutinartodas informaciones anteriores. La pericia y creatividad de los miembros del comitéevaluador a la hora de trasmitir sus informes, unido a la experiencia y dinamismo de losentrenadores, deberán garantizar las acciones correctivas pertinentes durante lassesiones de entrenamientos, en aras de

potenciar el rendimiento competitivo de susjugadores y lograr en sus jugadores en cancha el tan anhelado equilibrio entre defensa yofensiva.

Una vez descritos los elementos esenciales de las etapas y pasos que componen elprocedimiento, se presenta una tabla resumen con las particularidades de los parámetrosmás relevantes en las aplicaciones anteriores, como guía para la construcción delproceso de evaluación.

Parámetros Deportes/	# posiciones	# indicadores	Área del rendimiento	# de fórmulas	Escala evaluativa	Herramienta informática
Baloncesto	3	12	Defensa Ofensiva Global	5	Cualitativa con límites fijados	ECP basket
Béisbol	4	14+ sub coeficientes	Defensa Ofensiva Lanzadores	5 generales + específicas	Abierta Cerrada	ERC Béisbol
Voleibol	5	12	Defensa Ofensiva	10	Abierta	ECP Voly
Polo Acuático	4	16	Portero Defensa Ofensiva	8	No posee	ECP Waterpolo
Balonmano	5	14	Portero Defensa Ofensiva	7	escala estándares Zatsiorki.	MercoBa

Tabla 5: Deportes y parámetros principales en las aplicaciones parciales del procedimiento. Fuente: elaboración propia.

5. CONCLUSIONES

Dentro de la gestión de competición, el control y evaluación del rendimientocompetitivo a través de indicadores estadísticos, es de los aspectos más polémicos,estudiados y difundidos entre dirigentes, entrenadores, jugadores, aficionados y prensaespecializada.

En la actualidad, existe una necesidad de que los equipos deportivos o clubes ajusten suevaluación a las características de sus jugadores, a sus adversarios de turno, así como alas exigencias de la competición y al contexto de desarrollo de la actividad competitiva.

Aparece en este ámbito de evaluación, los registros de acciones defensivas, ofensivas yglobales o integrales del desempeño de los jugadores, en correspondencia con lasresponsabilidades esenciales de las posiciones que ocupan.

El cierre del ciclo evaluativo resulta una indispensable transformación o modificaciónen la gestión de entrenamientos de los equipos a través de acciones correctivas.

BIBLIOGRAFIA

ANGUERA, M. T. La observación. En Moreno Rosset y col. Evaluación psicológica.Concepto, proceso, y aplicación en las áreas del desarrollo y de la inteligencia, 2003,Madrid : Sanz y Torres, págs 271-308.

ANGUERA, M. T. y col. La metodología observacional en el deporte: conceptosbásicos. Lecturas en Educación Física y Deporte, 2000, Revista digital, año 5 – nº24.Disponible en: http//www.efdeportes.com/efd24b/obs4.htm.

CABELLO, D.; RIVERA, E.; TRIGUEROS, C. Y PÉREZ, I. Análisis del modelo deldeporte federado español del siglo XXI. Revista Internacional de Medicina y Cienciasde la Actividad Física y el Deporte, 2011, pp. 690-707. vol. 11 (44)Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista44/artanalisis257.htm.

CLAUDIO PÉREZ, E. Metodología para la evaluación del rendimiento competitivo delos jugadores del Baloncesto Élite Cubano, 2008, tesis de Grado (Doctor en Ciencias dela Cultura Física). La Habana, Instituto Superior de Cultura Física, Cuba.

CLAUDIO PÉREZ, E. Sistema integral para la gestión de entrenamiento y competicióndel equipo masculino de Baloncesto de Matanzas, primera categoría, 2011, tesis enopción al título de Master en administración de Empresas, Universidad de Matanzas,Cuba.

QUINTANA RODRÍGUEZ, D. Metodología para la evaluación del rendimientocompetitivo de los jugadores de balonmano del alto rendimiento, 2014, tesis de Grado(Doctor en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, Universidad de Ciencias de laCultura Física y el Deporte, Cuba.

SAMPAIO, J. Análisis de la competición en el deporte. Revista Kronos, 2005, Vol.III, No.8. Universidad Europea de Madrid.

Título: Prontuario Ejecutivo del Sistema Deportivo Cubano.

Autores: Ms. C. Alicia Guerrero Martínez.

Institución: CINID. INDER Nivel Central.

País: Cuba

Resumen

El Prontuario Ejecutivo se concibe en una versión inicial, desde una óptica operativa, que proporcionará de forma organizada y sistematizada información, básicamente, para el personal de dirección del Organismo, que exige en su proyección un análisis cualitativo, de manera complementaria de los flujos de información por las distintas actividades socio-económicas-deportivas a fin de que se pueda disponer de una estructura estable, sistematizada que responda al objeto social del INDER.

Este prontuario en su proyección contempla la consolidación de datos e información con alto valor agregado, que retrate en tiempo y forma el funcionamiento y desarrollo de los objetivos y metas propuestos por el sistema deportivo cubano. Esto ha de permitir detectar de forma expedita la desviación de dichos objetivos y metas.

El prontuario actual recoge los flujos de información documental ascendente, que responde al sistema piramidal deportivo cubano, y que su conjugación con las fuentes de información no documentales: personales, entre otras enriquecerá el nivel de informatividad del personal de dirección y ejecutivo.

De ahí que la estructura informativa del prontuario no sólo retrata cuantitativamente el carácter organizativo-funcional y de desarrollo del sistema deportivo cubano sino que sienta nuevas bases de exposición de información crítica y estratégica —información evaluada— para la toma de decisiones debidamente informadas. Pero además se obtiene por vez primera un informe de manera compacta sobre el funcionamiento del sistema deportivo cubano. Sentando premisas hacia la inteligencia en el deporte.

Título: Propuesta de estrategia de comunicación, como elemento esencial de la publicidad deportiva, de los servicios que se ofertan en la sociedad mercantil Cubadeportes S.A.

Autora: Lic. Malena Casas Abad.

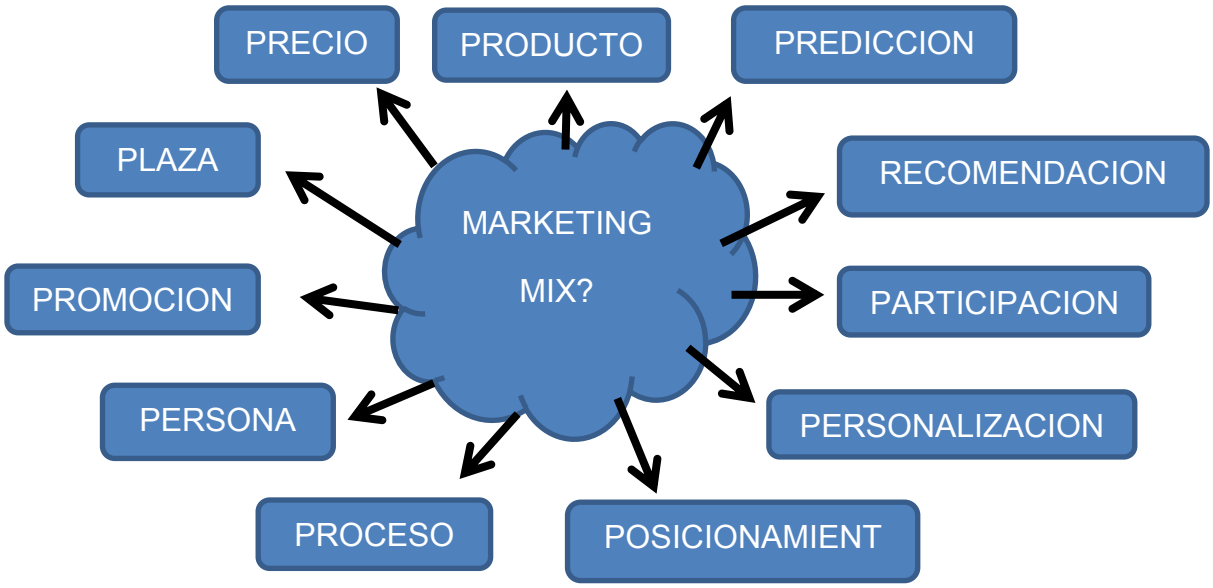
Institución: Cubadeportes S.A.

País: Cuba

INTRODUCCIÓN.

Desde hace más de 20 años el marketing se ha ido extendiendo por todas las organizaciones lucrativas y no lucrativas, así como, sobre los más diversos sectores (industria, turismo, ocio o deporte, entre otros). Sin embargo, si la comprensión de los principios del marketing ha supuesto y sigue suponiendo un gran esfuerzo a la empresa mediana y pequeña, más le está costando en adaptación e integración a la cultura gerencial de las más diversas instituciones sociales.

La sociedad está viviendo procesos de cambio donde las innovaciones científicas y tecnológicas están forzando a tomar medidas estratégicas para la subsistencia. El ámbito deportivo no ha sido la excepción de este cambio forzado, también ha tenido que tomar medidas con respecto a la evolución, así como, en el posicionamiento del concepto deporte, tomando en cuenta sus beneficios, pero ya no en un aspecto tecnológico o científico, puesto que se ha evolucionado en estas áreas, sino en las formas y estrategias de posicionamiento y mantenimiento.



Esquema no. 1- Propuesta de marketing mix? para la actualidad.

La publicidad (en inglés: advertising) es considerada como una de las más poderosas herramientas de la mercadotecnia (como también suele nombrársele al marketing), específicamente de la promoción, que es utilizada por empresas, organizaciones, instituciones del estado y personas individuales, para dar a conocer un determinado mensaje relacionado con sus productos, servicios, ideas u otros.

La publicidad en Cuba.

La caída del campo socialista y la consecuente unipolaridad del mundo, la globalización de la economía y el bloqueo feroz a que ha sido sometido nuestro país por más de cinco décadas afectan de una u otra forma la gestión empresarial. Los tiempos actuales requieren de un análisis profundo tanto de las leyes del mercado como de las técnicas novedosas que se aplican, pero con la visión adecuada, pues nuestros problemas necesitan de soluciones “cubanas”. El conocimiento universal, en todas las órdenes, debe ser aplicado con la debida adecuación a nuestras condiciones.

Caracterización de Cubadeportes S.A.

Es una empresa socialista, creada el 19 de noviembre de 1992, escritura pública 74 ante notario del Ministerio de Justicia, registrada ante la cámara de comercio de la república e inscrita en el registro central de compañías anónimas, libro 159, folio 10, hoja 1592, sección segunda, inscripción primera y el registro mercantil segundo de La Habana en el libro 667, folio 10, hoja 6672, inscripción primera el 30 de noviembre de 1992.

La sociedad mercantil Cubadeportes S.A tiene como objeto social el siguiente,

a. Brindar servicios de asistencia técnica y contratación de profesionales y técnicos en el exterior en materias deportivas y recreativas.
b. Promover y comercializar eventos deportivos y recreativos.

Su misión, es la empresa responsabilizada con el desarrollo exitoso del programa de colaboración deportiva internacional del INDER, a través de una gestión eficiente que garantice la óptima calidad del servicio y el pleno respeto a los principios éticos y morales del sistema deportivo cubano.

Su visión es garantizar la continuidad, presencia internacional, prestigio y logros del deporte cubano, así como sus principios, fundamentos y esencia a favor de la formación integral del hombre.

Cubadeportes es la entidad con los derechos exclusivos para comercializar los productos y servicios relacionados con el deporte cubano, cuyo prestigio y éxitos son reconocidos mundialmente.

Necesidad de la investigación.

Está dada por el deficiente proceso de publicidad y promoción que se manifiesta hoy en la sociedad mercantil Cubadeportes S.A que impide el eficiente y eficaz desempeño económico, por lo tanto se requiere de proponer una estrategia de comunicación que incida en una publicidad deportiva adecuada, donde esta juegue un papel esencial en función de la promoción de los servicios que hoy oferta la sociedad mercantil.

Importancia de la investigación.

Está dada por la propuesta de comunicación en función del desarrollo de uno de los procesos fundamentales, la publicidad, que mayor incidencia tiene en el cumplimiento del objeto social de la sociedad mercantil Cubadeportes S.A vinculado a la prestación de sus servicios, partiendo del perfeccionamiento actual en que se encuentra enfrascada la entidad.

Actualidad de la investigación.

Radica en la propuesta de comunicación de la sociedad mercantil dirigida a la elevación de los índices de eficiencia y rentabilidad de esta, así como, su competitividad, actualizando la única existente que data del año 1999. Además, la necesidad de buscar las vías que le faciliten a Cubadeportes S.A ampliar y diversificar su mercado actual para incrementar los índices de ingresos, acorde a la nueva política económica del país refrendado en los documentos debatidos en la última sección extraordinaria de la Asamblea Nacional del Poder Popular y poder honrar las deudas que hoy manifiesta.

Novedad de la investigación.

Se considera novedosa a partir de que durante 18 años ha permanecido sin modificación la estrategia de comunicación existente en la sociedad mercantil Cubadeportes S.A y con esta investigación se atempera la misma a la actual situación económica y social, tanto nacional como internacional, vinculada a la comercialización deportiva, en interés de una publicidad de excelencia.

Justificación de la investigación.

Esta investigación se considerar conveniente a partir de su contribución con el cumplimiento de la actual política económica y social del país al influir positivamente en la rentabilidad de la sociedad mercantil Cubadeportes S.A. Sirviendo así para mejorar los índices de comercialización de la entidad sobre bases o fundamentos científicos.

Esta repercute de forma positiva en la sociedad, al facilitar la divulgación de los servicios que Cubadeportes S.A pone a su disposición, de manera tal que cumpla con su objeto cabalmente. Beneficiándose el sistema deportivo cubano, al lograr un mayor financiamiento del mismo.

La investigación brinda herramientas que permitirán organizar y ejecutar de forma adecuada el proceso de publicidad, como parte de la promoción de los servicios que puede y debe ofertar Cubadeportes S.A, en función de cumplir con su objeto social. Estas se pueden generalizar a otros ámbitos de la sociedad adecuándola a las características de las diferentes agencias con objetos similares.

Con esta se aportan características a considerar en la ejecución de un proceso de publicidad eficiente y eficaz que sea garantía de alcanzar los resultados que Cubadeportes S.A necesita.

Problema de investigación.

¿Qué efecto tendrá una propuesta de estrategia de comunicación en función de la publicidad deportiva de los servicios que se ofertan en Cubadeportes S.A?

Objetivo de investigación.

Proponer la estrategia actual de comunicación en función de la publicidad deportiva de los servicios que se ofertan en Cubadeportes S.A.

Preguntas científicas.

1. ¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos de la comunicación en función de la publicidad deportiva?
2. ¿Cuáles son los objetivos de una estrategia de comunicación en función de la publicidad deportiva en la sociedad mercantil Cubadeportes S.A?
3. ¿Qué elementos de la situación actual de la estrategia de comunicación de la sociedad mercantil Cubadeportes S.A debemos tomar en cuenta en la actualización de la misma?
4. ¿Cómo pudiera repercutir una estrategia de comunicación en la publicidad deportiva de los servicios que se ofertan en Cubadeportes S.A?

Tareas de investigación.

1. Búsqueda y selección de la bibliográfica para recopilar los fundamentos teóricos y metodológicos que contiene la comunicación, así como, los objetivos de una estrategia de comunicación.
2. Aplicación de los instrumentos y herramientas para la elaboración de la estrategia de comunicación en función de la publicidad deportiva.
3. Análisis de los elementos de la situación actual de la estrategia de comunicación a tener en cuenta en la actualización de esta.
4. Proponer la estrategia de comunicación de la sociedad mercantil Cubadeportes S.A, como elemento fundamental de la publicidad deportiva de los servicios que en esta se ofertan.
5. Considerar o exponer los posibles resultados que la estrategia de comunicación brindaría a la eficiencia de la publicidad de los servicios que se ofertan en la sociedad mercantil Cubadeportes S.A.

Objeto de investigación.

La comunicación en función de la publicidad deportiva.

Contexto socio histórico en que surge y se desarrolla el problema de investigación.

El problema de investigación, referido a la comunicación en función de la publicidad deportiva en nuestro país aparece en un contexto socio histórico matizado por una apertura de nuestra economía a nuevas formas de gestión, que tributen al mejor desempeño productivo de la empresa socialista y hacer más sostenible y sustentable nuestra sociedad, a ello no escapa el deporte revolucionario.

La publicidad ha requerido siempre de la comunicación para poder llevarse a vías de hecho, sin embargo cada época ha tenido características que la distinguen, determinado por el lugar y el momento en que se ha producido la necesidad de publicitar un producto o servicio determinado.

En el año 2016 se ratifica, en el marco del 7mo Congreso del PCC, la nueva política económica de la revolución y se comienza el debate de varios documentos que actualizan y aclimatan los lineamientos aprobados, de tal manera en el seno de la Asamblea Nacional del Poder Popular, en 2017, se aprueban estos documentos de la política económica del país, en todos ellos hay una constante, buscar la mayor eficiencia económica posible sobre la base de hacer más sostenible y próspero nuestro sistema político y social.

Lo anterior, unido a las nuevas tendencias en la forma de llevar a cabo la publicidad y las nuevas tecnologías de las informática y las comunicaciones, hacen necesario que en el momento actual se rediseñe la estrategia de comunicaciones que en función de la publicidad deportiva debe tener la empresa, a fin de lograr su encargo social y estatal, de financiamiento del movimiento deportivo cubano.

DISEÑO METODOLÓGICO.

Población y muestra.

Nuestra población corresponde a los trabajadores de la empresa Cubadeportes S.A habiéndose efectuado un muestreo aleatorio donde cada miembro tiene la oportunidad de ser incluido y de esta forma estar representada nuestra muestra por 25 trabajadores incluidos en la plantilla de dicha empresa, siendo estos 5 dirigentes, 14 especialistas de diferentes áreas, 2 jefes de misión en el exterior y 4 trabajadores normales. Siendo las funciones de cada uno las siguientes:

Dirección de Asistencia Técnica. Es responsable de la exportación de la asistencia técnica que los clientes demanden y de propiciar la más alta participación de especialistas, tramitaciones y de marketing interno y externo. Se relaciona con los directivos, funcionarios y clientes con iniciativas propiciadoras y creativas que facilitan los vínculos con los contratantes con un enfoque moderno del más alto nivel, basado en la competitividad y en la sustentabilidad económica. Es el responsable del cuidado y conservación de los bienes puestos a disposición de la empresa, de las ventas y de la ejecución en tiempo y forma de las

negociaciones, tramitaciones de cobros y logro de su autofinanciamiento. Es responsable de la ejecución de las negociaciones conciliando los intereses de la Empresa, del Organismo y de los clientes. Controla todo el proceso. Es una de las áreas más importantes de la empresa, por los servicios que presenta y los ingresos que se obtienen tanto para nuestro organismo como para el país.

Reserva. Organiza la reserva de fuerza técnica a partir de su aprobación por cada territorio y áreas del Organismo, controlando su actualización, según lo establece la Resolución 28 del INDER y 43 del MINVEC y de conjunto a las áreas especializadas y el grupo de colaboración del INDER, son los encargados de la selección de los técnicos, según las solicitudes recibidas de entidades extranjeras.

Comerciales. Ejecuta todo el proceso oferta – demanda – cliente, calidad, tarifas, condiciones de financiamiento, contratación y gestión de cobro hasta el cierre de las operaciones. Desarrolla sus relaciones con las entidades contratantes, embajadas y los clientes que mantienen con una relación creativa, activa y positiva de intercambio e interés. Los especialistas que trabajan en este departamento, se agrupan por países, además de contar con una **Asesora Jurídica** que lleva a vías de hecho la confección, firma y envío de los contratos.

Trámites de Viaje. Realizan todos los trámites migratorios, relacionados con la salida al exterior de los técnicos. Mantiene estrecha vinculación con la Dirección de Inmigración y Extranjería del país, las embajadas extranjeras acreditadas en Cuba y las Líneas áreas.

Dentro de la Dirección de Economía. Se encuentra un especialista que metodológicamente se subordina al área de Asistencia Técnica y es el encargado de llevar a cabo la actividad económica, contable y financiera y desarrolla relaciones de trabajo con los bancos y grupos financieros y representaciones en el exterior, aplica la informática en las actividades de comercio exterior, realiza análisis económicos de la marcha de la actividad, participa en las decisiones y las gestiones de cobros y pagos y mantiene informada a las Direcciones de Asistencia Técnica y Economía de la marcha de estas gestiones, además de llevar el control de los ingresos que se reciben en Asistencia Técnica por concepto de contratación

de los técnicos y junto a las especialista comerciales llevan el control de las cuentas por cobrar y la facturación.

Métodos y procedimientos de la investigación.

Teórico:

- Analítico – sintético para el análisis teórico y la recopilación de datos.

Mediante el método analítico efectuaremos una revisión bibliográfica detallada sobre el tema de investigación y mediante el sintético resumiremos el contenido fundamental para la elaboración del marco teórico conceptual.

Partiendo de los referentes teóricos consultados se seleccionará la información fundamental y adecuada para poder llegar a la definición de los contenidos de estudio y bibliográficos necesarios en la elaboración.

- Histórico – lógico para la elaboración del marco teórico.

La utilización de este método nos permitirá organizar todo el contenido de la investigación de forma lógica y consecuente, a partir de los antecedentes históricos del problema de investigación, haciendo que el marco teórico conceptual posea sentido lógico y contenido de fácil comprensión.

Al abordar el tratamiento en distintas etapas de los objetos en su sucesión cronológica que se ha dado a esta problemática en el diseño de una estructura organizacional en Cubadeportes S.A, se hace necesario revelar su historia, las etapas principales y sus conexiones históricas fundamentales poniendo de manifiesto la lógica interna del desarrollo y su teoría.

- Inducción – deducción para analizar los resultados y dar conclusiones y recomendaciones.
- Modelación para desarrollar la estrategia y elaborar el plan de acciones de comunicación resultante de esta.
- Análisis documental que incluirá las técnicas de:

a) Revisión bibliográfica, para el abordaje teórico del tema objeto de estudio.

b) Revisión de documentos, para el reconocimiento profundo de aspectos específicos de la entidad objeto de estudio.

Empíricos: Cuantitativos **Cualitativos**

Encuesta Entrevista

- Encuesta: Forma parte de la línea de investigación, se aplicará a los trabajadores de la sociedad mercantil Cubadeportes S.A. En ella se combinan preguntas elementales que sirven para relajar al encuestado y poder alcanzar los objetivos propuestos con la misma, de forma tal que esta no sea densa.
- Entrevista: Considerada ésta como un proceso de comunicación verbal recíproca, con el fin último de recoger las informaciones a partir de una finalidad previamente establecida. Esta técnica, dentro de la presente investigación asumirá diversas características, al principio pasando en la fase exploratoria de la misma, la entrevista será planeada a través de preguntas abiertas con el orden preciso y lógico; introduciendo un plan flexible previamente preparado en relación a las cuestiones que son interés de estudio y cumplir con los objetivos del diagnóstico.

Se realizará con los jefes de departamentos y directivos de la empresa, por su experiencia en la labor publicitaria de los servicios que se deben ofertar en la misma.

Estadísticos matemáticos: Desviación empírica de frecuencia. Estadística descriptiva.

RESULTADOS ESPERADOS.

Proyección de resultados esperados.

- Una estrategia de comunicación en función de la publicidad comercial en la Sociedad mercantil Cubadeportes S.A.
- Identificar los clientes o público objetivo potenciales de la comercialización del deporte, de forma tal que permita un mejor enfoque publicitario en correspondencia con sus características.

- Una actualización del mercado y sus principales características, que garantiza actuar en correspondencia con este, así como un plan de estudio del mismo de forma sistemática.
- El plan de publicidad deportiva en correspondencia con las potencialidades de la empresa, las características del mercado y el público objetivo, así como el momento y servicio a brindar.

Posibilidades de aplicación de los resultados en la práctica social.

Los resultados obtenidos tendrán aplicación en la sociedad mercantil Cubadeportes S.A, y contribuirán al mejor desempeño comercial de la Dirección de Eventos y Viajes.

Organismo introductor.

El organismo introductor será el INDER, en especial la entidad que tiene el encargo social de comercializar las actividades del deporte en el país.

CONCLUSIONES.

- La publicidad deportiva en la actualidad no se desarrolla de forma eficaz en la sociedad mercantil Cubadeportes S. A, lo cual está condicionado en primer orden por carecer de una planeación adecuada y enfocada en el mercado tipo.
- Entender la Comunicación publicitaria como la herramienta mediante la cual se pueden alcanzar los objetivos comerciales de la entidad, constituye un elemento de vital importancia para poder lograr las metas económicas que se plantea la empresa.
- La elaboración de una adecuada estrategia de comunicación, en función de la publicidad deportiva que se desarrolla en nuestra entidad, permitirá contar con un plan fundamentado y concreto para enfrentar cada situación en interés de lograr beneficios económicos en la gestión comercial.
- Considerar todos los aspectos que inciden en diseñar una adecuada estrategia de comunicación implica valorar el mercado tipo y su

comportamiento, las potencialidades de la entidad y el país, así como sus condiciones concretas, las características del público objetivo potencial y las metas a alcanzar.

- Aplicar la estrategia de comunicación elaborada, permitirá a la entidad llevar a cabo una publicidad deportiva enfocada en su público objetivo y en los fines a alcanzar, garantizando resultados económicos favorables a la entidad en cada momento.

BIBLIOGRAFIA.

1. Costa, Joan. Imagen Corporativa del S XXI. Ediciones la Crujía. Argentina, 2001. ISBN: 987-97498-9-8

2. Decreto ley no. 252 sobre la continuidad y el fortalecimiento del sistema de dirección y gestión empresarial cubano.

3. Decreto No. 281de la gaceta oficial No. 041 extraordinaria de 17 de agosto de 2007.

4. Fernández Collado, Carlos. La Comunicación en las organizaciones. Editorial Trillas.1991, 1997. ISBN 968-24-4258-3

5. Núñez Hurtado, Carlos. Planear los sueños, Elementos en torno a la planeación estratégica. En Portal, Rayza y Milena Recio (compiladoras). Lecturas sobre comunicación y comunidad. Editorial Pablo de la Torriente. S/F

6. Villafañe, Justo. Imagen Positiva. Gestión Estratégica de la imagen en las empresas. Madrid, Edit. Pirámide, 2000.

7. Villafañe, Justo. La gestión profesional de la imagen corporativa. Edit. Pirámide. 1999, ISBN: 84-368-1384-7

8. Villafañe, Justo. La Reputación Corporativa. En: El estado de la publicidad y el corporate en España. La reputación corporativa. Madrid, Editorial Pirámide, 2000.

9. Villafañe, Justo. El estado de la publicidad y el corporate en España. La gestión estratégica de la marca. Madrid Editorial Pirámide, 2001.

10. Villafañe, Justo, et. al. El estado de la publicidad y el corporate en España. Informe anual 1998. Madrid. Facsímil de Villafañe y Asociados.

Título: Propuesta de indicadores para el mejoramiento de la planificación y el control en el Sistema Deportivo Cubano.

Autora: M.Sc. Tatiana Olayón Dominguez.
Institución: Dirección de organización INDER Nivel Central.
País: Cuba

Resumen.

El presente trabajo es una ponencia de nuevo aporte y tiene como antecedentes las investigaciones realizadas de manera individual por las ponentes en las Tesis presentadas para optar por el título Académico de Máster en Administración y Gestión de la Cultura Física y el Deporte, las cuales se complementaron en la presentación del trabajo final presentado por ambas en el Diplomado de Administración Pública.

El objetivo de la presente investigación consiste en elaborar indicadores que permitan mejorar la Planificación y el Control en el Sistema Deportivo Cubano.

Los materiales fundamentales que se emplearon estuvieron vinculados a los métodos y técnicas, aplicados durante todo el proceso investigativo, destacándose el Análisis DAFO, la Observación, la Entrevista, la Encuesta y la Triangulación, los cuales nos permitieron elaborar la fundamentación de los indicadores de evaluación que se proponen en la investigación.

El análisis de los procesos de planificación y control se efectuó en el período comprendido del año 2009 hasta el 2014 y se arrojaron como resultados lo siguiente:

1. Se alcanzó la sistematización de los fundamentos teóricos y metodológicos donde fueron tenidos en cuenta los criterios consultados, así como de la Instrucción 1/2011, con respecto a los indicadores de evaluación.
2. El estudio diagnóstico realizado determinó dificultades en la evaluación de la Planificación y el Control en los Directivos del Sistema Deportivo.

3. Se fundamentó la propuesta de indicadores en cinco (5) aspectos: diagnóstico, criterios de especialistas, Instrucción 1/2011, Resolución 60/2011 y los Procedimientos del INDER vinculados a la Planificación y el Control, donde a partir del objetivo trazado se elaboraron indicadores para los objetivos de trabajo, vínculo entre directivos y los objetos de control, diseño y estructura de los planes, correspondencia entre los planes, aseguramiento a las actividades, la relación entre presupuesto, recursos y actividades , así como el control y evaluación; cada uno de ellos con su metodología de evaluación y teniendo en cuenta un enfoque sistémico.

Como conclusiones recomendamos:

1. Continuar valorando los indicadores para el mejoramiento de la planificación y el control en el Sistema Deportivo Cubano.
2. Aplicar los indicadores propuestos para la evaluación de la planificación y el control en otras entidades del sector para potenciar su impacto.
3. Continuar la preparación de los recursos humanos participantes en el proceso evaluativo para garantizar la calidad de su aplicación en todo el país.
4. Emplear la propuesta metodológica concebida en esta investigación como material complementario en el programa de la Escuela Ramal de Cuadros del INDER, en la Maestría de Administración y Gestión de la Cultura Física que se efectúen en la UCCFD “Manuel Fajardo” y en las próximas ediciones del Diplomado en Administración Pública que se efectúa en el ISRI.

Título: SINFO. Solución informática con productos y servicios llave en mano para la organización y desarrollo de Competencias Deportivas.

Autor: Tomás Benítez Cartaya

Institución: CINID, INDER Nivel Central

País: Cuba

RESUMEN

El proceso de organización, control y desarrollo de competencias deportivas es una de las áreas clave en la realización con éxito de Juegos Deportivos Multidisciplinarios. El Centro de Investigación e Informática para el Deporte (CINID), perteneciente al Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación de Cuba (INDER), tiene el objetivo de contar con una herramienta informática sistémica e integral que permite la automatización de todos los procesos vinculados al desarrollo de eventos deportivos multidisciplinarios o de una sola disciplina, así como una eficiente gestión interactiva de los resultados. En esa línea de acción se creó el proyecto SINFO como una solución informática con productos y servicios, llave en mano para la organización y desarrollo de competencias. La idea original surgió en 1988 para los Juegos Panamericanos “La Habana 1991”;se desarrolló una primera versión del proyecto.Esta nueva versión surge tras los Juegos Panamericanos de Guadalajara 2011 definiéndose 5 etapas fundamentales para su implementación: planeación, desarrollo de contenidos, diseño gráfico, programación y prueba, con estructura modular.Tiene un amplio aval internacional en nuestro continente por su aplicación en varios Juegos Deportivos Multidisciplinarios. Sus principales fortalezas son: Adaptabilidad; Uniformidad en los formatos de presentación de la información; Facilidad de operación del sistema y el respeto de los reglamentos de competencia de cada deporte. Se utilizaron herramientasinformáticas de actualidad y líderes en el desarrollo de softwares: el gestor de base de datos SQL Server 2012 para el tratamiento eficaz y confiable de los datos; se combinó el diseño con Adobe Photoshop CS5.1, para el tratamiento de imágenes, la plataforma de programación ASP.NET para el desarrollo de los sitios web y el entorno

dedesarrollo de software Delphi para la programación de los sistemas personalizados de cada deporte. Entre sus principales novedades se encuentran, además, los módulos operacionales siguientes: **Sistema de Acreditación e Inscripciones** ajustado a las especificaciones y requerimientos de la dirección técnica del evento;**Sistema de Gestión de Resultados**;**Sistema Global de Información**utilizado para la gestión sistémica e integralde la información sobre la competencia permitiendo su publicación en el sitio web oficial así como la gestión de reportes;**Equipamiento y tecnología aplicada al mismo** según los fabricantes de las tecnologías de medición, registro y control;**Sistema de registro y control logísticoorganizacional** ypublicación del **Sitio Web integrador oficial del evento**.

Título: Sistema de gestión de Ciencia e Innovación Tecnológica y el medio ambiente en el deporte.

Autor: M.Sc. Jorge Luís León Vanegas. Metodólogo Provincial de Ciencia y Tecnología – Dirección y Gestión. Villa Clara

Lic. Suanly León González. Profesora Facultad Cultura Física

Institución: INDER. Villa Clara.

País: Cuba

Resumen.

El siguiente trabajo describe los principales aspectos para el Diseño e implementación en Villa Clara de un Sistema para la Gestión de Ciencia e Innovación Tecnológica y el Medio Ambiente en el Deporte que le sirva de guía para encauzar y estructurar las actividades de Ciencia e Innovación Tecnológica que desarrolla; es por eso que el objetivo que nos trazamos en este trabajo se centra en el diseño de este sistema de Gestión que debe servir como herramienta organizativa a la dirección

Consideramos que el tema es de gran actualidad, pues ha propiciado la simplificación de las fases del proceso de implementación, ahorro en los costos, minimización de la documentación y los registros y la optimización del tiempo, así como los recursos asignados a los sistemas. Se presenta la estructura que debe tener el Sistema de Gestión de Ciencia e Innovación Tecnológica, imprescindible herramienta organizacional para contribuir objetivamente a la aplicación, a su mejoramiento continuo garantizando una mejora en los indicadores de ciencia y tecnología de la entidad, a partir de la realización del diagnóstico, diseño, elaboración e implementación de la documentación y los procesos. Para su implementación se elaboró un documento que facilita su comprensión e instrumentación al programa de ciencia, tecnología y medio ambiente del SCIT en el deporte.

Palabras Claves: Sistemas, Gestión, Innovación y Tecnología.

Introducción

Para conducir y operar una organización exitosamente se requiere que sea dirigida y sea controlada en forma sistemática y transparente, lo que se puede lograr implementando y manteniendo un Sistema de Gestión, diseñado para mejorar de forma continua su desempeño, considerando las necesidades de todas las partes interesadas

Un Sistema de Gestión es aquel que establece la política y los objetivos de la organización y cómo lograr dichos objetivos, evitar duplicidades, optimizar recursos y simplificar al máximo la gestión de todos los sistemas; este comprende un número de procesos interrelacionados, que no sólo incluyen los procesos de realización del producto o servicio, sino además otros procesos de gestión, seguimiento y medición, tales como los procesos de gestión de los recursos, comunicación, auditoria, revisión, entre otros, y es aplicable a cualquier tipo de organización.

La Dirección de Deporte de la Provincia de Villa Clara cuenta desde 1998 con la implementación del Sistema de Ciencia e Innovación Tecnológica (SCIT), que se manifiesta a través del programa de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente en el deporte que el mismo se mueve de forma horizontal con diversas tareas a cumplir por el especialista, teniendo como dificultad la poca preparación del programa por los demás especialista lo que nos hace realizar un gran esfuerzo por parte nuestra y de ellos para su conocimiento y dominio de todos los aspecto de la ciencia y la innovación tecnológica que se expresa en el programa, teniendo como premisa fundamental el de lograr la implementación de un sistema de gestión de ciencia, tecnología y medio ambiente para los diferentes proceso que realiza el organismo.

El principal objetivo de cualquier organización es alcanzar un alto desempeño integral, por lo que cuando se modifican las formas establecidas para lograr más efectividad se está haciendo innovación organizacional; al hacer esa innovación también se hace innovación de proceso.

Hay que considerar que implementar un sistema de gestión de forma novedosa en una organización es una innovación que implica un cambio de mentalidad profundo, de filosofía y de concepción de trabajo, no sólo de una persona,

especialista o técnico, o de un grupo, sino de toda la organización. Es un cambio en la propia formación y preparación del personal, de nuevos contenidos de trabajo, y quizás el diseño de nuevas disciplinas que integren más los aspectos sociales y los aspectos técnicos.

Las interconexiones entre los componentes de los procesos y sistemas posibilita la optimización de los procesos; de lo contrario, cada sistema o subsistema funciona en sí y para sí, que en la práctica constituye el enfoque funcional tradicional, con el tratamiento de cada función por separado.

Desarrollo

El diseño de su sistema de gestión de la innovación, con enfoque a los procesos, e interrelacionado con el sistema de gestión de la ciencia operante, en interacción con el sistema de gestión de la Ciencia, la Tecnología y el Medio Ambiente, posibilita administrar, medir e integrar los procesos de dirección del Sistema de Ciencia, Innovación Tecnológica y Medio Ambiente, teniendo en cuenta las funciones otorgadas a este ministerio, y las dificultades que se han presentado en la implantación del mismo.

El esquema propuesto parte de un sistema de gestión diseñado e implantado en el organismo, que incluye como base los siguientes elementos:

1. El Sistema se creapartiendo de la organización y se pone en funcionamiento como nueva estructura a partir del 2007, para la Dirección Provincial de Deporte, que incluyó la creación del Sistema de Gestión de la Ciencia, la Innovación tecnológica y el Medio ambiente, teniendo como base la gestión del conocimiento.
2. Este Sistema de Gestión sustituyó la estructura tradicional del Programa de Ciencia y Tecnología y Medio ambiente, que se concibió desde el mismo comienzo en que nos integramos por el SCIT del deporte desde 1998, pero que ya en este momento es arcaica y entorpece el avance del trabajo hacia la necesaria unión entre los elementos del SCIT, cuya premisa fundamental es la de lograr y elevar los resultados deportivo y la calidad de vida, la protección y conservación del medio ambiente en nuestras instalaciones

deportivas y centros provinciales, así como el cuidado de nuestros atletas y la población, a través de la selección, desarrollo y aplicación de nuevas tecnologías. Se concibe a la nueva organización del Sistema de Gestión de Ciencia, Innovación tecnológica y Medio ambiente, como un cambio organizacional a nivel provincial.

3. La elaboración, aprobación e implementación de la Estrategia Provincial integrada de Ciencia, Innovación Tecnológica y Medio ambiente para el cuatrienio 2009-2012, de nuestro organismo.
4. Elaboración de una herramienta metodológica para el control y evaluación del SCIT en el Deporte.

La implementación del Sistema de Gestión de la Ciencia, la Innovación tecnológica y Medio Ambiente (SGCITMA) en el deporte, nos hace ser más eficientes dentro del SCIT, donde se elabora una nueva estructura de gestión (ver figura 1)que tiene como principiosla integración, la cooperación científica, tecnológica y productiva, la evaluación permanente de su funcionamiento, a través de la Estrategia Integrada de Ciencia e Innovación tecnológica en el deporte,que es el principal demandante de los resultados e impactos que debe generar el SCIT para incidir decisivamente en el desarrollo de la provincia.

El modelo que se muestra presenta, de forma simplificada, el proceso del Sistema de Gestión para poder alcanzar el progreso científico y tecnológico en nuestra provincia, en condiciones inseparable con el medio ambiente, en concordancia con las acciones contenidas en el diagrama.

A continuación un resumen de los tres elementos principales que sintetizan el modelo de gestión propuesto:

Estructura para modelo de gestión basado en el Sistema de Ciencia, Innovación Tecnológica y Medio Ambiente en el Deporte

La estructura del sistema diseñado y su desempeño estará subordinada al SCIT, por lo que no puede ser parte o subordinarse a alguna de las partes que debe dirigir, siendo una herramienta fundamental para la máxima Dirección.

La responsabilidad de diseñar y desarrollar el SGCITMA, confeccionar la política y definir todas las actividades a tener en cuenta para su diseño, implantación y

control,recaerá en el programa de Ciencia e Innovación Tecnológica y Medio Ambiente, subordinado a la Sub Dirección de Docencia del Organismo.

A continuación se exponen los diferentes indicadores que identifican a cada actividad de gestión:

1. **Gestión de la Ciencia**.
    - Política y Estrategia de Ciencia e Innovación Tecnológica.
    - Objetivo del Programa.
    - Plan de Ciencia e Innovación Tecnológica.
    - Programa Científico Técnico.
    - Proyectos.
    - Demandas, Ofertas y Transferencias Tecnológicas
    - Plan de Presupuesto de Ciencia y Técnica
    - Servicios Científico Técnicos.
2. **Gestión de Innovación**
    - Consejo Técnico Asesor
    - Comisión de Ciencia y Técnica.
    - Organizaciones de apoyo de Ciencia y Tecnología. ANIR, BTJ, FORUM y Generalización de los Resultados
    - Plan de eventos.
    - Propiedad Intelectual e Industrial.
3. **Gestión de Medio Ambiente.**
    - Conservación del medio ambiente en las instalaciones deportivas.
    - Control de sustancias agresoras de la Capa de Ozono.
    - Portadores Energéticos y residuales Líquidos y Sólidos.

Explicación de cada uno de los indicadores que conforman el diseño del SGCIT para las diferentes actividades de gestión del programa de ciencia e innovación tecnológica y medio ambiente en el deporte.

1. **GESTIÓN DE LA CIENCIA.**

Política y Estrategia de Ciencia e Innovación Tecnológica. La Política le permite a la organización mostrar las prioridades y el interés por cumplir con lo

establecido en la legislación nacional, así como organizar y gestionar adecuadamente las actividades científicas y técnicas que desarrolla. Esta se define como el conjunto de disposiciones y el ordenamiento, que a determinado nivel de dirección se adopte, con el objetivo de fomentar la actividad científico tecnológico como un valor económico y de progreso social.

En la Estrategia se establecerán las acciones para cada uno de los Subsistemas organizativos, sus lineamientos rectores, además de enfocar y encauzar el trabajo con el fin de llevar adelante todo el proceso de organización, implantación y perfeccionamiento de la actividad de Ciencia e Innovación Tecnológica.

Objetivo del Programa de Ciencia, Innovación Tecnológica y Medio Ambiente. Los objetivos del SGCIT, son declaraciones cuantitativas o cualitativas de las aspiraciones del sistema trazado a conseguir en el etapa en se planifica en cuestión dentro de la organización, representando la meta que se persigue, prescribiendo un ámbito de eficacia y eficiencia definido que determinan la dirección de los esfuerzo de cada uno de los miembros de la organización.

La formulación adecuada de los objetivos reviste una gran importancia ya que de ello dependen las acciones que se tracen para dar solución a las distintas partes que componen el sistema de gestión y en su conjunto. Es conveniente definirlos después que se haya elaborado la política científica y la estrategia de la organización.

Plan de Ciencia e Innovación Tecnológica. El Plan de Ciencia e Innovación Tecnológica es parte integrante del Plan de la Economía Nacional y por lo tanto, la elaboración del primero debe realizarse sobre la base del segundo, y aunque no siempre están definidas las proyecciones concretas de desarrollo a un plazo más o menos largo, a pesar de ello el país posee lineamientos estratégicos generales muy bien definidos, que permite orientar el planeamiento de la ciencia y la tecnología basándose en dichos lineamientos y en los ajustes operativos que va realizando la economía nacional.

Programa Científico Técnico. Los programas científico-técnico son aquellas actividades científico-técnica decisivas, cuyos resultados y recursos se planifican para asegurar las principales líneas del desarrollo económico y social; mediante su

ejecución se contribuye a lograr, de la forma más integral posible, la elevación de la eficiencia y el nivel científico y tecnológico apropiado en distintas esferas de la vida económica y social.

El Sistema de Ciencia e Innovación Tecnológica ha incorporado varios instrumentos y organizaciones con el objetivo de interconectar los componentes necesarios a través de la interface. En tal sentido nos referimos a los programas científico-técnico, Fórum de Ciencia y Técnica, a la ANIR y las BTJ.

Proyectos. Se conforman y responden a los segmentos u objetivos de cada programa. El proyecto diseña, ejecuta y controla sus presupuestos en el ámbito de las Direcciones, Departamentos, Grupos Operacionales y/o Jefes de proyectos. Los Proyectos tienen un principio y un fin; los programas se van superando cualitativamente. Ambos se modifican cuando se cumple los objetivos. Son sistemas abiertos perfectibles.

Todos los Programas y Proyectos, deben contar con un financiamiento y entrañan un análisis de factibilidad. Aunque somos una organización con una finalidad eminentemente de carácter social, no solo podemos aspirar a una cultura de cómo gastar, sino también de cómo disminuir la carga al presupuesto del Estado. La inversión se realiza para obtener un retorno como resultado de un beneficio social de impacto y/o de reingreso y ganancia financiera, por lo que deben ser controlados los mismos por el responsable del programa.

Demandas, Ofertas y Transferencias Tecnológicas. El SGCIT entre otras tareas tiene la de regir y controlar toda la actividad de Demanda, Oferta y Transferencia de Tecnologías, tratando, dentro de lo posible, que estas sean tecnologías de avanzada y limpias, que sean tecnologías blandas y duras, para su generalización y aprovechamiento. Las Ofertas y demanda de la ciencia y la técnica conllevan a resolver problemas puntuales de investigación. Esta actividad requiere ser dirigida por la Dirección de Ciencia y Tecnología al más alto nivel del organismo y en su estructura estará conformada por toda la oferta y la demanda que se requiere de cada proceso del deporte (alto rendimiento, recreación, educación física y cultura física). Para dar cumplimiento a esto debe crear un

vinculo entre la Dirección de Ciencia y Tecnología con la Facultad de Cultura Física, para un estricto control sobre las misma y la evaluación.

Plan de Presupuesto para Ciencia y Tecnología. Este punto se crea para la planificación, obtención y control, del presupuesto del organismo o de financiamientos externos, para la ejecución de las actividades de ciencia e innovación tecnológica, entre las que se destaca la evaluación y control de los Programas y Proyectos de I+D e Innovación que se presenten en el organismo o instituciones, así como las posibles transferencia de tecnologías es de carácter obligatorio su planificación desglosado por cada aspecto que el mismo posee.

El esta planificación del financiamiento de las actividad de Ciencia y Técnica en un presupuesto por la entidad favorece el resultado final del SGCIT, lo que conlleva a su elaboración y aprobación por parte de la dirección de los centros y los departamentos económico. Llevándose además el control de su ejecución.

Servicios Científicos Técnicos. Los servicios científico - técnicos comprenden las actividades científico - técnicas excluidas de I+D y que no aportan nuevos conocimientos, sino que aplican los preexistentes. Sus funciones se refieren a hacer posible la aplicación y el desarrollo de las restantes actividades científicas y tecnológicas y no por ello debe subestimarse su importancia, pues sin ellos no estaría completo el SCIT. Deben tenerse en cuenta los Servicios de Consultoría, Ingeniería y Asistencia Técnica, que son aquellos que están orientados a solucionar problemas específicos de usuarios concretos productores de bienes y servicios, utilizando para ello conocimientos científico - tecnológicos preexistentes. En ellos pueden estar presentes las actividades de Gestión Tecnológica, Interfase y Servicios científico - técnicos específicamente.

2. GESTIÓN DE LA INNOVACIÓN.

Consejo Técnico Asesor. El Consejo Técnico Asesor del Deporte (CTAD), se constituye en cada uno de las direcciones de municipios y provincial, contribuyendo al asesoramiento de las estructuras de dirección en el territorio en la toma de decisiones relacionadas con la actividad científico-tecnológica desarrollada en el deporte, para lo cual coordinará y controlará los esfuerzos de las principales entidades de la organización.

El CTAD, tiene como encargo el de propiciar, estimular y controlar a ese nivel la ejecución de las actividades científico-tecnológicas que se desarrollan en toda la organización e institución, como vía para elevar la eficiencia, eficacia, competitividad de productos y servicios y el mejoramiento de la calidad de vida de nuestro pueblo en base del desarrollo y la sostenibilidad en el deporte.

Comisión de Ciencia y Tecnología. La comisión de Ciencia y Tecnología, es el órgano rector colectivo quecumple la función asesora y consultiva para la toma de decisiones asociadas al desarrollo actual y futuro del Sistema de Cultura Física y Deporte (SCF y D) a nivel territorial, promoviendo la integración del potencial científico técnico existente. Como órgano rector para el trabajo de Ciencia y la Tecnología, acorde a la política del INDER y los lineamientos pertinentes del CITMA, vela por el cumplimiento de la Estrategia de Ciencia y Tecnología del Territorio. Su creación además, propone y organiza los trabajos evaluados para los eventos de Ciencia y Técnica del organismo, así como vela por la generalización de los resultados de los mismos, adecuándose estos a las necesidades del Sistema de Ciencia y la Innovación Tecnológica de la institución en cuestión. Se convoca para analizar los temas específicos solicitados por el Consejo Técnico Asesor.

Organizaciones de apoyo a la Ciencia y Tecnología. ANIR, BTJ, FÓRUM y Generalización. Este aspecto de la Ciencia y Tecnología está relacionado con la Integración que existe entre las BTJ, ANIR y el Movimiento del FORUM; dentro de la cual se destaca toda la actividad científico-técnica y resultados de los investigadores. Es además dentro de la organización, la que promueve, orienta y controla todo el talento y la iniciativa creadora de todos los trabajadores e investigadores, guiándolos hacia la búsqueda de soluciones útiles y novedosas que resuelven disímiles problemas, ya sean económicos, sociales, de servicios o de defensa de nuestra soberanía e independencia.

La organización debe promover la celebración de Fórum de Ciencia y Técnica, dirigidos las soluciones a los problemas que afectan el cumplimiento de sus objetivos estratégicos, promoviendo la participación de sus propios trabajadores y de entidades externas que puedan aportar nuevas tecnologías. También, la

participación de todos los trabajadores del organismo en los eventos científico técnicos organizados por otras instituciones constituye una fuente importante de adquisición de nuevos conocimientos y tecnologías. Esos eventos permiten tomar acuerdos para organizar objetivamente los planes de generalización de los resultados internos aportados, así como las tecnologías factibles de transferir desde el exterior con el consiguiente ahorro de esfuerzos y recursos; además, permite corregir sistemáticamente los objetivos de trabajo del SGCIT en función de los objetivos estratégicos del organismo.

Plan de eventos. El Plan de Eventos Científico-Técnico del organismo constituye una herramienta, en el que se plasman todos los eventos a realizar en la entidad del organismo durante todo el periodo en que se planifiquen dichos eventos; se controla además la participación y resultados de los eventos en que se participen desde la base hasta la nación y fuera de la entidad.

Propiedad Industrial. La Propiedad Intelectual es la categoría que alude al sistema mediante el cual se controlan, registran y protegen legalmente los resultados novedosos y distintivos resultantes del quehacer en la actividad científica, tecnológica y práctica de un individuo o de un colectivo, que pueden demostrar la paternidad, originalidad e importancia de lo nuevo alcanzado y su factibilidad comercial, así como la imagen de nuestros atletas. De igual forma, aludirá la protección a derechos de terceros.

El Sistema Interno de Propiedad Industrial tiene como máximo objetivo dentro del organismo, la protección a partir de las legislaciones internacionales y nacionales vigentes, así como de los procedimientos creados por el sistema nacional sobre Propiedad Intelectual, de los resultados científicos y tecnológicos, así como, las marcas, nombres y lemas comerciales, emblemas empresariales y rótulos e establecimientos con valor tecnológicos y comercial, resultantes de la actividad creadora del organismo en todas sus dependencias, o las obtenidas por el acuerdo entre cualquier entidad del organismo.

3. GESTIÓN DE MEDIO AMBIENTE.

Se tratará a partir de los objetivos previstos, por nuestro programa que se encamina a la derivación de los objetivos y acciones estratégicas de los

documentos nacionales, siempre traducidos a la contextualización de la dimensión ambiental en la Cultura Física, que no solo busca la protección, el cuidado y la mitigación del impacto ambiental del practicante sobre el entorno, sino también en la potenciación del carácter humanista de la Cultura Física, tal como reza en los postulados martianos de nuestro proyecto social.El organismo, como toda otra entidad del país, está llamada a desarrollar un control riguroso para el ahorro y uso eficiente de los portadores energéticos y el agua, como parte de. La política de protección del Medio Ambiente.

4. **Documentos rectores del SGCIT.**

Para confeccionar los documentos rectores del sistema, se debe revisar la base jurídica y metodológica establecida nacionalmente y del organismo y a partir de ella se confeccionarán los documentos y procedimientos principales. Debe ser definida la estructura organizativa, las funciones, atribuciones y responsabilidades del Departamento de Ciencia e Innovación Tecnológica encargado de esta tarea, así como sus áreas de influencia. Se establecen los objetivos, criterios de medidas y plan de acción del trabajo para desarrollar los diferentes grupos de gestión del SGCIT. Se determinan las actividades que requieren ser procedímentadas y controladas, para proceder a la confección de los procedimientos y registros. Es imprescindible que todas las áreas definan objetivamente cuáles son las actividades, las implanten y las usen adecuadamente; ello servirá para la capacitación del personal, la estandarización de las actividades y como base tecnológica informativa, ellas se mantendrán como conocimiento perdurable y con posibilidades de mejora continua.

Documentos que hacen posible la implementación del Sistema:

- ✓ Manual de procedimiento para el control y evaluación del programa de Ciencia y Tecnología en el deporte.
- ✓ Objetivo y criterios de medida del programa.
- ✓ Estrategia Integrada de Ciencia, Innovación Tecnológica y Medio Ambiente
- ✓ Guía para la evaluación del Sistema de Gestión
- ✓ Política Científica.

5. **Sistema informativo para la Ciencia e Innovación Tecnológica.**

Para este sistema, el Departamento de Ciencia e Innovación Tecnológica debe diseñar y establecer los modelos de información de cada una de las actividades a registrar y controlar, teniendo en cuenta los indicadores de medida seleccionados en éste diseño. El SGCIT requiere que exista una información constante y fluida, entre todos los municipios y centros provinciales, así como las diferentes subdirecciones provinciales y departamento que generen información para la toma de decisiones del organismo con el Departamento de Ciencia e Innovación Tecnológica; las informaciones deben ser veraces, enviadas en las fechas establecidas, en los modelos establecidos, y con el formato establecido, lo que permite una adecuada fiabilidad de la información y disciplina informativa.

6. **Control e Inspecciones.**

Todo sistema de gestión requiere de un sólido sistema de control e inspección, para controlar el cumplimiento de los procedimientos establecidos en los manuales que se elaboran al efecto, el comportamiento y repercusión de los indicadores de medida y como se desarrolla el SGCIT en cada área del organismo.

7. **Estimulación y Reconocimientos.**

La estimulación de los resultados alcanzados, ya sea por las personas o por alguna organización interna del organismo, guarda gran importancia. El SGCIT debe establecer las bases para otorgar reconocimiento político, social y material (siempre que se pueda), a los trabajadores en los eventos científicos y técnicos que se desarrollen a todos los niveles. Debe ser responsabilidad de las administraciones controlar su estricto cumplimiento, incorporar las partidas necesarias en el presupuesto general y controlar su ejecución.

La idea principal en que radica la concepción de la estructura, es que la Tecnología y el Medio ambiente no pueden ser analizados de forma separada, puesto que la interacción entre ambos es muy elevada. La tecnología tiene que velar por la protección del Medio ambiente (nuestros atletas en este caso), y a la vez encontrar vías para su recuperación, allí donde haya sufrido afectaciones, mediante la aplicación de tecnologías.

La nueva organización de la estructura permitirá, a través de las acciones de la Estrategia Integrada de la Ciencia, la Innovación, la Tecnología y el Medio ambiente, coordinar la gestión integrada del SCIT de la Provincia y propiciar su desarrollo sostenible, de conjunto con el FORUM, la ANIR, BTJ.

La elaboración de la Estrategia Integrada de Ciencia, Innovación Tecnológica y Medio ambiente, constituyó un proceso de reflexión y debate, coordinado por el CITMA (aprobación), basado en su rigor y los objetivos que nos proponemos para su cumplimiento y en su la amplia consulta por los expertos del organismo, en la realización de los diferentes talleres, reuniones y debates de ponencias con los principales representantes del SCIT para la determinación de las prioridades en provincia, con los objetivos estratégicos y áreas claves del desarrollo de la provincia.

El proceso participativo para la elaboración de la nueva Estrategia del organismo, permite establecer una red cooperativa entre todos los agentes del SCIT competentes y necesarios (jefes de programas, subdirectores, asesores, universidad del deporte, municipios, organizaciones), para promover la iniciativas e innovaciones que propiciaran el equilibrio entre la oferta del sector científico y la satisfacción de la demanda del nuestro, con el objetivo de propiciar el desarrollo deportivo y sostenible del deporte en Villa Clara, en función de los resultados deportivo y la calidad de vida de la población.

La propuesta de la Estrategia es consultada al Consejo Técnico Asesor Provincial en el Deporte, órgano colectivo que rige la política de la Ciencia, la Innovación Tecnológica y el Medio ambiente en Villa Clara, en función de propiciar la toma de decisiones del Organismo. A partir de su aprobación, la Estrategia constituye un documento de trabajo para el organismo.

Ello constituye un hecho sin precedentes e indicativo por el grado de reconocimiento al Deporte en la Provincia y por la importancia que conlleva poder implementar las acciones de la estrategia para el desarrollo de la Ciencia y la Innovación Tecnológica en el territorio.

Conclusiones

1. La implementación del Sistema de Gestión en Ciencia e Innovación Tecnológica, es poder aportar de manera precisa al desarrollo sostenible, es alcanzar y utilizar la tecnología para lograr ventajas competitivas y deben, por lo tanto, adquirir las capacidades y habilidades suficientes que les permitan responder a los retos y problemas de la sociedad, a la producción y comercialización de nuevos procesos, productos o servicios, así como prever y asimilar el impacto de las innovaciones.

Recomendaciones

1. Utilizar este material para su aplicación en todas las provincias y en los centros provinciales vinculados al deporte en los territorio.
2. El sistema de gestión de la ciencia y la innovación tecnológica, caracterizado por su flexibilidad, la posibilidad de mejorar continuamente, su pertinencia, racionalidad y generalidad, permite ser utilizado en otras Direcciones Provinciales de Deporte del País.

Bibliografía.

1. Aroche Pérez, Osmel. Aspectos legales del proceso de Transferencia de tecnologías. Experiencias de la Provincia de Villa Clara. -- Santa Clara: CIGET,1998.
2. Agencia de Información para el desarrollo, CITMA. Bases para la introducción de la gestión del conocimiento en Cuba. La Habana, 2001.
3. Alcón S, Fornasaria A, Gómez N y Nardi A. El concepto de calidad total aplicado a un centro de información. IV Encuentro para la Integración de Bibliotecas y Centros de Documentación de las Fuerzas Armadas. Buenos Aires, 1993.
4. Austin, N. Y Peters, T. Pasión por la excelencia. Características diferenciales de las empresas líderes. Editorial Ciencias Sociales, La Habana, 1977.

5. Bartlett, CA y S Ghoshal. Características que provocan una diferencia. HSM Management, No 9, año 2. Editorial Savana. Sao Paulo, 1998. Camisón, C. Recursos intangibles y capital intelectual. Disponible en http://www.gestiondelconocimiento.com
6. Cañedo, R. Elementos conceptuales útiles para la implementación de los sistemas de calidad. ACIMED, Suplemento 15, 1999. Capote, E. Surgimiento y evolución de la política científica y tecnológica en Cuba (1959-1995). CITMA, La Habana, 1996.
7. Casate, R y colectivo de autores. Ripit, un servicio de información en línea. Tercer Congreso Iberoamericano TECNOGEST. La Habana, 2003
8. Colectivo de autores. Dirección por objetivos y dirección estratégica: la experiencia cubana. Compendio de artículos del CCED del MES. La Habana, 1998.
9. Colectivo de autores. Gestión tecnológica y competitividad. Editorial Academia. La Habana, 1995.
10. CITMA (b) (2001): Política Nacional de Ciencia e Innovación Tecnológica. Documentos Rectores. CITMA, La Habana.
11. CITMA (2001): Ciencia e Innovación tecnológica (Documentos rectores), La Habana.
12. Codorniú Pujals, D (1998): Ciencia e Innovación Tecnológica en Cuba. Estado actual y Proyecciones. Seminario Iberoamericano sobre Tendencias modernas en Gerencia de la Ciencia y la Innovación Tecnológica. IBERGECYT´ 98, mayo, Varadero; pp. 1-22.
13. Codorniú Pujals, D. (1999): Ciencia e Innovación Tecnológica en Cuba. Estado actual y Proyecciones. Monografía. internet
14. Castro Díaz Balart, F. (2000): Ciencia e innovación: un reto de la industria cubana más allá del 2000. Tesis de Doctor en ciencias, abril, La Habana.
15. CITMA (1997): La Ciencia y la innovación tecnológica en Cuba (Bases para su proyección estratégica). Proyecto, La Habana, diciembre.
16. CITMA(a) (2001): Sistema de Ciencia e Innovación Tecnológica. Documentos Rectores, CITMA, La Habana.

17. CITMA. La Habana, ediciones de 1996, 1997, 1998,1999, 2000,2001.
18. Courtial, J., Sigogneau,A. Y Callo, M. Identifying strategic science and technologies trough scientometrics. Scientometrics 22, p 337-371.
19. Cuesta, A. Análisis y proyección de los recursos humanos. Editorial Academia. La Habana, 2002.
20. Cuesta, A. Gestión de competencias. Editorial Academia. La Habana, 2001.
21. Cuesta, A. Hacia una organización que aprende: Una experiencia cubana. Tercer Congreso Iberoamericano TECNOGEST. La Habana, 2003.
22. Currás E. Caos y orden en las organizaciones del conocimiento. Ciencias de la Información. No 27 (4) p 239-259, 1996.
23. Deming, E. Calidad, productividad y competitividad. La salida de la crisis. Editorial Díaz de Santos. Madrid, 1989.
24. Drucker, P. El éxito en la economía del conocimiento. Disponible en http:// www.druker/marco.htm
25. Estrategia de Integrada del SCIT del INDER. Villa Clara. Documento que circula en la provincia para el programa de ciencia e innovación tecnológica 2004-2008.
26. Echeverría, R. La empresa emergente, la confianza y los desafíos de la transformación. Editorial Granica, Buenos Aires, 2000.
27. Faloh, R. Las interfaces en Cuba: recurso para la innovación. Editorial Academia, La Habana, 2000.
28. Fernández J. Los campos de acción de la gestión del conocimiento. Capital Humano No 124, p 5 -64, 2000.
29. Fernández, M. Gestión del conocimiento o más simplemente gestión. Tercer Congreso Iberoamericano TECNOGEST. La Habana, 2003.
30. Fernández, M. Innovación tecnológica y competitividad. Fundación Friedrich Ebert. Oficina para el Caribe. México, 1997.
31. Folleto de 100 pregunta sobre la ANIR, 2007

Título: Trabajo de generalización. Una escuela deportiva de nuevo tipo

Autores: M.Sc. Félix Pérez Rodríguez
M.Sc. Osvaldo Vento Montiller
Institución: INDER
País: Cuba

RESUMEN

En el curso escolar 2005/2006 en la reunión de Directores de EIDE, desarrollada en la EIDE "Ormani Arenado" de Pinar del Río, se impartió la conferencia "La escuela deportiva cubana: un enfoque de procesos", donde se expuso la vida de la escuela organizada en 10 procesos formativos.

A partir de ahí, cada año, en los seminarios nacionales se trata el tema ya con la experiencia incorporada de:

⇒ Haber experimentado el sistema de procesos en las EIDE de VCL y HOL durante tres cursos.

⇒ El integrar los procesos hasta dejar 4 procesos sustantivos: formación general, formación deportiva, formación político-ideológica, en valores y ciudadana y formación de una cultura de salud, cada uno con sus indicadores.

⇒ El haber generalizado el tema para las EIDE, ESFA y EPEF, el cual aparece en los libros de los seminarios nacionales.

⇒ El haber definido teórica y metodológicamente las bases institucionales y organizativas de las escuelas deportivas como "escuelas especiales", trabajo que no tiene antecedentes en el sistema deportivo.

Informes parciales del trabajo se han presentado en otros eventos del fórum y en el III Evento AFIDE.

INTRODUCCIÓN

Los antecedentes de este trabajo datan del curso escolar 2005/2006, en la reunión de Directores de EIDE, realizada en EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río, se impartió la conferencia “La escuela deportiva cubana, un enfoque de procesos”, en dicha exposición se fundamentaban tres ideas:

- La formación del atleta es multifactorial, por las características de la actividad para la cual se prepara.
- La EIDE no puede ser una escuela de educación general con el deporte incluido sino que hay que pensarla y diseñarla como una escuela especial.
- El enfoque de procesos en las escuelas deportivas garantiza una visión holística de la actividad que tiene que ver con el objetivo de formación integral de los atletas.

Basado en esas hipótesis se fue desarrollando una experiencia formativa en las EIDE de VCL y HOL y la práctica durante del curso escolar 2006/2007 en que se realizó un evento metodológico en la EIDE de VCL al que se invitó a las demás escuelas de este tipo. Se resumieron y generalizaron las experiencias, las que se aplicaron en 2007 a 2009.

En 2010/2011 aparecen en el libro del seminario nacional de ese año 10 procesos que fueron los siguientes:

- Dirección y educación jurídica.
- Formación político-ideológica, moral y en valores.
- Formación cultural y laboral.
- Formación deportiva.
- Nutrición.
- Sueño-descanso.
- Recreativo
- Higiénico sanitario y de educación sexual.
- Relaciones escuela, familia, comunidad.
- Educación económica y energética.

La apertura de 10 procesos se hizo para facilitar el dominio de los contenidos de los mismos.
A este tema se le dio seguimiento durante los cursos 2011-2012-2013-2014 hasta la actualidad.

DESARROLLO

En la actualidad es muy frecuente escuchar la palabra proceso, referida a la actividad de dirección.
En las escuelas deportivas de formación de atletas y docentes (EIDE-ESFA y EPEF) se han puesto en vigor los procesos como generalización de los elementos anteriores, los cuales aparecen en los libros de los seminarios nacionales insertados en las Indicaciones del Presidente del INDER o en el tema de trabajo político-ideológico que se actualiza cada curso escolar.
En el curso escolar 2016/2017, que está en su fase final, se destaca el papel que en las escuelas desempeñan los siguientes elementos:

- Ejemplo autoridad y conocimiento de los dirigen.
- Institucionalidad.
- Imagen social.
- Protagonismo de los organismos políticos y las organizaciones de masa.

Así mismo se destaca el papel del grupo de trabajo político-ideológico, la educación en valores y la lucha contra la subversión político-ideológica y la cátedra martiana en la cohesión de la labor educativa de las escuelas.

Los procesos se han integrado en cuatro que incluyen a las áreas fundamentales de la formación. Ellos son:

1. Formación cultural general.

   Se desarrolla a través de las asignaturas del plan de estudios, de las actividades de la biblioteca, el trabajo independiente, el estudio individual y la educación informal que se da en la fuerza, la radio y la actividad cultural. Sus indicadores son:

   - Resultados del aprendizaje de las asignaturas.

- Resultados de las evaluaciones de las clases visitadas a los profesores.
- Conocimiento de la historia de la escuela, biografía del mártir o hecho histórico que honra a la escuela.
- Calidad de la expresión oral, lectura en voz alta, ortografía, caligrafía y autorización.
- Avances en los modos de actuación en su vida escolar y comunitaria.
- Superación en cuadros, funcionarios y docentes.

2. Formación deportiva.
   - Resultados de los atletas en el entrenamiento deportivo.
   - Resultados competitivos.
   - Resultados de las clases visitadas a los profesores.
   - Conocimientos de la historia del deporte, reglas y arbitraje, conducta ética, dominio en la observación como métodos y disciplina personal, glorias deportivas, entre otras.

3. Formación político-ideológica en valores y ciudadana.

   Es un proceso que se manifiesta en toda la vida escolar y social a través de conductas y actuaciones donde se incluye la dignidad, el patriotismo, el humanismo, la solidaridad, el antimperialismo, la responsabilidad, la laboriosidad, la honradez, la honestidad, la justeza, la valentía, la firmeza y la combatividad. Es transversal a todas los demás y a la labor instructiva y educativa de la escuela, sus indicadores son:
   - Participación activa en las actividades de la escuela y la comunidad.
   - Resultados docentes y deportivos.
   - Evaluación positiva en cada uno de los valores.
   - Actitud y actuación responsable y espíritu científico.
   - Vinculación de la escuela, la comunidad y la familia.
   - Disciplina, organización, presencia personal y relaciones humanas.

- Condiciones de liderazgo (indicador informativo para uso de la dirección de la escuela).

4. Formación de una cultura de salud.

   Una cultura de salud significa el conocimiento de sí mismo en lo físico y en lo psíquico, tener hábitos de vida saludables, en la alimentación, higiene personal, sueño-descanso, recreación, rechazo a las sustancias tóxicas.

   Este proceso es soporte de todos los demás.

   Los indicadores específicos son:

   - Estado de salud y conocimiento de los sistemas de su cuerpo.
   - Hábitos higiénicos sanitarios.
   - Hábitos alimenticios.
   - Calidad de sueño.
   - Hidratación (calidad y cantidad de agua o líquido que ingiere).
   - Intereses recreativos.
   - Intereses culturales.
   - Conducta sexual sana.
   - Sociabilidad.
   - Peso, talla, vitalidad acuerdo a su edad.

Desde el punto de vista evaluativo se realizará el control de cada estudiante -atleta por equipo deportivo y deporte, que son las bases organizativas y evaluativas de los estudiantes atletas y por lo tanto el núcleo organizativo central y estable de las escuelas.

Todo lo que se haga es por fortalecer la formación educativa de la escuela a través del deporte, de ahí, que el atleta con más dificultades, el equipo deportivo más débil y el deporte de peores resultados serán los que tengan la mayor atención educativa en las escuelas.

Todos los procesos se analizan en su unidad que son las estructuras formales (atleta/ equipo deportivo/ deporte) donde cada estudiante-atleta tiene más sentido de pertenencia y por tanto mayor significación.

Aún en el grupo docente, donde necesariamente coexisten estudiantes-atletas de varios deportes, se realizan los análisis individuales por equipos y deporte. Se cumple así un principio pedagógico de la unidad de la teoría con la práctica.

En el proyecto de la escuela deportiva cubana, está la realización de actividades metodológicas conjuntas entre profesores de deportes y de formación general para el intercambio de saberes y análisis didácticos de contenidos que tienen afinidad y deben tratarse de forma integral y no segmentada.

Los órganos de dirección, técnicos y de apoyo (Consejo de Dirección, Consejo Técnico, Cátedra Martiana, Grupo de trabajo político-ideológico, educación en valores y lucha contra la subversión político-ideológica) que son factores de influencia en los estudiantes-atletas y trabajadores, trazan estrategias de trabajo coherentes y valoran los resultados.

Un problema que la pedagogía deportiva actual asume aún con cautela, es el de las NTICs, por la promiscuidad y tendenciosidad de la información.

En tal sentido la escuela deportiva debe asumirlo como una fortaleza y no como amenaza, por lo que si se trabaja y se logra crear un cliente o consumidor crítico, con una base cultural y política más sólida, no será víctima por ignorancia, de no saber dónde está la verdad.

Otra línea de acción a asumir en la superación es la actualización pedagógica de los claustros, unida al desarrollo de la creatividad y a la ampliación de la cultura general de los profesores de deportes y la cultura deportiva de los profesores de formación general, la que debe incluir los aspectos relativos a la educación en valores, la formación político-ideológica y la salud de los atletas, ya que estas escuelas, por sus características demandan profesores con una cultura general más amplia.

De la misma forma, el sistema de dirección tiene que ser en lo estratégico proyectivo y formativo integrador y en lo táctico con un enfoque de procesos.

A partir del curso escolar 2017/2018 se debe iniciar un trabajo dirigido a lograr que los proyectos de vida de los estudiantes sean un instrumento formativo que rija sus actividades presentes y futuras. Este será un proceso en el que debe ganarse cultura y experiencia pedagógica para lograr un desarrollo del sentido de la vida de los estudiantes-atletas que se encause por objetivos motivados y constructivos.

Una línea de actividad que se propone a las escuelas es la “extensión escolar a la comunidad” que se concreta en realizar topes y exhibiciones deportivas en las comunidades, con explicación de aspectos como la historia del deporte de que se trate, cómo ha sido su desarrollo en Cuba, quiénes son sus campeones (municipales, provinciales y nacionales), lugares que ocupa la provincia en el país y éste en Centroamérica y el caribe, la región panamericana, el mundo y las competencias olímpicas.

Esto se puede acompañar de exposiciones de libros deportivos, presentaciones culturales y otras actividades.

El combinado deportivo, que es la institución de base del deporte cubano de donde proceden los estudiantes-atletas de las escuelas deportivas y donde viven las familias de los mismos, tiene una tarea importante que es la de mantener el vínculo escuela-familia-comunidad, para lo cual las escuelas deportivas deben aportarle los datos del resultado de los estudiantes-atletas en cada proceso y en su evaluación general, así como propiciar a la escuela datos actualizados de la familia para el trabajo diferenciado con ella.

La escuela deportiva tiene una unidad de superación que es la responsable de superar y actualizar mediante cursos, seminarios, pasantías y otras formas, los conocimientos de los profesores de las áreas deportivas, que son los que nutren cada año la matrícula de las escuelas.

En este mismo sentido las ESFA (Escuelas Superiores de Formación de Atletas) deben superar a los docentes de las EIDE, en sus unidades de superación que tienen creadas.

El trabajo de ciencia y técnica se ha dirigido a la investigación de diagnóstico científico de sus problemas y al planteamiento de soluciones, bien como innovaciones, tareas de desarrollo, transferencias tecnológicas, etc.

Las escuelas, aparte de sus procesos formativos tienen procesos de apoyo tales como: economía y aseguramiento técnico-material, planificación y dirección, trabajo metodológico y organización escolar, los cuales garantizan la vitalidad del funcionamiento y organización de la vida en las mismas, la cual debe desarrollarse en un entorno agradable, alegre, creativo, laborioso y comunicativo.

CONCLUSIONES

- El diseño de la escuela deportiva cubana, como una escuela especial, incluye la existencia de cuatro procesos formativos: formación cultural general, deportiva, político-ideológica, en valores y ciudadana y de una cultura de vida saludable y los que se realizan a través de procesos de aseguramientos como: planificación, dirección y organización escolar, económico, técnico material y trabajo metodológico.
- Es imposible concebir la escuela deportiva aislada, ella es parte de una red que tiene su fuerte nutrición en el área deportiva donde sus mejores estudiantes-atletas van a las EIDE, que a la vez envía a sus prospectos a las escuela superiores de formación de atletas que es la que aporta los atletas a los equipos nacionales.
- El perfeccionamiento de esa red tiene como base el establecimiento y cumplimiento de los parámetros de calidad que deben cumplir los atletas para transitar de un novel a otro, para lo cual es condición sine qua non, la eficiencia de cada uno de esas escuelas.

RECOMENDACIONES

- Generalizar y sistematizar los resultados de la red de escuelas deportivas cubanas como resultado fundamen6tal de la práctica de este trabajo.
- Organizar la superación de los directores y subdirectores de las escuelas deportivas en el dominio de este modelo de actuación y acción pedagógica.
- Continuar el perfeccionamiento de los procesos formativos y evaluar por los resultados docentes, deportivos, de valores y conduct5a de los atletas

BIBLIOGRAFÍA

1) Álvarez Zayas, Carlos M. – Hacia una escuela de excelencia. Editorial Academia. LHA 1996.
2) _____ - La escuela en la vida. Editorial Pueblo y Educación. LHA 1999.
3) Carbonell del Río, Esperanza – Las estructuras colaborativas. El tránsito de las estructuras jerárquicas a las estructuras colaborativas. Editorial Félix Varela. LHA 2011.
4) Castro Alegret Pedro L. – Preparar a la familia para la educación sexual y la prevención contra el VIH-SIDA. Fondo de Naciones Unidas, 2006.
5) Fabelo Corzo, José Ramón - Los valores y sus desafíos actuales.
6) García Fernández, Elia – Hacia una pedagogía interactiva. Revista acción No. 5, 2007.
7) Suárez Tamayo Hilda – Diccionario de la lengua Española. Deportivo. Editorial Deportes 2007.
8) Hernández de Osaba, Juan A. – Pequeña enciclopedia olímpica y de la Cultura Física. Editorial Científico-Técnica 2009.
9) Rodríguez Álvarez, Maritza – Pedagogía. Selección de Lecturas. Editorial Deportes 2008.
10) Román Suárez, Iván – Preparación de fuerzas, aspectos más polémicos. Editorial Deportes 2014.
11) Romero Fernández, René J. – Becali Garrido, Eduardo A. – Metodología del entrenamiento deportivo: La escuela cubana. Editorial Deportes 2014.
12) González Silvia – Una aproximación a la pedagogía no directiva. Revista Acción No. 6 2007.
13) Zaldívar Pérez, Bergelino - ¿Qué se entrena? Base filosófica de la adaptación al entrenamiento deportivo. Editorial Deportes 2011.
14) Vigostky, LS - Interacción entre enseñanza y desarrollo. (En selección de lecturas de Psicología de las edades T III U.H. 1988).

Título: Aplicación de las herramientas tecnológicas multimedia para la enseñanza y el aprendizaje de las ciencias del deporte

Autores: Julián Hernández Domínguez, julian@uci.cu

Cecilia U. Gutiérrez Guerra. cecilia@uci.cu

Institución: Universidad de las Ciencias Informáticas. Carretera a San Antonio de los Baños km ½. julian@uci.cu

País: Cuba

Resumen

Las herramientas tecnológicas multimedia para el análisis de movimiento son imprescindibles en la Educación Física, así como su integración a entornos educativos y otros programas. La presente investigación tiene como objetivo aplicar una herramienta tecnológica multimedia para el análisis de movimiento que facilite el trabajo colaborativo desde entornos educativos en la carrera de Ingeniería en Ciencias Informáticas. Se valoran varias herramientas de análisis de movimiento, sus servicios y limitaciones. Se propone un enfoque metodológico mixto de manera que las limitaciones de una estrategia puedan solventarse con las potencialidades de la otra. Los principales resultados esperados incluyen el rediseño de los programas de la disciplina Educación Física vigentes, la elaboración de recursos educativos digitales mucho más efectivos, la inclusión de metodologías activas en el proceso, la implementación del programa en la plataforma educativa y el replanteo de un sistema de evaluación, acorde a las necesidades del plan de estudio E de la carrera de Ingeniería en Ciencias Informáticas. Para demostrar la factibilidad de la investigación se realizará un cuasi experimento que refuerza el valor del proyecto de investigación.

Palabras clave. Tecnología de video, Comunidades virtuales de aprendizaje.

Introducción

Para mejorar la calidad en la enseñanza y el aprendizaje en las ciencias de la educación se adquieren compromisos y exigencias que implanta el Ministerio de Educación Superior en Cuba, entre ellos la introducción de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC).

Las tendencias internacionales más importantes desde el punto de vista tecnológico se mueven en torno a la estandarización de las herramientas tecnológicas para su utilización en el proceso de enseñanza – aprendizaje, y para modelar a través de ellas las competencias más importantes que debe alcanzar un estudiante y un profesor preparado para las exigencias informáticas del mundo de hoy y del mañana previsible.

La revisión de estudios sobre las herramientas tecnológicas multimedia (HTM) para el análisis de movimiento en el ámbito educativo es necesaria en la medida en que la información en la Web 2.0 ha generado un debate fuera de la institución educativa y amplias expectativas dentro de ella. El interés reside en describir, interpretar y mejorar el modo en que el estudiante aprende a través de las TIC.

El análisis de video para estimación del movimiento humano está recibiendo cada vez más atención de los investigadores. Este interés está motivado por un amplio espectro de aplicaciones, tales como el análisis de rendimiento deportivo, vigilancia, interfaces hombre-máquina, basado en el contenido de almacenamiento y recuperación de imágenes y video conferencia, las herramientas para la anotación de videos y otras.

El análisis de movimientos humanos juega un papel fundamental dentro de la actividad física y los deportes, la biomecánica, la salud, las artes y la ergonomía debido a las múltiples implicaciones que las características de los movimientos tienen en campos tan diferentes como:

1. Prevención, seguimiento y recuperación de lesiones.
2. Mejora del rendimiento deportivo.

3. Diagnóstico y seguimiento de trastornos y patologías que afecten a la movilidad.

4. Diseño de prótesis, ortesis y complementos deportivos.

La aplicación de las HTM para el análisis de movimiento ha evolucionado de forma notoria en los últimos años, y se manifiesta en diferentes publicaciones, destacando las que se refieren al deporte, actividad física y danza (Gabin, B., Camerino, O., Anguera, M.T.y Castañer, 2012)

Para comprender las posibilidades que pueden aportar las HTM para el análisis de movimiento en el campo educativo es necesario distinguir las siguientes definiciones.

Según los estudios teóricos, el programa de análisis de movimiento es entendido como una herramienta que permite por medio de una videograbación analizar el movimiento de cualquier destreza deportiva, a nivel cualitativo y cuantitativo (Guzmán-Valdivia, Blanco-Ortega, Oliver-Salazar y Carrera-Escobedo, 2013). Estos programas pueden realizar análisis de movimientos de forma automática y en tiempo real y han sido diseñado para registrar los movimientos humanos y realizar un análisis cinemático de los mismos (Hernández-Mendo et al.,2012).

Herramientas tecnológicas multimedia, más allá del significado literal de los términos que la componen tiene, en la literatura especializada sobre tecnología educativa, diversos significados relacionados entre sí, pero diferentes. En el proyecto se asume que son aplicaciones de software que permiten al usuario utilizar los servicios de la red: comunicarse con otros, navegar por la web, buscar información, descargar archivos.

Los entornos educativos son aplicaciones basadas en la web cuya función es facilitar la distribución de los cursos e incluyen diferentes herramientas para la comunicación entre profesores y estudiantes, para la publicación de contenidos y herramientas para la gestión del curso.

El trabajo colaborativo se define como aquellos procesos intencionales de un grupo para alcanzar objetivos específicos, más herramientas diseñadas para dar soporte y facilitar el trabajo.

Desde una óptica más pedagógica, el trabajo colaborativo es la capacidad de trabajar con otros para conseguir metas comunes, permitiendo la eliminación de las barreras para la integración entre los miembros del equipo, aunque sean de distintos niveles jerárquicos (Cataldi y Cabero, 2007), mientras que (López, Fernández-Pampillón., y De Miguel, 2008) plantean que es un modelo didáctico, con posibles aplicaciones en Internet, en el que todos los participantes colaboran y se ayudan para la realización de un trabajo en común, con los mismos objetivos, y en el que se ponen los conocimientos individuales al servicio del grupo.

El trabajo colaborativo posee una serie de características que lo diferencian del trabajo en grupo y de otras modalidades de organización grupal, como son:

- Se encuentra basado en una fuerte relación de interdependencia de los diferentes miembros que lo conforman, de manera que el alcance final de las metas concierna a todos los miembros. Es importante que el docente valore el proceso de toda la actividad más que el resultado final obtenido tomando en cuenta la participación de cada integrante (Gamiz, 2009).
- Hay una clara responsabilidad individual de cada miembro del grupo para el alcance de la meta final.
- La formación de los grupos en el trabajo colaborativo es heterogénea en habilidad, características de los miembros; en oposición, en el aprendizaje tradicional de grupos éstos son más homogéneos.

Es notable que en las investigaciones empíricas sobre trabajo colaborativo se analicen principios generales, se argumente por qué utilizarlo y sus ventajas.

El objetivo general de la investigación es aplicar una herramienta tecnológica multimedia para el análisis de movimiento que facilite el trabajo colaborativo desde entornos educativos.

De esta manera en este proyecto pretendemos utilizar y aprovechar las TIC, a través de herramientas tecnológicas multimedia flexibles e interactivas de apoyo al aprendizaje. La experimentación y evaluación de la herramienta deberá:

- Facilitar al estudiante la realización de análisis cualitativo y cuantitativo del movimiento a realizar en la Educación Física.

- Facilitar al profesorado desarrollar un seguimiento más cómodo y completo del progreso en la formación de sus estudiantes.
- Favorecer el trabajo colaborativo entre estudiantes y profesores.
- El diseño y aplicación de la HTM incluirá el rediseño de los programas de la disciplina Educación Física vigentes, elaboración de la guía de implementación, elaboración de recursos educativos digitales mucho más efectivos, la inclusión de metodologías activas y el replanteo de un sistema de evaluación, acorde a las necesidades de la carrera de Ingeniería en Ciencias Informáticas.

Desarrollo

Los estudios de diversas modalidades deportivas que han utilizado la metodología observacional facilitan el desarrollo de los programas informáticos de registros que han evolucionado de forma notoria en los últimos años, y se manifiesta en diferentes publicaciones, destacando las que se refieren al deporte, actividad física y danza (M. Anguera et al., 2011; Fernández, M., Sánchez, C., Jiménez, F., Navarro, V. y Anguera, 2012; Gabin, B., Camerino, O., Anguera, M.T.y Castañer, 2012)

Hernández-Mendo, Castellano, Camerino, Gudberg, Blanco-Villaseñor, Lópes y Anguera (2014) señalan que en esta nueva perspectiva queda maximizada en el aspecto tecnológico, donde la proliferación de programas (Castellanos, Perea , Alday y Hernández-Mendo, 2008); (Gabin et al.,2012); (Hernández-Mendo, Anguera, y Bermudez, 2000); (Hernández-Mendo, López, Castellano, Morales y Pastrana, 2012) y tecnologías de diversa índole han aumentado notablemente (Castellanos et al., 2008).

Según los estudios teóricos, en las últimas décadas ha habido un notable incremento de los programas informáticos de registro en el ámbito de la actividad física. Su uso en el análisis de la actividad competitiva a partir de secuencias de video constituye una de las principales fuentes de obtención de conocimiento en esta área (Anguera y Hernández- Mendo, 2014).

En general podemos resumir, que hay una tendencia al desarrollo de programas informáticos que facilitan el entrenamiento a deportistas de alto

rendimiento, teniendo en cuenta un deporte en específico, además se observa la relevancia que toman en estos productos la esfera económica (Anguera y Hernández- Mendo, 2014a). Otros de los aspectos a señalar es que son aplicaciones de escritorio, siguiendo como estándares aplicaciones Windows que no facilitan el trabajo colaborativo y la integración con otros programas.

Los programas existentes están orientados a la investigación (Observer, Match Vision Studio), el deporte profesional como son: Interplay Sport, Sportstec, ELAN, FOCUS, The Observer Vídeo-Pro, Sports Analytica, Match Analysis, Nac Sport, Dart Fish y Softory Match o sistemas de gestión deportiva: Video STAT 2.0®. X-Training® FUSSION. X Medallist. DeporWin. Fútbol TRAIN. Voley TRAIN 2. SportSPEED 2 y Video STAT 2.0 (Hernández-Mendo et al., 2014).

Programas informáticos de registro, control de calidad del dato y análisis de datos

La investigación de Hernández-Mendo et al.(2012) asegura que es esencial avanzar en las investigaciones de plataformas informáticas como HOISAN, LINCE (Gabin., Camerino, Anguera y Castañer (2012) y MOTS (Measuring and Observation Tool in Sports) (Castellanos et al. (2008) que permitan una amplia posibilidad de importación y exportación de datos respecto a otros programas utilizados en metodología observacional.

HOISAN. Herramienta de Observación de las Interacciones Sociales en Ambientes Naturales, Servicios: permite la codificación, registro, descripción y manipulación de grabaciones o del visionado desde una o varias cámaras en tiempo real (o varios ficheros de vídeo, hasta 20). permite trabajar con todos los tipos de datos: secuencias de eventos, de estados, de eventos con tiempo, de intervalos y de eventos multimodales, la métrica del registro observacional utiliza parámetros primarios y medidas secundarias, tiene la capacidad de analizar la producción verbal, así como de calcular distintos tipos de acuerdo e índices de correlación, admite el intercambio de datos con programas específicos de uso en metodología observacional (SDIS-GSEQ, OBSERVER, THEME, SAGT, MOTS y LINCE), otros programas de carácter general (hojas de cálculo, paquetes estadísticos, procesadores de textos), y programas para el análisis cualitativo (ATLAS.ti).

MOTS. Se ha optimizado a través de varias propuestas de mejora de diversos investigadores. Éstas afectan a todas las opciones de la aplicación: Configuración de criterios fijos o variables, establecimiento de inicio-final de la ocurrencia de conducta, incremento del número de formatos de vídeo reconocidos, y mejora de la interface para la observación y manejo del vídeo. Con relación a la opción de análisis, actualmente, el programa es capaz de exportar datos de secuencias de eventos o multieventos con/sin duraciones al programa SDIS-GSEQ. Finalmente, una nueva interface ha sido incluido, recientemente, en el software para el re-visionado de la sesión, permitiéndose la filtración a partir de los registros realizados.

LINCE**.** esta aplicación está desarrollada en Java, lo que permite tener una aplicación multiplataforma en Windows, Linux, Macintosh.
Servicios. permite observar cualquier tipo de evento al estar construido como un paquete informático para automatizar las funciones de: diseño de sistemas observacionales, registro en vídeo, control de la calidad del dato y exportación de resultados en diversos formatos: txt, THEME, SDIS-GSEQ, .xls y SAS. Es de fácil uso.

Los estudios empíricos de Anguera y Hernández-Mendo, (2014b) consideran que en la última década se ha producido un avance considerable, materializado y consolidado por un desarrollo emergente de diseños, instrumentos de observación, programas informáticos de registro, en psicología del deporte y en las más diversas modalidades de fútbol, balonmano, baloncesto, hockey, natación, tenis, judo, actividad física, atletismo, etc.

Es necesario agregar a los aspectos, que los programas informáticos analizados tienen su propia base de creación, aplicadas en diferentes deportes. Su resultado es el análisis del movimiento. Se pueden implementar estrategias para el trabajo colaborativo, trabajo en equipos, interacción social para facilitar información, conocimiento y aprendizaje a nivel personal, grupal y social.

Tabla 1. Resumen de herramientas tecnológicas multimedia para el análisis de movimiento (creación propia)

Herramientas	Análisis de video	Colaborativa	Web	Sencilla	Dirección web
Análisis del movimiento humano					
Lince	✓			✓	http://lom.observesport.com
Hoisan	✓			✓	http://hoisansoft.blogspot.com
Mots	✓			✓	
Sdis-Gseq	✓			✓	http://www2.gsu.edu/~psyrab/gseq/index.html
Atlas.ti	✓			✓	http://atlasti.com/product/v8-windows/
Anotaciones de video					
OVA	✓	✓	✓	✓	https://gteavirtual.org/ova/
YouTube	✓	✓	✓	✓	
Viddler	✓	✓	✓	✓	https://www.viddler.com/
Factlink	✓	✓	✓	✓	
Otras					
GA3	✓				https://ga3.ugr.es/
Exergames	✓	✓		✓	
MOCAP	✓			✓	
Popcorn	✓		✓	✓	https://popcorntime.sh/es
Realidad aumentada	✓	✓		✓	
Video	✓	✓	✓	✓	https://www.youtube.com

Conclusiones

Las herramientas tecnológicas multimedia son utilizadas de forma exitosa en un extenso espectro de investigaciones ubicadas en el espacio de conocimiento de la psicología del deporte, que abarcan las ciencias del deporte, particularmente, por los procesos característicos de este ámbito de la psicología como son cohesión, liderazgo, toma de decisiones, comunicación, detección de patrones conductuales y otros. En la medida en que existan elementos informativos de carácter perceptible, será posible continuar las investigaciones siguiendo el esquema de la metodología observacional, que implicará proponer el diseño observacional idóneo, y siendo factible el análisis de cualquier comportamiento, sea de carácter micro o macro, en los entrenamientos o eventos deportivos.

Referencias bibliográficas

Anguera, M. T., y Hernández- Mendo, A. (2014a). Metodología observacional y psicología del deporte : Estado de la cuestión 1. *Revista de Psicología del Deporte*, *23*(1), 103–109.

Anguera, M. T., y Hernández- Mendo, A. (2014b). Técnicas de análisis en estudios observacionales en ciencias del deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *15*(1), 13–30. Recuperado de http://revistas.um.es/cpd

Anguera, M., Villaseñor, A., Hernández-Mendo, A., y Losada, J. (2011). Diseños Observacionales : Ajuste y Aplicación en Psicología del Deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *11*(2), 63–76.

Castellanos, J., Perea, A., Alday, L., y Hernández-Mendo, A. (2008). The Measuring and Observation Tool in Sports. *Behavior Rersearch Methods*, *40*(3), 898–905. http://doi.org/10.3758/BRM.40.3.898

Cataldi, Z., y Cabero, J. (2007). Las competencias profesionales en ambientes informáticos para el trabajo colaborativo y resolución de problemas. *Revista Electrónica Teória de La Educación*, *8*(1), 135–161. Recuperado de http://goo.gl/wX6cIX

Fernández, M., Sánchez, C., Jiménez, F., Navarro, V. y Anguera, M. (2012).

Sistema de codificación y análisis de la calidad del dato. *Revista de Psicología del Deporte*, *21*(1), 67–73.

Gabin, B., Camerino, O., Anguera, M.T.y Castañer, M. (2012). Lince : multiplatform sport analysis software. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, *46*, 4692–4694. http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.320

Gamiz, V. M. (2009). *Entornos virtuales para la formación práctica de estudiantes de educación:Implementación, experimentación y evaluación de la plataforma aulaweb*. Universidad de Granada. España.

Guzmán-Valdivia, C.H., Blanco-Ortega, A., Oliver-Salazar, M.A.y Carrera-Escobedo, J. L. (2013). Therapeutic Motion Analysis of Lower Limbs Using Kinovea. *International Journal of Computing and Engineering*, *3*(2), 359–365.

Hernández-Mendo, A., Anguera, M. y Bermudez, M. (2000). Software for recording observational files. *Behavior Rersearch Methods*, *32*(3), 436–445.

Hernández-Mendo, A., Castellano, J., Camerino, O., Gudberg, J., Blanco-Villaseñor, A., Lópes, A., y A. M. T. (2014). Programas informáticos de registro , control de calidad del dato , y análisis de datos. *Revista de Psicología del Deporte*, *23*(1), 111–121.

Hernández-Mendo, A., López, A., Castellano, J., Morales,V. y Pastrana, J. (2012). HOISAN 1 . 2 : Programa informático para uso en Metodología Observacional. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *12*, 55–77.

López, C., Fernández-Pampillón, A., y De Miguel, E. (2008). La Construcción del Conocimiento en el Campus de Trabajo Colaborativo. *Facultad de Filología, Universidad Complutense de Madrid. España*, 97–104. Recuperado de http://goo.gl/fNLqHu

Título: Biblioteca virtual para la Cultura Física.

Autora: Dr. C. Irma de las Mercedes Muñóz Aguilar**.** Profesora Titular de Cultura Física Profiláctica y Terapéutica.

Institución: Facultad de Cultura física de Camagüey.

País: Cuba

RESUMEN

Una característica esencial de la sociedad moderna es el dominio de las tecnologías necesarias para la búsqueda de la información con el fin de lograr la producción de nuevos conocimientos. En el mundo existe una gran cantidad de información relacionada con la cultura física, sin embargo no se encuentra al alcance de todos, es por ello que en las indicaciones del curso escolar 2016-2017 de la Dirección Nacional del INDER se oriente, “elaborar bases de datos con la producción científica del deporte”, así como “ poner al servicio de los profesionales en los centros de educación deportiva a nivel provincial, así como en las áreas y escuelas de formación, la información digitalizada perteneciente a la especialidad existente en la universidad o facultades”. En este contexto se enmarca la Biblioteca Virtual de Cultura Física, que cuenta actualmente con 62 G, la cual brinda un grupo de herramientas dirigidas a profesores, entrenadores, estudiantes y atletas relacionadas con las diferentes manifestaciones de la cultura física, que incluye libros en formato digital, presentaciones en powerpoint, multimedias, videos, grabaciones de sonidos, revistas internacionales, memorias de eventos científicos, trabajos de diplomas, tesis de maestría y doctorado, guías de estudio y materiales para el desarrollo de diplomados y maestrías relacionados con la cultura física. Esta biblioteca virtual ha estado en uso en la Facultad de Cultura Física de Camagüey desde el año 2014 y se encuentra en constante actualización, por lo que constituye un aporte al desarrollo del sistema de la cultura física y el deporte cubano.

Título: Estrategia de reorientación pedagógica para el Movimiento de Alumnos Ayudantes "Frank País García" (MAA) en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo".

Autora: M.Sc. Beatriz Bravo Morejón. beatriz332602@gmail.com – beatrizbm@uccfd.cu.

Coautora: Dr. C. Edita Aguiar. Vicerrectora Docente de la Dirección de Formación y Gestión Académica.

Coautor: M.Sc. Roberto Pagés Lazo. Director Docente metodológico

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

RESUMEN

El Movimiento de Alumnos Ayudantes ocupa un lugar importante para la continuidad de la labor pedagógica en las instituciones del país y la Educación Superior de Cultura Física no está exenta. A través de este movimiento se promueve el principio de la vinculación estudio- trabajo donde se incentiva el amor hacia la profesión y se contribuye a la integridad profesional. En la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" este movimiento poseía falencias desde su concepción y ejecución, por lo que fue necesario buscar las causas que lo afectaban y darle un vuelco a la situación. Se realizó una investigación que permitió encontrar las limitaciones en este proceso y permitió elaborar una estrategia de reorientación pedagógica a partir de los resultados de las diferentes técnicas y métodos de la investigación científica aplicadas, para ello se crearon diferentes documentos que permitieron la organización, planificación y control de esta actividad, la cual se diseñó sobre la base de resoluciones del ministerio de educación superior, así como lo indicado por la Federación Estudiantil Universitaria (FEU) a nivel nacional. Después de su puesta en práctica se evidenció cambios significativos en el ingreso al Movimiento de Alumnos Ayudantes, en la calidad de las actividades realizadas, en la evaluación y remuneración de los estudiantes por acometer tan noble tarea. Este

proceso ha sido reconocido por evaluadores externos, como en acreditación de la carrera. Actualmente, los resultados de la estrategia se califica como muy positivo y el trabajo va en ascenso.

INTRODUCCIÓN

Los alumnos ayudantes, responden al éxodo de profesores y "… asumen la doble misión de formarse como profesionales e impartir docencia a sus compañeros de aula, propiciando el surgimiento del movimiento de Alumnos Ayudantes (MAA), siendo una de las principales transformaciones de la enseñanza universitaria…[1]."

En este sentido la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", como otras universidades del país, también está inmersa en tan noble tarea, y tiene como premisa el proceso perfectible de este movimiento.

La Universidad fue objeto de evaluación externa en los días del 14 al 18 de diciembre de 2015 con el fin de evaluar la calidad de la carrera a partir de la valoración de los procesos que en ellas se desarrollan.

Los resultados arrojados revelaron debilidades en la Variable 3, referente a los estudiantes, en el cual se expresó la insuficiente incorporación y permanencia de ellos en el Movimiento de Alumnos Ayudantes, igualmente en la Variable 5.sobre currículo, el cual develó la débil organización existente, desde el trabajo metodológico de los departamentos, disciplinas y colectivos de asignatura, para la incorporación de alumnos ayudantes a partir de los primeros años de la carrera, por tal motivo se determinó realizar una estrategia de manera inmediata para darle solución a la problemática presentada.

La Vicerrectora Docente estableció el procedimiento a seguir para revertir la situación, para lo cual designó al personal para trabajar en este sentido. En consecuencia con lo orientado, el Director Docente Metodológico seleccionó a la coordinadora de la estrategia y a otros miembros a fin de conformar el equipo de trabajo. Asimismo se hicieron planificaciones para ir controlando el cumplimiento de la tarea. Consecuentemente con ello, se socializó la estrategia de reorientación

[1] ABC de la FEU. Como la palma de tu mano. Empresa de Artes Gráficas Federico Engels. S.A.

en la reunión docente metodológica, en la FEU, en el Consejo de dirección, en la reunión de jefe de departamentos y posteriormente con los estudiantes que aspiraban pertenecer al movimiento.

A los alumnos ayudantes se les debe prestar una atención priorizada en el pregrado, lo cual demanda un sistema de acciones bien planificadas con el objetivo de organizar el proceso que se desarrolla de manera que se cumpla con lo establecido en la Resolución Ministerial 210/07, lo cual es un fundamento importante para la implementación de la presente estrategia, esencialmente en el capítulo V sobre el trabajo con los alumnos ayudantes en los artículos del 214 hasta el 222, también se tuvo en cuenta el ABC de la FEU, así como la Resolución Ministerial No 142/ 11 que dicta el pago del estipendio que se le atribuirá al estudiante que pertenece al Movimiento, en correspondencia con el año de servicio en el que se encuentra.

Para la elaboración de la estrategia se tuvo en cuenta los siguientes principios:

- Coherencia entre todas sus componentes y acciones.
- Sistematicidad en la concepción de la estrategia y en el seguimiento de sus acciones, para evaluar alcance e impactos a partir de resultados.
- Intencionalidad, a partir de la definición clara de propósitos y objetivos, con la implicación de los medios, métodos, vías y procedimientos para el logro de los mismos.
- Contextualización.
- Carácter flexible y dinámico.
- Estímulo a la autoestima y reconocimiento social a la profesión.
- Manifestación de valores teniendo como sublime: el amor a la profesión.

Para establecer los componentes de la estrategia, se asumió el criterio del Dr.C. Alberto D. Valle Lima (2007), los cuales se mencionan a continuación:

- Misión
- Objetivos

- Acciones, métodos y procedimientos, los recursos, los responsables de las acciones y el tiempo en que deben ser realizadas
- Formas de implementación
- Formas de evaluación

MISIÓN

Garantizar la calidad de los procesos de formación académica en el pregrado, con un alto nivel de compromiso con los programas de la Revolución.

OBJETIVOS

Los objetivos fundamentales se expresan a continuación:

- Apoyar el desarrollo del proceso docente educativo.
- Adquirir una cultura estética profesional.
- Dirigir la orientación profesional hacia determinadas asignaturas, fundamentalmente las que se encuentran en déficit.
- Adquirir de forma acelerada, habilidades como docente o investigador.
- Educar en valores.

I. **DIAGNÓSTICO**

Se realizó un diagnóstico con el propósito de detectar los problemas revelados en el proceso para la selección, preparación y permanencia de los estudiantes para pertenecer al Movimiento de Alumnos Ayudantes, el cual después de hacerse varias observaciones y aplicarse la matriz DAFO), se reveló lo siguiente:

FORTALEZAS

1. Preparación de los alumnos desde el punto de vista académico.
2. Idoneidad y experiencia pedagógica de los tutores.
3. Claustro con grado científico y de reconocido prestigio.
4. Protagonismo de la FEU.

DEBILIDADES.

1. Completamiento de la plantilla para impartir docencia y dar seguimiento al trabajo científico y educativo.

2. En la planificación del proceso para la selección de los alumnos ayudantes desde el segundo año de la carrera.
3. Permanencia de los estudiantes en el MAA.

OPORTUNIDADES:

1. La UCCFD “Manuel Fajardo”, cuenta con un claustro de experiencia, con grado científico y de reconocido prestigio nacional e internacional, lo cual ayudaría para el proceso de selección de tutores.
2. Queda establecido en el horario docente, la atención y preparación de los alumnos ayudantes.
3. Existe un presupuesto destinado al pago del estudiante que pertenecen al MAA.
4. Los vínculos establecidos entre los que están involucrados directamente en el proceso (VRD- FEU- Estudiantes-Departamento)

AMENAZAS:

1. La falta de sistematicidad en las acciones para la selección adecuada de los alumnos ayudantes desde los primeros años de la carrera.
2. Falta de acciones sistemáticas para el funcionamiento del MAA.
3. Falta de sistematicidad en el control del MAA.

RESUMEN CUALITATIVO

1. Fortaleza de mayor impacto- F4 (Protagonismo de la FEU).
2. Debilidad de mayor impacto- D1(Completamiento de la plantilla para impartir docencia y dar seguimiento al trabajo científico y educativo)
3. Oportunidad de mayor impacto- O1 (La UCCFD “Manuel Fajardo”, cuenta con un claustro de experiencia, con grado científico y de reconocido prestigio nacional e internacional, lo cual ayudaría para el proceso de selección de tutores).
4. Amenaza de mayor impacto- discretamente A2 (Falta de acciones sistemáticas para el funcionamiento del MAA).

A partir de los resultados se determinó elaborar una estrategia de reorientación pedagógica en cada uno de los procesos pertenecientes al MAA.

II. INSTRUMENTACIÓN Y APLICACIÓN

Se elaboró un folleto en el cual se elaboraron las indicaciones para desarrollar las siguientes acciones:

1. Proceso para la selección de los alumnos ayudantes
2. Requisitos para su selección.
3. Procedimiento a realizar con posterioridad a su selección.
4. Sobre la confección del plan de trabajo del Alumno Ayudante.
5. Los alumnos ayudantes que impartan asignaturas como profesores.
6. Los alumnos ayudantes que se incorporan a grupos de trabajo científico técnico.
7. Sobre el expediente confeccionado por el Tutor.
8. Sobre el Plan de desarrollo del Alumno Ayudante.
9. Sobre el proceso de evaluación del trabajo de los alumnos ayudantes.
10. Sobre la facultad del Rector.
11. Sobre los deberes y derechos de los Alumnos Ayudantes.

PLANEACIÓN ESTRATÉGICA (ver anexo 1)

Se hará referencia a los documentos confeccionados para cada una de las acciones establecidas, así como el estado de cumplimiento de cada una de ellas.

Acción 1. Sobre el proceso para la selección de los alumnos ayudantes.

F/C: 1ra Sem. Feb – 2da Sem. Marz.

Documentos para tramitar la propuesta de alumno ayudante

1. Solicitud personal
2. Solicitud del Departamento Docente
3. Aval de la FEU (evaluación de la conducta política y social)

Estado de cumplimiento: Cumplido

- Se publicaron las ofertas y los requisitos para pertenecer al MAA. (1ra y 2da Sem.Feb.)
- Los jefes de departamento, desplegaron a su personal a cargo para que realizaran la búsqueda de la documentación para conformar el expediente de los AA propuestos, en esta tarea se incluyen los profesores guías y tutores. (3ra-4taSem. Feb)
- Se presentaron los expedientes de los AA para su trámite a VRD. Se realizó el chequeo de los expedientes y se tramitaron para la aprobación de la Vicerrectora Docente, finalmente se divulgaron los aprobados por diferentes vías, en este proceso se evidenció un trabajo mancomunado entre todos los factores involucrados en el proceso. (1ra-2da Sem Marz).

Acción 2. Sobre el proceso después de la aprobación de los AA

F/C: 3ra Sem Marz- actualidad

Documentos para los estudiantes aprobados

Expediente del AA

1. Plan de trabajo anual
2. Comprobación de la preparación como docente (en caso de imapatir actividades como docente)
3. Controles realizados
4. Evaluación semestral y anual

Estado de cumplimiento: Cumplido hasta la actualidad

- Los alumnos ayudantes aprobados fueron asignados a un Departamento Docente, en el cual se le situó un tutor. Este personal estuvo a cargo de la elaboración del Plan de trabajo conjuntamente con el AA, este plan en cada uno de los departamentos docentes están debidamente firmados ly aprobados por el jefe de departamento correspondiente (3ra Sem.Mar.)
- En los expedientes de los AA que se mantienen del primer semestre, todos tienen incluido su evaluación parcial.
- En el caso de los estudiantes que realizan actividades como docente tienen incluido en su expediente la evaluación de su preparación.

Principales debilidades y logros:

Debilidades:

- Todavía existen departamentos que no han presentado alumnos ayudantes para su trámite y aprobación.

Logros:

- Incremento en la incorporación del MAA
- Todos los AA tienen su expediente.
- Organización desde el trabajo metodológico de los departamentos, disciplinas y colectivos de asignatura para la incorporación al MAA, a partir de los primeros años de la carrera
- En la planificación del proceso para la selección de los AA desde el 2do año de la carrera
- Participación de los AA en los Consejos científicos Estudiantiles
- Participación en los proyectos científicos y comunitarios
- Participación en tareas de alto impacto
- Participación en actividades extensionistas
- Participación en apoyo a la docencia
- En los resultados de la Acreditación de la Institución, realizada del 18 al 21 de marzo fue evaluada como una fortaleza.
- La estrategia se presentó en el fórum de base del departamento de Teoría y Metodología, obteniendo premio relevante y en el evento de la universidad obteniendo igual categoría.

Observación

- En estos momentos en los departamentos que no existe alumnos ayudantes, se han hecho solicitudes para que sean aprobados para el próximo curso.
- En la reunión perteneciente al mes de marzo, con respecto al MAA, los estudiantes plantearon que les resultaba difícil realizar esta actividad con todo la dedicación que merecía esta tarea, dado a que le coincidían actividades con el horario establecido para la práctica laboral y pedían que se valorara la posibilidad de considerarse las acciones realizadas en el MAA como la

evaluación perteneciente a la práctica laboral, en el caso de fungir como docente.

III. PROYECCIONES DE TRABAJO

- Lograr sistematizar las acciones planificadas en relación con los alumnos ayudantes.
- Perfeccionar las acciones a realizar para la selección de los alumnos ayudantes.
- Después que los Alumnos Ayudantes finalicen sus estudios debe tener un seguimiento en el postgrado mediante la conservación de su expediente así como el otorgamiento de tareas concretas relacionadas con la docencia, la asistencia y la investigación, con el objetivo de no perder las habilidades adquiridas en el pregrado y posibilitar el acortamiento del tiempo de formación como docente o como investigador.

IV. SOBRE EL ESTIPENDIO QUE RECIBIRÁN LOS ALUMNOS AYUDANTES (RM 142/11)

El estipendio se realizará según lo establecido en la Resolución No 15/2008 del MES, la cual dispone el pago según el año de servicio en que se encuentren:

Durante el primer año de servicio…… 25.00 mensuales

Durante el segundo año de servicio…… 35.00 mensuales

Durante el tercer año de servicio……. 45.00 mensuales

Durante el cuarto y quinto año de servicio……. 55.00 mensuales

V. EVALUACIÓN

La evaluación de la estrategia se realizará cada semestre, se expondrán los resultados obtenidos, principales logros y deficiencias. Todo ello permitirá el rediseño de la planificación establecida.

ANEXOS 1. PLANEACIÓN ESTRATÉGICA

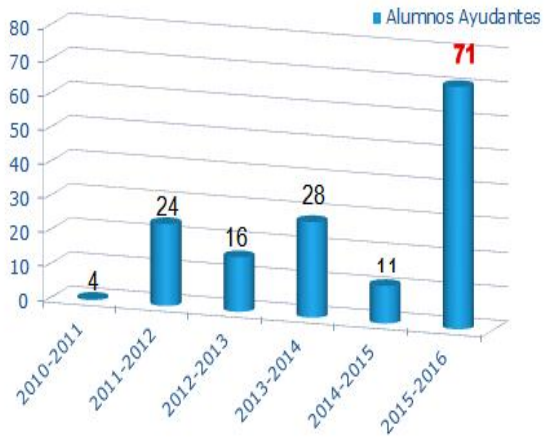
Leyenda:

- Movimiento de alumnos ayudantes “Frank País García” (MAA)
- Alumno Ayudante (AA)
- Departamento Docente (Dpto)
- Jefe de Departamento (J¨Dpto)
- VRD (Vicerrectoría Docente)

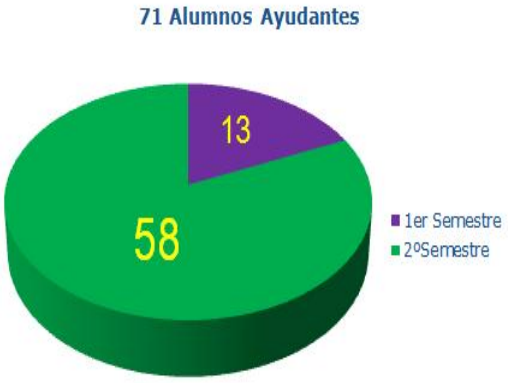
Acción	Procedimiento	Responsable	Participantes	F/C
1. Sobre el proceso para la selección de los alumnos ayudantes	a) Establecimiento el procedimiento para la selección de los AA. Designar personal	Vicerrectora Docente	Vicerrectora Docente y Designados	1ra Sem Feb.
	b) Publicación de las ofertas y los requisitos	J¨Dpto. Consejo de la FEU	J¨Dpto.y Miembros del Dpto Presidente de brigada.	2da Sem Feb.
	c) Búsqueda de la documentación para conformar el expediente de presentación de los AA propuestos	J¨Dpto.	J¨Dpto. ó Designados	3ra-4taSem Feb.
	d) Presentación del expediente de los AA para su trámite a VRD.	J¨Dpto.	J¨Dpto. ó Designados	1ra Sem Marz.
	e) Chequeo de los expedientes y trámite para su aprobación	Vicerrectora Docente ó Designado	VRD ó Designado	2da Sem Marz.
	f) Aprobación de los expedientes de los AA	Vicerrectora Docente	Vicerrectora Docente	
	g) Divulgación de los AA aprobados	Vicerrectora Docente	Vicerrectora Docente ó Designado	
2. Sobre el proceso después de la aprobación de los AA	h) Asignación de los AA a un Departamento Docente	VRD	VRD ó Designado	3ra Sem Marz.
	i) Asignación del tutor	J¨Dpto.	J¨Dpto.	
	j) Elaboración del Plan de Trabajo aprobado	Tutor	J¨Dpto, tutor, AA	

	por el J´Dpto.			
	k) Comprobación de la preparación en la asignatura que impartirá (Clase de comprobación)	J¨Dpto.	J¨Dpto, tutor, AA.y Miembros del Dpto	4ta Sem Marz..
	l) Seguimiento del plan de desarrollo del AA	Tutor	J¨Dpto, tutor	Abr-Jul.
3. Sobre el proceso de evaluación del trabajo de los AA	m) Análisis del cumplimiento del plan de trabajo, de los resultados docentes, del cumplimiento de la disciplina, de los critrios del tutor y de las organizaciones juveniles (FEU).	J¨Dpto	J¨Dpto, Tutor, UJC.	1ra Sem Jul.
	n) Activo del Movimiento de Alumnos Ayudantes	VRD, UJC	J¨Dpto, Tutor, UJC.	Mayo
	o) Información de los resultados y estimular los satisfactorios.	J´Dpto	J´Dpto y Tutor y designados	2da Sem.Jul.
	p) Entrega de los resultados a VRD	J´Dpto	J´Dpto y tutor	
	q) Ratificación de los AA que obtengan la calificación de B(4) y E(5)	Vicerrectora Docente	Vicerrectora Docente y designados	4ta Sem Agost.

Movimiento de Alumnos Ayudantes por cursos académicos

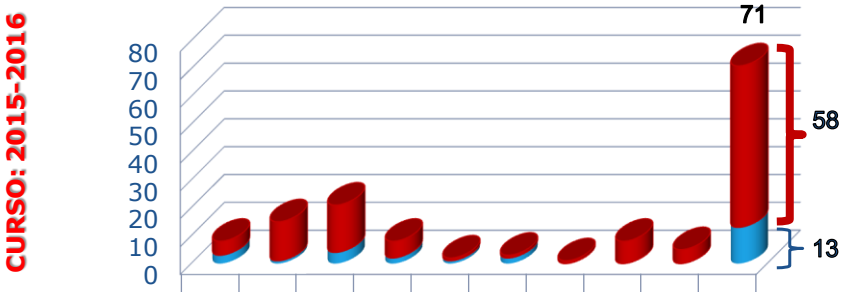


IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA DE REORIENTACIÓN



MOVIMIENTO DE ALUMNOS AYUDANTES RESUMEN CUANTITATIVO POR DEPARTAMENTO

Distribución por semestre



	CFT	CB	EF	JD	Comb	Tiempo y Mca	Rec	T y M	PPD	Total
II Semestre	5	14	17	6	1	1	1	8	5	58
I Semestre	3	1	4	2	1	2	0	0	0	13

Título: Estrategia de trabajo metodológico para desarrollar la preparación teórica del entrenador de ciclismo.

Autores: Lic. Omar Venega Echemendía. Viceaseg@inder.cu.INDER. Cuba.

M.Sc. Sady Rodríguez Pérez. Profesor Auxiliar.sadyr@unica.cu, Universidad de Ciego de Avila.Cuba

Dr. C. Marcia Julia Salt Gómez. Profesor Titular marcia@unica.cu. Universidad de Ciego de Ávila. Cuba

País: Cuba

SÍNTESIS

Las insuficiencias en el trabajo metodológico del entrenador para desarrollar la preparación teórica en el deporte Ciclismo en Ciego de Ávila indicaron la necesidad de diseñar una estrategia dirigida a perfeccionarlo, considerando la importancia de esta vía de preparación para el desarrollo del entrenador en esa dirección del proceso pedagógico deportivo necesitado de interactuar no solo en los ejes de contenido relacionados con el desarrollo físico motriz que le dan especificidad cualitativa a la práctica deportiva, sino con una visión que potencie vínculos intermaterias y una formación integral de los individuos. Se utilizaron diversos métodos y técnicas que posibilitaron establecer el marco contextual y teórico sobre el trabajo metodológico de la preparación teórica desarrollada por el entrenador deportivo a partir de la revisión bibliográfica, diagnosticar el estado actual de ese tipo de trabajo en el contexto del estudio, determinar la estructura y contenido que asume la estrategia, y evaluar su diseño e implementación en la práctica. La investigación aporta una estrategia que satisface las necesidades de preparación de los entrenadores de Ciclismo para mejorar el trabajo metodológico de la preparación teórica. El trabajo fue validado por el criterio de usuarios y su puesta en práctica evidenció una tendencia hacia mayores niveles de argumentación en el método de solución del problema y de correspondencia entre la interpretación de los resultados teóricos y la aplicación en el contexto profesional

Abstract

The inadequacies in the methodological work of the trainer to develop the theoretical preparation in the sport Cycling in Ciego de Ávila indicated the need to design a strategy aimed at perfecting it, considering the importance of this way of preparation for the development of the coach in that direction of the process pedagogical sport that needs to interact not only in the axes of content related to the physical motor development that give qualitative specificity to the sport practice, but with a vision that enhances intermaterial links and an integral formation of the individuals. Several methods and techniques were used to establish the contextual and theoretical framework on the methodological work of the theoretical preparation developed by the sports coach from the bibliographic review, to diagnose the current state of this type of work in the context of the study, to determine the structure and content that the strategy assumes and evaluate its design and implementation in practice. The research contributes a strategy that satisfies the training needs of the coaches of Cycling to improve the methodological work of the theoretical preparation. The work was validated by the criterion of users and its implementation evidenced a tendency towards higher levels of argumentation in the method of solution of the problem and of correspondence between the interpretation of the theoretical results and the application in the professional context

INTRODUCCION

Una de las condiciones más importantes de la eficiencia del deporte como medio de perfeccionamiento armónico de la personalidad se evidencia en la preparación intelectual del deportista, la que requiere de una adecuada programación y un tratamiento regido por las leyes del aprendizaje. Sí se aborda la preparación de forma sistémica y organizada se logrará obtener los resultados esperados de esta esfera que, también constituye un componente importante de la preparación integral del deportista.

Varios autores han estudiado el tema de los aspectos cognoscitivos desde una perspectiva general, así aparecen las investigaciones realizadas por Davidov

sobre el proceso de generalización del pensamiento a través de la formación de los conceptos, las realizadas por Galperin sobre formación de las acciones mentales, por su parte Talízina relaciona estos procesos con la estructura de la actividad y en especial con la acción como uno de sus componentes, también se encuentra las teorías de Aussubel sobre aprendizaje significativo y Vygotski sobre la unidad pensamiento - lenguaje, los cuales incursionan en la posibilidad de propiciar al sujeto aprendizajes donde se incluya la formación de conceptos. Sin embargo, se puede decir que ninguno de ellos tomó como punto de referencia a las actividades motrices.

En cuanto al deporte el tema de la formación de conceptos en la preparación teórica ha sido poco tratado, destacan Bañuelos (1987), Gorbunov (1988), García (1996) Arias (2005), en Cuba Menéndez (1984) Forteza y Ranzola (1988) Saínz(2003) Mozo (2010) Burke (2012) y Vera (2016).

El autor considera el proceso de preparación deportiva el espacio más adecuado para dirigir y orientar el crecimiento personal y físico-motriz en los deportistas, en lo fundamental desde su dimensión educativa; en ella se involucran la instructiva y la desarrolladora. Al finalizar este proceso debe alcanzarse un progreso integral de su personalidad.

La apropiación de contenidos a través de la formación de conceptos en la preparación teórica del deportista es el resultado que debe producirse en el proceso de preparación deportiva, sin embargo en la presente investigación se considera que para el logro de esta finalidad se requiere de la sistematización de estos contenidos en la práctica cotidiana, desde procesos de construcción de significados y sentidos en correspondencia con su deporte en particular, a través de lograr un vínculo interdisciplinario con todas las asignaturas de su currículo docente, ampliando así el ambiente de este sistema de influencias pedagógicas .

Las observaciones factuales realizadas en el Escuela de Iniciación Deportiva (EIDE) Marina Samuel Noble área donde se desarrolla la investigación permiten definir algunas insuficiencias generalizadas, relacionadas con el papel del entrenador como transmisor de conocimientos, descuidando el vínculo de la actividad que desarrolla con la vida, así como el empleo de inadecuadas

estrategias de aprendizaje que permitan lograr que los atletas se apropien de los procedimientos por los cuales aprenden, se limita la posibilidad de adquirir determinado conocimiento que sirva para ser utilizado de forma independiente, se materializa el papel del deportista como objeto pasivo no propiciándose en la mayoría de las unidades de entrenamiento el intercambio y la reflexión a lo que los entrenadores responden no sentirse capacitados para la formulación de situaciones problémicas. No se sigue una lógica para establecer compromisos de los alumnos con la formación de valores, viéndose este aspecto muy forzado y los entrenadores expresan no sentirse preparados para la concepción de objetivos integradores desde lo educativo a través de lo instructivo.

Investigaciones vinculadas al proyecto Los deportes individuales su didáctica y desarrollo, de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte en la Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez han evidenciado un inadecuado tratamiento a la preparación teórica como parte de la preparación deportiva y entre sus posibles causas se declaran en:

En los documentos normativos del proceso de entrenamiento deportivo existen indefiniciones en torno al desarrollo de la preparación teórica y su inclusión en el plan de preparación y a las funciones que desempeña cada uno de los profesionales que participan de este proceso.

En el programa de Ciclismo lo referente a la preparación teórica aparece de manera general.

En los planes y programas de formación de entrenadores deportivos el contenido de la preparación teórica está presente en el programa de la asignatura Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo, sin embargo, no aparece con profundidad en los programas de otras disciplinas del ejercicio de la profesión. Por tanto, se ofrecen conocimientos sobre la preparación teórica pero no se logra el desarrollo de habilidades para operar con ellos.

Las necesidades manifiestas por los entrenadores deportivos en función de trabajar la preparación teórica en el entrenamiento, y su relación con el resto de los especialistas, no se han determinado lo que conlleva a que este aspecto es poco atendido.

A partir de estas se determina como ***problema científico*** ¿Cómo perfeccionar el trabajo metodológico del entrenador para la preparación teórica en el Ciclismo de la EIDE Marina Samuel Noble de Ciego de Ávila?Por lo que se define como **objetivo**: Diseñar una estrategia dirigida al trabajo metodológico del entrenador para la preparación teórica en el Ciclismo de la EIDE Marina Samuel Noble de Ciego de Ávila. ***La novedad*** radica en aprovechar al máximo las potencialidades del trabajo metodológico para capacitar al entrenador de ciclismo en el ejercicio de su misión con calidad y eficiencia en unos de las tareas de la preparación menos ponderada en la preparación integral de los deportistas.

DESARROLLO

El deporte condiciona la relación hombre mundo, mediante la cual no solo influye en el entorno social sino también en el autoconocimiento y perfeccionamiento personal, constituye pues una dimensión de la actividad humana.

La preparación de un deportista resulta un problema estudiado y valorado por entrenadores e investigadores, empeñados en buscar métodos y procedimientos para la transmisión de sólidos conocimientos, con el propósito de desarrollar capacidades, habilidades y cualidades de la personalidad dirigidos al logro de un individuo apto para un desempeño físico óptimo, dotado además de valores positivos que posibilitan su autoafirmación como individuo y su socialización e interacción respetuosa con los demás.

El diseño de la investigación se fundamenta en el experimento pedagógico, organizado en tres fases: fase de diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de los entrenadores para desarrollar la preparación teórica, fase de diseño de la propuesta de estrategia, y fase de evaluación de la propuesta. Para ello se han aplicado diversos métodos y técnicas de investigación.

Se presentan los fundamentos de la estrategia, se explican sus particularidades y funcionabilidad, se argumentan resultados de la evaluación de su diseño por los especialistas. Se hace referencia a la ejecución práctica y sus resultados.

Fundamentos de la estrategia.

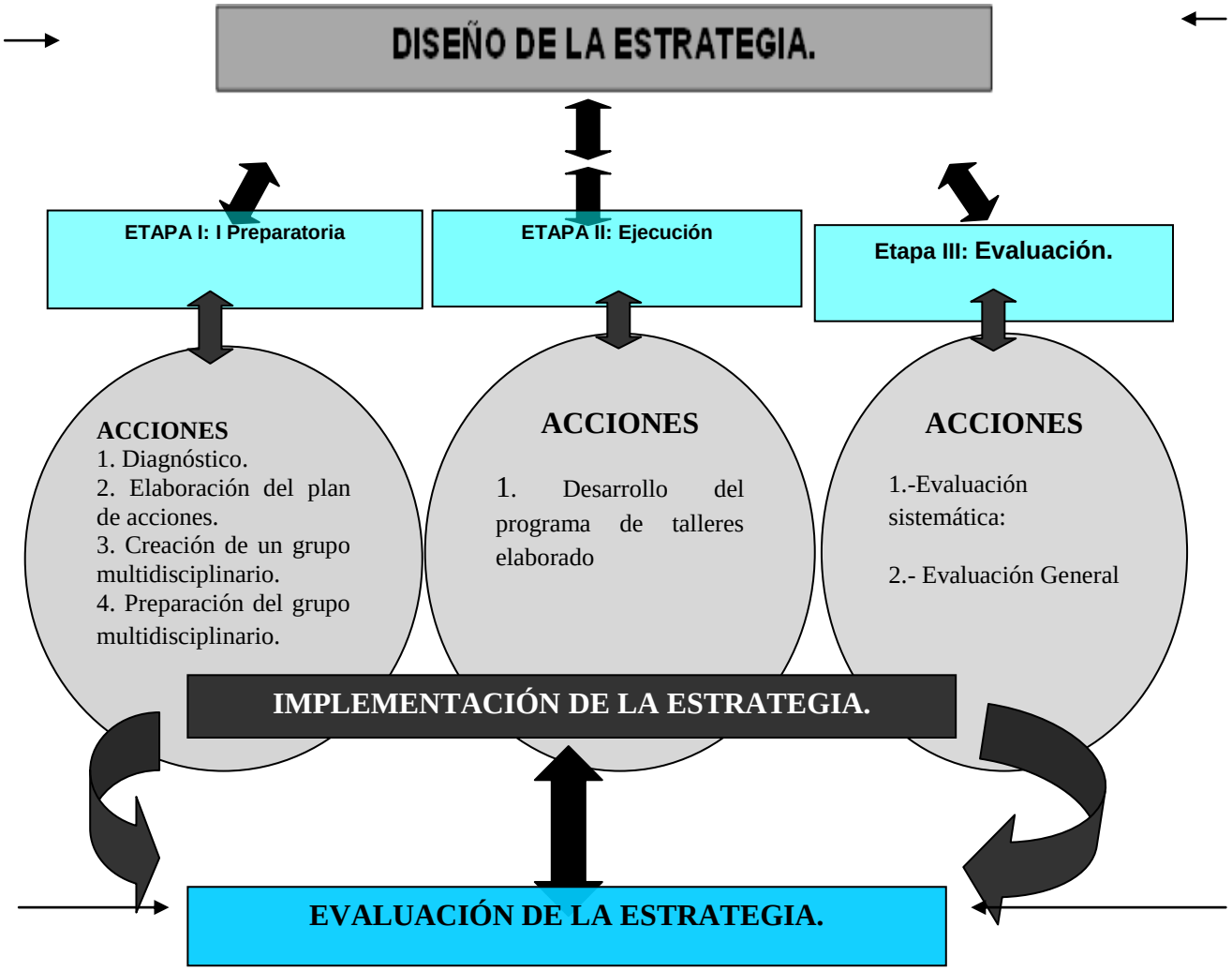
La estrategia propuesta tiene como sustento teórico metodológico la filosofía Marxista Leninista, teniendo en cuenta su concepción materialista y dialéctica, la

relación con la evolución del hombre, su desarrollo y perfeccionamiento en interacción con la sociedad, teniendo en consideración la actividad como fuente de transformación, elemento importante para perfeccionar la labor instructiva, educativa y formativa en la preparación deportiva.**La estrategia propuesta**se ha organizado como un conjunto de acciones secuenciales e interrelacionadas que partiendo de un estado inicial posibilitan transitar a un estado deseado. Su estructura está determinada por un objetivo general, tres etapas que establecen la organización, ejecución y evaluación.

- *Objetivo general.*

Perfeccionar el trabajo metodológico del entrenador para desarrollar la preparación teórica en el Ciclismo de la EIDE Marina Samuel Noble de Ciego de Ávila.

- *Etapas de la estrategia: Preparatoria.* Objetivo: Crear las condiciones para la ejecución de la estrategia.*Ejecución.*Objetivo: Ejecutar las acciones de la estrategia dirigidas al perfeccionamiento del trabajo metodológico de los entrenadores de Ciclismo de Ciego de Ávila para desarrollar la preparación teórica *Evaluación.*



CONCLUSIONES

La estrategia se estructura concretando su ejecución en diversas acciones implementadas a través de ciclos de talleres con carácter diferenciado, sistemático, flexible, objetivo y desarrollador.

Los usuarios valoran la estrategia de Muy Adecuada y los resultados de su implementación práctica evidenciaron un incremento significativo en los indicadores evaluados de la variable objeto de estudio.

BIBLIOGRAFÍA.

1) Álvarez de Zayas, C. (1999). La Escuela en la Vida. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. 145 p.

2) Álvarez de Zayas, C. y Sierra Lombardía, V. La Investigación Científica en la Sociedad del Conocimiento. La Habana.
3) Castañeda López, J. (2005). Programa de formación básica en el atletismo para niños de 10-11 años en Ciego de Ávila. Tesis Doctorado en Ciencias Pedagógicas. Ciego de Ávila, ISCF “Manuel Fajardo”.
4) Colectivo de autores (2010). Programa de preparación del deportista, Ciclismo. Editorial Deportes Habana. 208p
5) Ricardo Saraví Jorge. (2000). La iniciación deportiva y la intervención del adulto. Algunas reflexiones desde una perspectiva didáctica. http//www.efdeportes.com/. Revistan digital Buenos Aires (Argentina) año 5 numero 26.
6) García, J. M. y col. (1996). Planificación del Entrenamiento Deportivo. Madrid, Editorial Gymnos. 169 p.
7) Garcías, J. M. (1996). Bases teóricas del entrenamiento deportivo principios y aplicaciones. Madrid, Editorial Gymnos. 518 p.
8) González G, Margarita. (2005). La didáctica y el proceso de enseñanza-aprendizaje. (Texto Básico para el curso Didáctica Universitaria). UMCC. Matanzas, Cuba.
9) Ruiz Aguilera, A. (2003). Teoría y práctica curricular. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. 157 p.
10) Verkhoshansky, Y. (2002). Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Barcelona, Editorial Paidotribo. 185 p.
11) Volkov, V.M. (1983). Selección Deportiva. Moscú, Editorial Fisicultura y Sport. 150p.
12) www.monografias.com/...teoricos-metodologicos.../fundamentos-teoricos-metodologicos-beisbol.shtml
13) Zasiorki V.M. (1989). Metrología Deportiva. Moscú, Editorial Planeta. 85p.

Titulo: La aptitud física y la capacidad cognitiva en estudiantes de cultura física de México

Autor: Dr. C. Omar Iván Gavotto-Nogales, ogavotto@gmail.com Profesor Titular

Forma de Presentación: Ponencia

País: México

Resumen:

El principal objetivo de la investigación es determinar la relación entre la dimensión física y la dimensión cognitiva en estudiantes del tercer semestre de la Licenciatura en Cultura Física y Deporte de la Universidad de Sonora, para favorecer la generación de estrategias que permitan mejorar su aprovechamiento escolar. El diseño de la investigación es no experimental con enfoque cuantitativo. Se aplicó a 90 estudiantes del tercer semestre, una batería de pruebas para obtener un indicador global de la dimensión física y se recolectaron cuatro indicadores que constituyeron la dimensión cognitiva, las variables se cruzaron para obtener el coeficiente de correlación de Pearson, verificando su significatividad estadística. Sin embargo, no se encontró correlación significativa entre la dimensión física y la dimensión cognitiva. Se destaca la heterogeneidad de la población estudiada con respecto a sus hábitos para la ejercitación física y el desarrollo de las capacidades cognitivas. Se ha corroborado que la práctica de ejercicio frecuente es un factor que contribuye al mejoramiento de la salud, sin embargo, no se encontró relación o asociación entre la capacidad cognitiva y la aptitud física, esto significa que obtener una alta puntuación en un test de inteligencia general como es el Test de Dominó o bien, tener un alto promedio en el aprovechamiento escolar, no es posible relacionarlo con el desarrollo de la aptitud física.

Título: La educación estético- axiológica del licenciado en Cultura Física en el primer año de su formación inicial.

Autora: M. Sc. Beatriz Bravo Morejón. Prof. Auxiliar. Licenciado en Educación. Especialidad Pedagogía. Email: beatriz332602@gmail.com

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo

País: Cuba

SÍNTESIS

La educación estético- axiológica contribuye a la formación integral del licenciado en Cultura Física desde su formación inicial, la cual tiene la intención de educar valores positivos en los estudiantes lográndose la interrelación entre lo estético y lo axiológico no solamente desde lo físico, sino también moral y espiritual. Se seleccionó el primer año de la carrera a partir del estudio exploratorio realizado, el cual reveló limitaciones en el proceso de formación, por ello se trazó una estrategia que desde la acción del año académico contribuyera a la solución de estas falencias. Para ello se utilizaron diferentes métodos de investigación científica del nivel teórico, empírico y estadístico-matemático. La estrategia pedagógica elaborada posee un fundamento filosófico, sociológico, psicológico, pedagógico y jurídico, con un carácter humanista, dinámico, formativo y flexible. Se elaboraron actividades para una semana de familiarización y se diseñó un curso de iniciación profesional teniendo en cuenta los resultados del diagnóstico integral valorado por el departamento de Teoría y Metodología. Para la planificación de las actividades, se tuvo en cuenta el componente académico, laboral e investigativo, evidenciándose una relación entre lo curricular y extracurricular. Para su materialización se involucró a la comunidad educativa de la universidad, a glorias del deporte cubano, así como a otras personalidades. La estrategia pedagógica elaborada en el 2015, se implementó en el curso 2015-2016 arrojando resultados significativos develados en las evaluaciones externas realizadas en el centro educacional. Actualmente se ha rediseñado sus actividades en función del nuevo Plan de Estudio "E" vigente.

INTRODUCCIÓN

El proceso de formación de los profesionales de nivel superior debe garantizar "la preparación integral de los estudiantes universitarios, que se concreta en una sólida formación científico técnica, humanística y de altos valores ideológicos, políticos, éticos y estéticos, con el fin de lograr profesionales revolucionarios, cultos, competentes, independientes y creadores, para que puedan desempeñarse exitosamente en los diversos sectores de la economía y de la sociedad en general[1]". Esta formación se debe desarrollar de forma curricular y extracurricular, es en este proceso donde se debe tener en cuenta el sistema de valores establecidos, entre los que se encuentra los estéticos desde su carácter holístico.

La Educación Estética desde la perspectiva axiológica, ha sido poco abordada en el contexto de la Cultura Física, por lo que la autora elaboró una concepción sobre la educación estético- axiológica para ponerlo en práctica en este perfil, el cual queda definido como un proceso educativo dinámico, complejo, flexible, multidimensional y multifactorial, orientado a la formación y/o desarrollo de una actitud estético - valorativa en el ámbito de la Cultura Física, el cual está dirigido al estudio del proceso educativo de los valores establecidos posibilitando el conocimiento sobre la manifestación de los valores estéticos teniendo en cuenta la unidad entre el componente educativo con el físico, ético-moral y espiritual a fin de contribuir al desarrollo integral del profesional en correspondencia con su contexto sociocultural (Bravo Morejón, B. 2017).

Teniendo en cuenta esta concepción se realizó un estudio exploratorio en el primer año de la carrera de Cultura Física para determinar las falencias durante este proceso, obteniéndose como resultado lo siguiente:

1. El licenciado en Cultura Física en el primer año de su formación inicial, presenta limitaciones en la participación hacia las actividades de su formación profesional (fórum científico, asistencia a la guardia estudiantil, actividades extensionistas, exámenes de premio)

[1]R/M 210/07. Capítulo 1. Generalidades. Artículo1

2. Igualmente, en el conocimiento sobre las manifestaciones de los valores, fundamentalmente los estéticos, en los procesos sustantivos que se desarrollan en la universidad intra y extramuro.
3. En el cuidado, preservación y protección del patrimonio cultural tangible e intangible.
4. En ocasiones, manifiestan conductas antiestéticas en las actividades acometidas en la universidad, así como en las relaciones interpersonales con sus coetáneos.
5. Habitualmente incumplen con lo establecido en el reglamento escolar, en cuanto al mantenimiento de la limpieza y el orden en los locales utilizados, en el correcto vestuario teniendo en cuenta la actividad teórica y/o práctica que realizan, descuidando en ocasiones su porte y aspecto, entre otros indicadores.

Los resultados del estudio realizado develan la siguiente **situación problemática:**

Aun cuando se reconoce formalmente la importancia de una educación estética desde la perspectiva axiológica para la preparación integral del licenciado en Cultura Física en su formación inicial, todavía existen limitaciones en la aprehensión y sistematización consciente de los valores estéticos en el licenciado en Cultura Física en el primer año de su formación inicial para ponerlos en práctica, por lo que se determinó como **problema científico:**

¿Cómo contribuir a la educación estético-axiológica del licenciado en Cultura Física en el primer año de su formación inicial?, y como **objetivo de la investigación:**

Elaborar una estrategia pedagógica que contribuya a la educación estético-axiológica del licenciado en Cultura Física en el primer año de su formación inicial, en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”.

Para la elaboración de la estrategia pedagógica se asumió el concepto expuesto por el Dr. C. Alberto D. Valle Lima (2007) el cual la define como un “conjunto de acciones secuenciales e interrelacionadas que partiendo de un estado inicial y considerando los objetivos propuestos permite dirigir y organizar de forma

consciente e intencionada (escolarizada o no) la formación integral de las nuevas generaciones[2]".

Este autor contempla en la estructura de la estrategia: la misión, los objetivos, las acciones donde incluye los métodos a utilizar, los procedimientos a seguir, los recursos disponibles tanto humanos como materiales y los responsables designados. Asimismo tiene en cuenta las formas de implementación y de evaluación. D. Valle Lima expresa que para elaborar la misión y los objetivos de la estrategia, se debe partir de los resultados del diagnóstico, del pronóstico realizado y del estado ideal alcanzable modelado.

Fundamentos de la estrategia metodológica que se propone:

En el modelo del profesional de Cultura Física se declara que los principios fundamentales que sustentan este modelo, son: la prioridad de los aspectos de carácter educativo en el proceso de formación, en estrecha e indisoluble unidad con los instructivos y el vínculo entre el estudio y el trabajo, en sus diferentes modalidades posibles, los cuales se asumen para el diseño e implementación de la estrategia pedagógica propuesta.

El carácter educativo queda develado en la necesidad de formar convicciones para que se adopte una conducta ajustada a las normas establecidas, desarrollándose al unísono la apropiación de conocimientos, hábitos, habilidades, y capacidades cognoscitivas. Este principio se fundamenta en la ley del proceso de enseñanza que expresa la unidad de la instrucción y la educación.

En la relación entre el estudio y el trabajo queda develado el vínculo entre la teoría y la práctica, este principio exige la oportunidad de hacer determinadas elaboraciones teóricas y de enfrentarse a la actividad práctica aplicando los conocimientos adquiridos en aras de resolver los problemas que se presentan.

Asimismo se tiene en cuenta el principio de la educación: Orden, sistematización y unidad de las influencias educativas. Este posibilita un trabajo multidisciplinar donde cada uno de los factores que intervienen contribuye desde sus saberes a la

---

[2] D. Valle Lima, Alberto.(2007). Metamodelos de la Investigación educativa. Editorial pueblo y educación, la Habana, Cuba.

preparación integral del profesional de la Cultura Física en primer año de formación donde las acciones planificadas se integran en un mismo sistema.

La estrategia pedagógica para la educación estético- axiológica del licenciado en Cultura Física en el primer año de su formación inicial, se sustenta en diferentes fundamentos teóricos que son asumidos desde la visión filosófica, sociológica, psicológica, pedagógica y jurídica, los cuales se exponen a continuación:

- **Fundamento filosófico:** Se asume la concepción marxista-leninista, ya que a través del método dialéctico-materialista, como guía del pensamiento y la acción educativa, permite resolver las contradicciones presentadas en el proceso de formación integral del profesional de la Cultura Física de primer año lo que posibilita que se comprenda como un fenómeno educativo que impacta en el contexto social y que permite la reversión de los aspectos que obstaculizan el desarrollo de la personalidad y de la sociedad, mediante la preparación integral del profesional de la Cultura Física en formación durante un proceso de interacción entre la información, la formación y la transformación de la realidad individual y social.
- **Fundamento sociológico:** Se considera la educación como fenómeno social, complejo, que se encuentra en constante cambio y se desarrolla en dependencia del contexto histórico y social donde se muestran e identifican contradicciones que generan procesos de desarrollo en los que se incluye la participación de todos, y a la universidad como institución educativa que tiene en cuenta los elementos que ofrece la cultura para la preparación integral del profesional en formación.
- **Fundamento psicológico:** Se apoya en los postulados de la teoría vigostkiana, al considerar que en el claustro de profesores de la universidad existen las potencialidades requeridas para abordar los contenidos necesarios que permitan formar integralmente al profesional de la Cultura Física en primer año de formación.
- **Fundamento pedagógico:** Se consideran los aspectos contemplados en el Modelo del Profesional de la Carrera de Licenciatura en Cultura Física en la que se aspira a la formación de un profesional capaz de dirigir el proceso

pedagógico en correspondencia con la política educacional del Partido Comunista de Cuba y el Estado, así como que demuestre poseer una cultura general integral al tener en cuenta la incorporación de las tecnologías y la búsqueda de nuevos conocimientos por sí mismo.

- **Fundamentos jurídicos:** se considera que la estrategia se apoya en documentos jurídicos que demuestran la voluntad política del Estado a favor de la formación del profesional que parten de la Constitución de la República de Cuba. Así como de los reglamentos, indicaciones y regulaciones establecidas por la institución.

A partir del estudio exploratorio se modela la estrategia pedagógica para contribuir a la preparación integral del profesional de la Cultura Física en primer año de formación.

La estrategia pedagógica elaborada tiene carácter humanista, dinámica, formativa y flexible.

- Posee un **carácter humanista** al estar dirigida al desarrollo humano del profesional de la Cultura Física en su proceso de formación inicial influyendo en su preparación integral de manera armónica, además de potenciar el sentido de equidad e igualdad al ofrecer la misma oportunidad de preparación a todos los estudiantes de primer año sin distinción alguna. Igualmente se concibe al ser humano como agente de cambio para transformar su realidad y su medio social mediante sus modos de actuación.
- Su **carácter dinámico** está dado en que posibilita la realización de cambios en dependencia de los resultados obtenidos, además de promover la preparación del estudiante de primer año desde el colectivo pedagógico durante el proceso de formación inicial.
- El **carácter formativo** queda develado en el aprovechamiento de las potencialidades estético- educativas de las asignaturas del año y de los procesos sustantivos de la universidad donde se involucra el profesional de la Cultura Física en primer año de formación en aras de formar sentimientos y favorecer la educación en valores encaminados hacia el desarrollo de la personalidad y a la profesión.

- Su **carácter flexible** consiste en permitir, en dependencia de los resultados del diagnóstico inicial, la adecuación de las acciones propuestas en correspondencia con las necesidades de preparación del profesional de la Cultura Física en primer año de formación así como su corrección teniendo en cuenta los resultados obtenidos de la evaluación de cada fase. Asimismo posibilita reestructurar los objetivos de cada fase según las necesidades presentadas.

La estrategia pedagógica tiene la **misión** de:

Elevar el nivel de preparación del profesional de Cultura Física en primer año de formación favoreciendo a su desarrollo armónico-integral, fundando una cultura estética profesional encaminada a la formación de sentimientos bajo la concepción de una educación estético- axiológica que propicien nuevos modos de actuación mediante el aprovechamiento de las potencialidades de las direcciones con que cuenta la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”.

El objetivo estratégico es:

Organizar acciones secuenciales e interrelacionadas que contribuyan a la formación integral de profesional de la Cultura Física en primer año de formación permitiendo un desarrollo profesional de manera armónico-integral mediante el aprovechamiento de las potencialidades de las direcciones con que cuenta la universidad.

Los objetivos específicos son:

- Preparar a cada estudiante para que pueda vivir en armonía consigo mismo, con los demás y con la naturaleza a partir de los pilares de la educación: saber, saber ser, saber hacer, saber convivir con los demás, en correspondencia con el deber ser y el deber hacer.
- Fundar una cultura estética profesional encaminada a la formación de sentimientos y a la educación en valores de modo que propicien nuevos modos de actuación.
- Favorecer el desarrollo armónico-integral del profesional en formación a partir del desarrollo de lo histórico, lo científico-técnico, lo económico, lo jurídico, lo

ético, lo estético, lo patriótico, lo político ideológico, lo medio ambiental, lo comunicativo, lo relacionado con la educación para la salud y la sexualidad y en general con la educación en valores desde el carácter holístico de los estéticos.

El profesional de la Cultura Física **al finalizar el primer año de formación será capaz de:**

- Poseer un sentido de pertenencia institucional al identificarse con los procesos universitarios denotando compromiso en el cumplimiento de las tareas asignadas.
- Actuar en correspondencia con las exigencias y objetivos trazados en la universidad a partir de la armonía entre las aspiraciones e intereses personales y las encaminadas hacia la profesión.
- Interpretar el proceso y el resultado de su actividad a partir de una educación científico-técnica, sexual, ambiental, vocacional, económica, ética, estética, político-ideológica, jurídica y medio ambiental influyendo en el desarrollo de la Cultura Física.
- Manifestar actitudes hacia el cuidado de las instalaciones de la institución.
- Mostrar clara visión de los campos de actuación profesional.
- Mostrar ajustes en los modos de actuación en correspondencia con las normas establecidas.
- Desarrollar una comunicación dialógica basada en el intercambio de opiniones y el respeto mutuo, con adecuada expresión oral y escrita.
- Utilizar las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC) en la búsqueda, intercambio y procesamiento de la información y como fuente de autoaprendizaje y autodesarrollo profesional.
- Emplear métodos y técnicas de investigación para identificar, definir, y solucionar problemas profesionales.
- Trabajar en equipo y saber sociabilizar con ética los diferentes criterios, con respeto al trabajo propio y al de los demás.
- Actuar con compromiso social y político en el ejercicio profesional institucional.

En la estrategia pedagógica se develan las siguientes **acciones generales:**

1. Determinación de las potencialidades, barreras y limitaciones en el proceso de formación del profesional de la Cultura Física de primer año.
2. Elaboración del cronograma de trabajo para el período que se desarrollará la estrategia.
3. Planificación de acciones específicas para cada etapa y fase.
4. Planificación de acciones específicas para el período de adaptación a la carrera que contempla una semana de familiarización y un curso de iniciación profesional.
5. Diseño de un sitio web.
6. Implementación de las acciones planificadas.
7. Control de todos los componentes que integran la estrategia.
8. Evaluación de la efectividad de la estrategia en cada etapa y fase de la estrategia.

Actividades generales para la semana de familiarización teniendo en cuenta el componente académico, laboral, investigativo y extensionista

- Encuentro con personalidades / glorias del deporte.
- Talleres de orientación profesional.
- Recorridos en la universidad.
- Participación en concursos, en otras actividades.

Actividades para el curso de iniciación profesional

- Talleres de orientación profesional, científica, estética, de dirección, medio ambiental, para la salud y la sexualidad
- Recorridos
- Talleres de aficionados al arte
- Se insertan en los diferentes talleres de los departamentos según las demandas, gustos e intereses.
- Encuentro con personalidades
- Proyecciones fílmicas- Debates

Forma de implementación de la estrategia:

- Se mantiene un control permanente y sistemático sobre la aplicación de la estrategia y su reestructuración.

- Se va pasando de un estilo autoritario a un estilo más democrático cuando comienzan a implicarse a todos en las transformaciones.
- Se realizan discusiones para perfeccionar el trabajo del colectivo y por consiguiente el de la institución.

Este proceder se repite cada año y se analiza para ir perfeccionando la estrategia de trabajo, así como el reajuste de los contenidos según el diagnóstico realizado y las necesidades y prioridades del año y de la institución.

La forma de evaluación de la estrategia pedagógica:

- Se evalúa cualitativamente cada etapa de la estrategia a partir de la valoración de las fases que la componen en aras de ir perfeccionando el trabajo de manera inmediata.
- En la etapa de evaluación final se analiza el cumplimiento de los objetivos y de cada uno de los componentes que integran la estrategia.
- En caso de ser necesario se remodela la estrategia, se reajustan los programas elaborados y se discute con todos los responsables de los equipos de trabajo para su aprobación.
- Se evalúa la factibilidad de la estrategia a partir de la valoración de las técnicas aplicadas para la recogida del estado de satisfacción de los implicados teniendo en cuenta las prioridades del año académico y de la institución.

En la estrategia pedagógica se concibe cinco **etapas para el cumplimiento del objetivo estratégico**: Diagnóstico, planificación, ejecución, control y evaluación. Cada una de ellas está conformada por fases, para ello se determinan los métodos a emplear, los procedimientos, los responsables y el tiempo destinado para su desarrollo. (Esquema 1).

La estrategia pedagógica se pone en práctica con el curso regular diurno en la UCCFD “Manuel Fajardo”, ubicada en La Habana.

Para el éxito de la implementación de la estrategia pedagógica planteada, se necesita la realización de un trabajo mancomunado de los directivos de la universidad, vicerrectores, metodólogos, y profesores perteneciente al colectivo pedagógico de primer año, así como los miembros que conforman los equipos de trabajo, de esta forma se contribuirá con el cumplimiento de las acciones

planificadas en aras de favorecer la preparación integral del licenciado en Cultura Física en el primer año de su formación inicial.

Se debe socializar la forma de **evaluación del período de adaptación:**

Calificación de B – Obtiene el nombramiento: Integral.

Participa de manera activa durante el período, mantiene buena disciplina, cumple con las tareas docentes propuestas y expone de manera satisfactoria el trabajo investigativo, se denota avance en el sistema de valores que debe incorporar a su modo de actuación.

Calificación de R- Obtiene el nombramiento: En vías de la integralidad.

Participa en algunas de las actividades programadas, mantiene buena disciplina, cumple con algunas de las tareas docentes propuestas y expone de manera satisfactoria el trabajo investigativo, se denota avance en el sistema de valores que debe incorporar a su modo de actuación.

Calificación de M- Obtiene el nombramiento: No integral.

Participa en algunas de las actividades programadas, en ocasiones no ha cumplido con las normas y reglamentos establecidos, cumple con algunas de las tareas docentes propuestas y expone de manera satisfactoria el trabajo investigativo, se denota poco avance en el sistema de valores que debe incorporar a su modo de actuación.

Impacto de la estrategia pedagógica implementada

- Se logró involucrar a toda la comunidad universitaria en la semana de familiarización
- Se insertaron alumnos en talleres de los departamentos y en proyectos de la universidad.
- Se incrementó la participación de estudiantes en los talleres de artistas aficionados al arte, lográndose premios a nivel institucional
- Se logró diagnosticar integralmente a los estudiantes para su seguimiento posterior.
- Se creó la Jornada Científica de primer Año, posibilitando un aumento en la participación de los estudiantes de primer año en eventos científicos,

seleccionándose múltiples trabajos para la presentación en eventos nacionales e internacionales.

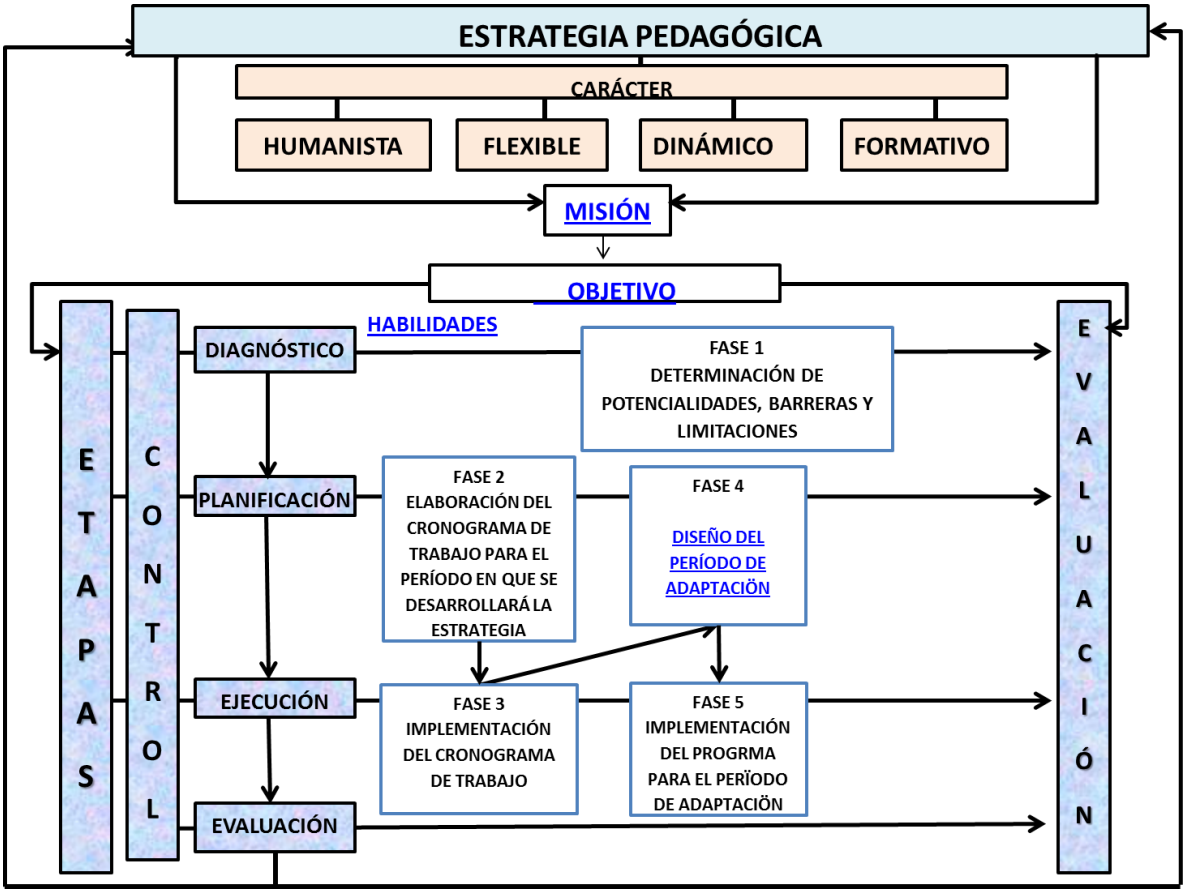
- Impacto en la Acreditación de la Carrera (En entrevistas con los estudiantes, se comprobó el dominio que poseían del Plan de Estudio y sobre los procesos desarrollados en la universidad)
- Elaboración de la multimedia para contribuir a la educación estética- axiológica en la carrera de Licenciatura en Cultura Física, creado por las investigaciones de los estudiantes.

Anexo 1. Esquema 1

ETAPA	ACCIONES		TIEMPO DESTINADO
Diagnóstico	FASE 1	Determinación de potencialidades, barreras y limitaciones.	Abril 2015
		Realización de un nuevo diagnóstico	Penúltima semana de cada curso escolar.
Planificación	FASE 2	Elaboración del cronograma de trabajo para el período en que se desarrollará.	Mayo 2015
		Reajuste del cronograma	Última semana de cada curso escolar.
	FASE 4	Diseño del período de adaptación	Junio 2015
		Reajuste en el diseño	Última semana de agosto.
Ejecución	FASE 3	Implementación del cronograma de trabajo.	Junio- Julio 2015
		Reajuste según los recursos materiales y humanos	Última semana de agosto.
	FASE 5	Implementación del programa para el período de adaptación.	Septiembre 2015- enero 2016
		Implementación con las adecuaciones teniendo en cuenta el diagnóstico.	En cada curso escolar según las condiciones existentes y los resultados del diagnóstico.
Evaluación	Se evalúa el cumplimiento de los objetivos planteados.		Febrero 2016
	Reajuste		Última semana de cada semestre que se haya implementado.
Control	Se controla todas las acciones de la estrategia.		Abril 2015- febrero 2016
	Reajuste		Permanente

Anexo 2. Esquema 2

Representación gráfica de la estructura de la estrategia



Título: La formación doctoral en la Facultad de Cultura Física, Universidad de Granma: una proyección estratégica permanente

Autor: Dr. C. Juan Manuel Fernández Hernández, jfernandezh@udg.co.cu,

Co-autores: Dr. C. Francisco Núñez Aleaga, fnunueza@udg.co.cu

MSc. Mayais Muela Matos, mmuelam@udg.co.cu

Institución: Universidad de Granma. Facultad de Cultura Física. Bayamo Granma

País: Cuba

Resumen:

La cantidad de doctores con que cuenta una universidad a nivel mundial, constituye un indicador para medir la excelencia del claustro. En la medida que el por ciento de doctores sea mayor, respecto al número de profesores, define un patrón de calidad, lo que acompaña investigaciones de alto nivel. En universidades del primer mundo,el por ciento de doctores debe ser mayor al 50. En países del tercer mundo este porciento es bajo, limitación para satisfacer las demandas fundamentales en formación posgraduada y las investigaciones. El presente trabajo tiene como objetivo exponer la labor desarrollada por la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma en los últimos 20 años como parte una proyección estratégica permanente, para elevar la formación de doctores, pues hasta el 2003 no poseía profesor con esta categoría. A partir de finales de los 90s y hasta la actualidad, se ha venido implementando unaestrategia, quepermite exhibir un total de 23 doctores (17 en Cultura Física y 6 en Pedagogía. Se cuenta con 12 jóvenes con aprobación CITMA, y se desarrolla un diplomado de preparación con una matrícula de 50 jóvenes de la facultad, Instituto de Medicina Deportiva y del Inder.

Palabras clave: formación doctoral, proyección estratégica, cultura física.

Summary:

The number of doctors with a university worldwide, is an indicator to measure the excellence of the cloister. To the extent that the percentage of doctors is higher, with respect to the number of teachers, it defines a quality standard, which

accompanies high level research. In first world universities, the percentage of doctors must be higher than 50. In third world countries this percentage is low, limiting to meet the fundamental demands in postgraduate training and research. The present work aims to expose the work developed by the Faculty of Physical Culture of the University of Granma in the last 20 years as part of a permanent strategic projection to raise the training of doctors, since until 2003 did not have a teacher with this category . Since the end of the 90s and until the present, a strategy has been implemented, which allows a total of 23 doctors to be exhibited (17 in Physical Culture and 6 in Pedagogy. There are 12 young with CITMA approval, and a Graduated with a matriculation of 50 young people of the faculty, Institute of Sports Medicine and the Inder.
Key words: doctoral training, strategic projection, physical culture.

Introducción

Uno de los indicadores tomados en cuenta para establecer el grado de excelencia de una universidad o centro de investigación a nivel mundial, es el por ciento de doctores que poseen en su claustro respecto al número de profesores e investigadores. Esta condición certifica con total claridad la alta calificación profesional de sus especialistas en lo académico y científico, coincidiendo con **Peniche (2005),** al señalar que profesionalestá capacitado para desarrollar investigaciones con un alto grado de independencia.

En la gran mayoría de las universidades ycentros de investigación de los países del tercer mundo, la cantidad de doctores presente en sus plantillas es muy baja, constituyendo esto, una gran limitación para satisfacer las demandas fundamentales en laformación de posgrado y en las investigaciones científicas. Aquí se nos da una gran contracción que está en el cómo proceder para resolver esta situación, ya que para formar doctores esnecesario contar con los profesionales que tengan la calificación requerida para quepuedan servir de tutores de la tesis, presidentes, secretarios y miembros tribunales en los talleres, atestaciones, predefensas y defensas de tesis doctorales, a lo cual se suman

otras limitaciones, descritas por **Peniche (2005),** comola falta de tradición, escasa basematerial y falta de recursos para desarrollar las investigaciones.

Una de las formas más comunes de encontrar solución a esta contradicción es la de enviar profesionales jóvenes a otros países o a instituciones dentro del mismo país a formarse como tal, pero no siempre esto constituye una salida del todo feliz, ya que los temas donde se realizan las investigaciones no siempre responden a las necesidades nacionales y locales, ubicándose fuera de contexto. Estos temas de investigación, por lo general responden a las líneas de investigación de lasinstituciones donde se forman, que casi nunca coinciden con aquellos que son de importancia para el país o centro de origen.

Otra problemática que conspira con la formación científica a través de esta forma está en el robo de cerebro, ya que una vez formado el doctor se le ofrece un trabajo en condicionesmás ventajosas, no regresando a su país con los consecuentes daños al desarrollo de su nación. A esta última situación no ha estado ajena nuestra universidad.

El **problema científico** a resolver en la presente investigación es la insuficiente cantidad de doctores en la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma (FCF-UDG).

El presente trabajo tiene como **objetivo** exponer la labor desarrollada por la FCF-UDG en los últimos 20 años como parte una proyección estratégica permanente, para elevar la formación de doctores, pues hasta el 2003 no poseía profesor con esta categoría.

El **objeto de investigación** el proceso de formación doctoral en la FCF-UDG

El **campo de acción** está en la proyección estratégica permanente para la formación doctoral en la FCF-UDG,

Para dar situación al problema científico se plantearon las siguientes **preguntas científicas:**

1. ¿Cuáles son los antecedentes y tendencias que existen sobre la formación doctoral en el mundo universitario y científico, en lo internacional, nacional y en laFCF-UDG?.

2. ¿Cuáles serían los principales fundamentos teóricos que actualmente existen sobre la formación doctoral en los diferentes contextos?.

3. ¿Cuál es el estado actual del proceso de formación doctoral en la FCF-UDG?.

4. ¿Cómo estaría conformada la proyección estratégica a implementar para contribuir a solucionar los problemas existentes con la formación doctoral en la FCF-UDG?.

5. ¿La proyección estratégica implementada para contribuir a la solución del problema científico es la adecuada?.

Para dar respuesta la las **preguntas científicas** consideradas anteriormente se plantearon las siguientes tareas científicas:

1. Antecedentes y tendencias que existen sobre la formación doctoral en el mundo universitario y científico, en lo internacional, nacional y en laFCF-UDG.

2. Fundamentos teóricos que actualmente existen sobre la formación doctoral en los diferentes contextos.

3. Estado actual del proceso de formación doctoral en la FCF-UDG.

4. Elaboración de la proyección estratégica para la formación doctoral en la FCF-UDG?.

5. Validación de la proyección estratégica implementada?.

Se utilizaron los siguientes **métodos teóricos**:

Análisis-síntesis: utilizado en la totalidad de la investigación, fundamentalmente en la precisión de los presupuestos teóricos relacionados con el objeto de investigación, el campo de acción y la estrategia diseñada, así como en la valoración y la interpretación de los instrumentos empíricos y estadísticos utilizados.

Inducción-deducción:empleado en el establecimiento y justificación de los razonamientos generales y particulares del objeto deinvestigación y el campo de acción, así como en la concreción y elaboración de los fundamentos teóricos que sustentan la estrategiapropuesta.

Histórico-lógico:empleado en la caracterización de los antecedentes y tendenciasdel proceso de formación doctoral.

Sistémico – estructural – funcional:utilizado en la configuración del sistema de procedimientos metodológicospresente en la estructura de la estrategia para la formación doctoral.

Métodos empíricos

Observación: en la confirmación del problema científico planteado y en la posterior visualización de la solución a dicho problema.

La **encuesta y la entrevista:** se aplicanen aras de revelar laexistencia y solución del problema científico.

Métodos estadísticos:en el procesamiento, interpretación y evaluación de los métodosempíricos empleados.

La población utilizada y muestra se corresponden con la plantilla de la facultad a lo largo de los años del trabajo realizado, con énfasis en los profesores con una obra científica sólida que le permitiera alcanzar el grado científico y jóvenes menores de 35 con los que se trabajó y trabaja intencionalmente.

La **novedad científica y aporte teórico**de la presente investigación está en aflorar los fundamentos que ha permitido crear un sistema de trabajo sustentado en la implementación una proyección estratégica permanente para con la formación doctoral.

El **aporte práctico** está en la elaboración yimplementación de la proyección estratégica permanente, que ha permitido la formación de 23 doctores desde el 2004 hasta la fecha, pasando a tener un papel protagónico en este indicador en el oriente cubano y a nivel nacional, con reconocimiento nacional a la calidad de sus doctores en el proceso de formacion de nuevos científicos, 4 de ellos son miembros del tribunal permanente de Ciencias de la Cultura Física.

Desarrollo

Estrategia de formación doctoral en la FCF

La actual Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma(FCF-UDG), resultado del proceso de integración que ha acontecido en los últimos tres años en el Ministerio la Educación Superior, y anteriormente como parte de la Universidad de la Cultura Física “Comandante Manuel Fajardo”, comenzó con la

implementación de una proyección estratégica —a largo plazo— para la formación doctoral a finales de los 90s del pasado siglo, y que continua en los momentos actuales, permitiendo aprovechar al máximo las potencialidades nacionales y regionales en esta área del conocimiento; siempre utilizando temáticas de investigación que pretendan y logrenresolver intereses científicos y necesidades de la provincia y el país, formando los académicos e investigadores del más alto nivel que demanda la universidad actual.

Para dar cumplimiento al objetivo propuesto e insertarse al contexto universitario de estos tiempos, en cuanto al tema de la formación doctoral, se tuvieron en cuenta y definieron etapas de trabajo, que permitirían hacer la **proyección estrategia** lo más objetiva posible.

Primera etapa.Diagnóstico y determinación de necesidades

Segunda etapa. Desarrollo de acciones

Tercera etapa. Evaluación y control de la proyección estratégica

Primera etapa. Diagnóstico y determinación de necesidades

Para el logro de positivos resultados en la FD se comenzó con la realización de un diagnóstico que permitiera determinar las potencialidades y debilidades existentes en la facultad, entre las que se destacaban las siguientes:

a) Existencia de un claustro muy joven sin experiencia académica y científica, pero conscientes de la tarea que se avecinaba.
b) Líderes administrativos con voluntad, claridad y capacidad de gestión para con la tarea.
c) Presencia de una facultad sin infraestructura material y la no existencia de un lideres científicos ya formados para respaldar de la tarea.
d) Solo pocos profesores con una obra académica y científica significativa.
e) Situación muy parecida en otras instituciones similares del oriente cubano en los tres aspectos anteriores.
f) Facultad situada a más de 700 km del centro rector.
g) Escasa cantidad de programas de doctorado para insertar aspirantes.

Con esta situación real se inicia la FD en la FCF de Bayamo a finales de los 90s. Solo existía claridad en algo, era imperiosa la necesidad de formar doctores, para

no desaparecer del espectro de la Educación Superior cubana, como la casa de altos estudios de la provincia de Granma para la Cultura Física y el Deporte.

Segunda etapa. Desarrollo de acciones

A partir del diagnóstico y la determinación de necesidades, como parte de la proyección estratégica, se empiezan a implementar acciones como vía de solución al problema planteado. Entre ellas se destacan:

a) Selección de los primeros profesores que potencialmente podrían insertarse en la FD.
b) Elaboración de un banco de problemas del territorio vinculados con la Cultura Física y el Deporte y de posibles profesores a trabajar en ellos.
c) Búsqueda de posibles tutores a estos temas seleccionados por los posibles aspirantes en el oriente cubano y el resto del país.
d) Elaboración, presentación, aprobación y/o inserción en proyectos científicos fundamentalmente con el centro rector y el INDER, que dieran respaldo a la parte científica del proyecto de formación.
e) Insertar profesores a programas de doctorados de otras universidades ISCF, FCF Camagüey, FCF Holguín, FCF Santiago de Cuba, entre otras.
f) Crearles condiciones de trabajo a los aspirantes y a los doctores que se fueran formando, especialmente materiales, insumos, alimentación, transportación, viáticos, entre otras.
g) Creación de escuelas doctorales, que le garanticen un mínimo de formación para emprender tan importante tarea.
h) Actualización anualmente de la proyección estratégica diseñada.
i) Evaluación personalizada de la ruta crítica de cada aspirante.
j) Visitas periódicas a los centros autorizados para dar seguimiento a la labor de cada aspirante.
k) Trabajo de convencimiento con los jóvenes y los “no tan jóvenes” no insertados a los programas de FD.
l) Desarrollo de sesiones y talleres científicos periódicamente con los aspirantes y los que están optando por la aprobación CITMA.

Tercera etapa. Evaluación y control de la proyección estratégica

Cada aspirante es evaluado y controlado trimestralmente, tanto en lo administrativo como en lo científico, en sesiones llamadas de rendición de cuenta del aspirante. Además de evaluar y controlar se toman acuerdos para dar una atención diferenciada y resolver problemas que no son solubles por el aspirante. Garantizando que estos sientan el control administrativo, científico y el apoyo de todo tipo, tan importante en estos casos.

Proyección estrategia para la Formación de Doctores en Ciencias específicas de la FCF de la UDG

La facultad posee una proyección estrategia para la FD en Ciencias de la Cultura Física (Se adjunta), lo que no niega la posibilidad de que algún profesor pueda insertarse en el programa de doctorado en Ciencias Pedagógicas.

Como en toda proyección estratégica, en esta están definidos todos los aspectos que son exigidos para la misma, entre los que se destacan:

i. Introducción
ii. Antecedentes y análisis histórico
iii. Problema
iv. Marco científico actual de la formación de doctores en ciencias
v. Fundamentos de la formación de doctores
vi. Principios en que se sustenta la estrategia
vii. Valores a desarrollar en los aspirantes
viii. Misión
ix. Grupos implicados:
x. Problemas estratégicos generales
xi. Solución estratégica general
xii. Estrategia general (ofensiva)
xiii. Opciones estratégicas
xiv. Política institucional acerca de la formación de doctores
xv. Implementación de la estrategia.
xvi. Premisas para el éxito de la estrategia
xvii. Seguimiento y sistema de control a la implementación de la estrategia

xviii. Proyección para la formación de doctores en el periodo 2017 – 2020

a. Relación nominal de doctores de la fcf
b. Relación nominal de doctores menores de 35 años
c. Relación nominal de profesores menores de 35 años
d. Relación nominal de profesores de 35 a 40 años
e. Relación nominal de profesores de 40 a 50 años.
f. Relación nominal de profesores de 50 a 60.
g. Relación nominal de profesores más de 60.
h. Relación nominal de profesores que no desean insertarse a la formación doctoral
i. Relación nominal de profesores con aprobación del citma, año de aprobacion
j. Profesores para diplomado de preparación para la formación doctoral. De octubre 2016 - marzo 2017
k. Relación de profesores que deben defender en el 2016
l. Relación de profesores que deben defender en el 2017
m. Relación de profesores que deben defender en el 2018
n. Relación de profesores que deben defender en el 2019
o. Relación de profesores que deben defender en el 2020

Como toda proyección estrategia tiene un carácter abierto, lo que indica la posibilidad de su actualización sistemática.

Principales resultados alcanzados en los últimos quince años

1. Dinámica de la formación axiológica de los futuros profesionales de la Cultura Física.
2. Estrategia didáctica para desarrollar la subdirección intelectual durante la preparación táctica de los esgrimistas.
3. Estrategia educativa para la formación de valores morales en atletas de las escuelas integrales deportivas.
4. Estrategia interdisciplinaria orientada a la superación del entrenador de esgrimistas escolares para la prevención de lesiones.

5. Estudio de las características físicas, técnico-táctico, antropométrico y psicológicas (esfera - motivacional – volitiva) de los luchadores (libre y grecorromana)categoría 13-14 años de las provincias orientales. Un enfoque a la evaluación de talentos.
6. Estudio de los indicadores pedagógicos de la preparación a largo plazo de los pesistas granmenses y las potencialidades deportivas en relación con la selección de talento Nueva concepción del programa de educación física para niños con retraso mental Dinámica de la formación axiológica de los futuros profesionales de la cultura física.
7. Metodología para el entrenamiento de la fuerza rápida de los bateadores participantes en series nacionales de béisbol.
8. Metodología para contribuir a la reducción de secuelas neurológicas de tipo cortical en boxeadores de alto rendimiento de la categoría social.
9. Metodología para el entrenamiento de la fuerza resistencia en el ciclismo de ruta de la categoría juvenil.
10. Metodología para la atención física educativa a niños con diagnóstico de retraso mental que padecen de asma bronquial.
11. Metodología para la superación profesional en la educación ambiental de los entrenadores de ciclismo.
12. Nueva concepción del programa de Educación Física para niños con retraso mental.
13. Programa de ejercicios físicos para la rehabilitación de pacientes mastectomizadas.

Otros resultados en los que actualmente se trabaja como parte de la FD.

14. Estrategia educativa para la prevención de trastornos de la conducta en escolares con alteraciones en el comportamiento desde la clase de Educación Física
15. Estrategia transdisciplinar para superar a profesores de recreación física en animación recreativa.

16. Programa de entrenamiento socio-psicológico para el desarrollo de habilidades comunicativas en la corrección de errores técnicos en las carreras planas de velocidad.
17. Modelo estratégico para la dirección de equipos en deportes colectivos.
18. Metodología para la enseñanza técnica del fútbol en niños principiantes.
19. Metodología de enseñanza del ajedrez para niñas y niños de la categoría 7y 9 años de los combinados deportivos.
20. Concepción metodológica para el desarrollo de la condición física en niños con siklemia.
21. Iniciación deportiva en el contexto de la Educación Física.
22. Metodología para el perfeccionamiento de la transferencia de rapidez de ejecución técnica de los giros a la fase final en el lanzamiento del martillo.
23. Estrategia de superación para el desarrollo de la inteligencia deportiva en los entrenadores de Voleibol

Como se aprecia se ha contribuido conresultadospositivosa la solución de problemas del territorio y la nación, desde una concepción puramente científica.Se han alcanzado 13 resultados directos como producto de investigaciones de tesis doctorales, que han generado impactos tanto para la Ciencia y la Técnica como para el posgrado, y positivos niveles de aplicación con obtención de premios.

Existen otros 10 resultados científicos como producto de tesis doctorales en etapa final de culminación.

Tabla 1. Defensas de tesis doctorales pertenecientes a profesores de la FCF UDG

Año	País	FCF	% País	Dres Cs Ped	Total FCF	Nombres	
2000	4	0	0%	0	0	—	
2001	10	0	0%	0	0	—	
2002	3	0	0%	0	0	—	
2003	13	0	0%	0	0	—	
2004	11	1	9%	0	1	(1) Richard Almaguer López	Ven
2005	11	1	9%	0	1	(2) José E. Garcés Carracedo	
2006	12	3	25%	0	3	(3) Armando Rosales Carrazana (4) Helmer Ant. Méndez Infante (5) Andrés Briñones Fdez	USA

2007	17	0	0%	1	1	Ángel Abel Báez Arias. Cs. Ped.	
2008	21	0	0%	0	0		
2009	26	0	0%	1	1	Reinaldo Estrada Cingualber Cs. Ped	
2010	16	1	6,3%	0	1	(6) Alexis Macías Chávez	
2011	27	1	3,7%	0	1	(7) Lexis Figueredo Fruto	
2012	13	0	0%	1	1	Erik Mendoza Barroso. Cs Ped.	Gtmo
2013	30	2	6,6%	0	2	(8) Odonel Martínez Bárzaga (9) Sergio Milán	UCCF
2014	32	3	9,4%	3	6	(10) Francisco Núñez Aliaga (11) Yoandri Espinosa Téllez (12) Delio Cumblera Sanchez YisneySabala, Cs. Ped. Odalis M Gómez Gómez. Cs. Ped. Livàn Álvarez Arzuaga. Cs. Ped.	USA
2015	11	1	9,1%	0	1	(13) Ángel Ortega Liens	
2016	37	4	10,8 %	0	4	(14) Dairoandris Maestres Cabrales (15) Maikel Tejeda Piñeiro (16) Margarita González Vázquez (17) Ana Ofelia Rodríguez Espinosa	
Total	**294**	**17**	**5,7%**	6	23	—	
	264	**17**	**6,4%**				
2017	---	3	---				

Hasta la fecha, el tribunal permanente de Ciencias de la Cultura Física ha formado un total de 294 doctores, de ellos 17 corresponden a nuestra facultad, lo que representa el 5,7 por ciento del total. Si tenemos en cuenta la cifra de doctores formados a partir del 2004 por este tribunal ascendente a 264, de ellos los 17 son de la FCF-UDG. Que representa el 6,4 por ciento, cifra significativa, si tenemos en cuenta que son 17 facultades de Cultura Física en el país.

Conclusiones

1. La FCF UDG en los últimos 15 años ha desarrollado una labor sostenida en la formación doctoral, que le permite ubicarse entre los primeros lugares de sus similares del oriente cubano y el país, como producto de la implementación de una proyección estratégica adecuada.

2. Como producto del proceso de integración la FCF la formado en los últimos dos años 5 doctores, que la ubican como líder de este complejo proceso a nivel de UDG.

Bibliografía

Ley 1281 (1974) Ley 1281 del 2 de diciembre de 1974. Sistema Nacional deGrados Científicos. Gaceta Oficial de Cuba.

D-Ley No. 133 (1992). Decreto-LeyNo. 133 del 8 de mayo de 1992. Sistema Nacional de Grados Científicos de la República de Cuba. Gaceta Oficial de Cuba.

Carlos Peniche Covas (2005). La formación de especialistas de alto nivel científico en condiciones de subesarrollo: retos y perspectivas. La experiencia cubana. https://www.nodo50.org/cubasigloXXI/politica/peniche1_311202.pdf

Hernández Herrera, R.; Rodríguez Pendás, M.; Piñón González, Josefina; del Canto Colls C.; Guerra Gómez S.; PortelaFalgueras R.; y Moreno Castañeda, María Julia (2009). Política y estrategia para la formación doctoral y posdoctoral en el sistema nacional de educación en Cuba. La Habana: Editora Educación Cubana. Ministerio de Educación.

Título: La gestión por competencias en el Sistema de Cultura Física Cubano. ¿Una necesidad?

Autores: Dr. C Rosa María Tabares Arevalo, rosam.tabares@upr.edu.cu. Profesora Titular. Doctora en Ciencias Pedagógicas. Máster en Didáctica de la Educación Superior. Especialista en medios de enseñanza. Investigadora Auxiliar. Vicedecana de Investigación y Postgrado

Dr. C. Modesta Moreno Iglesias, modesta.moreno@upr.edu.cu. Profesora Titular. Doctora en Ciencias Pedagógicas. Máster en Didáctica de la Educación Superior. Especialista en Pedagogía.

MSc María de las Nieves Díaz Hernández, maria.diaz@upr.edu.cu. Profesora Auxiliar. Máster en Actividad Física en la Comunidad. Especialista en Materialismo Histórico. Licenciada en Filosofía.

MSc.Bienvenido Emilio Viera Sánchez, bienvenido.emilio@upr.edu.cu. Profesor Auxiliar. Máster en Didáctica de la Educación Física Contemporánea, Licenciado en Cultura Física.

Institución: Facultad Cultura Física de la Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"

País: Cuba

Resumen:

La formación por competencia en el proceso educativo reconoce la necesidad de que el aprendizaje se conciba como un proceso que provoque resultados dirigidos a cambiar comportamientos y actitudes al unísono que se transforma la realidad, por lo que los Recursos Humanos entendidos como profesor y estudiantes tendrán que enfrentarse a las nuevas exigencias científicas y del entorno. Por tal motivo esta formación deviene en una fuente de desarrollo individual que debe ser abordada desde un enfoque sistémico e implementarse con gran sentido de responsabilidad y profesionalidad, acorde a las políticas y estrategias que la sociedad le traza a la Universidad.

Transformar el proceso educativo profesional, que sitúe al estudiante en el núcleo del mismo, promover la resolución de problemas, potenciar de métodos activos de

enseñanza y formas organizativas que permitan desplegar todas las potencialidades de los alumnos, que desarrolle la independencia cognoscitiva del estudiante y la búsqueda científica, lograr que el alumno sea responsable de su propio aprendizaje, exigen recalificar al profesorado para que logre desarrollar en los estudiantes competencias que él previamente debe adquirir.

Dentro de estas, la competencia investigativa desempeña un importante papel porque dotan al estudiante de las herramientas científicas que debe utilizar en su estudio de la realidad que lo rodea para adquirir no sólo el conocimiento teórico, sino la posibilidad de transformar esa realidad, precisamente se establecen en las etapas del proceso investigativo planteadas por las autoras, acciones a emprender por maestros y estudiantes para lograr este cometido.

Palabras claves: Gestión educativa, formación por competencias, proceso educativo formativo, competencia investigativa.

Summary

Training for competition in the educational process recognizes the need for learning is conceived as a process resulting results aimed at changing behaviors and attitudes in unison that reality becomes, so Human Resources understood as a teacher and students will have to face new scientific and environmental requirements. Therefore this training becomes a source of individual development that must be addressed from a systemic approach and implemented with great sense of responsibility and professionalism, according to the policies and strategies that society draws to college.

Transforming the professional educational process that places the student at the heart of it, promote problem solving, promote active teaching methods and organizational forms that can unlock the full potential of students, to develop cognitive independence of the student and the scientific research, ensure that the student is responsible for their own learning, requalification require teachers to develop students achieve competencies that previously he must acquire.

Within these, the research competence plays an important role because they provide students with scientific tools to use in their study of the reality around him to acquire not only theoretical knowledge, but the possibility of transforming this

reality precisely established in the stages of the research process raised by the authors, actions to be undertaken by teachers and students to achieve this goal.
Keywords: management education, skills training, formative educational process, research competence.

Introducción

Las transformaciones que sistemáticamente en el mundo contemporáneo se están produciendo en los escenarios educativos, han provocado cuestionamientos en los perfiles que plantean los currículums en las instituciones de educación superior, por lo que cada vez la concepción de una formación por competencias adquiere gran importancia, sobre todo, con el criterio de que en la estructura de la competencia profesional participan formaciones psicológicas cognitivas, motivacionales y afectivas.

La formación concebida a través de un modelo por competencias profesionales, prioriza el aprendizaje por encima de la enseñanza. Esta manera de proyectar el currículum en la educación universitaria, reviste una gran importancia para la formación de los profesionales que requiere el mundo actual.

En las condiciones del mundo contemporáneo, caracterizado por un contexto globalizado en todos los aspectos de la vida laboral, política, económica, ambiental, cultural y social; donde una constante es la dinámica con que se realizan los cambios e innovaciones, aparejado a los adelantos científicos y tecnológicos , todos en función de la elevación de la productividad del trabajo, la búsqueda de nuevos mercados, satisfacer necesidades, atraer nuevos clientes o mantenerlos, incremento de las utilidades, cuidado del medio ambiente, alianzas estratégicas de grandes organizaciones, así como también quiebras de grandes empresas con la incertidumbre que lleva aparejada en todos los órdenes, el hombre se constituye en el recurso principal, por lo que el aprovechamiento y fortalecimiento de las competencias del capital humano es el pilar fundamental de éxito de cualquier organización.

En las Universidades por tanto, el perfeccionamiento de la dirección del proceso formativo a cargo del maestro y del proceso de un aprendizaje personalizado y

significativo a cargo de los estudiantes encaminados a resultados cada vez más efectivos constituye un aspecto de alta prioridad.

Por ello se pretende presentar en este trabajo una propuesta de acciones para la formación de la competencia investigativa desde el currículum de la carrera de cultura física que contribuya a elevar a planos superiores la gestión de los procesos en los que interactúa este profesional en la esfera de la educación física, la recreación, la cultura física terapéutica y el deporte.

Desarrollo

Gestión y formación basada en competencias

La gestión por competencias constituye una herramienta necesaria que tiene el profesor en sus manos para dirigir y facilitar el desempeño de sus estudiantes, teniendo en cuenta su capacidad de promover la motivación, compromiso y desarrollo integral, por tal motivo su estudio y aplicación al proceso de enseñanza aprendizaje cada día logra más adeptos que lo visualizan como el enfoque que contribuye a una gestión más efectiva de este proceso. Se asume que el modelo de gestión por competencia trasciende los marcos del área funcional de recursos humanos e impacta en todos los componentes del proceso.

El tratamiento teórico, las experiencias y las acciones en torno al enfoque de gestión por competencias se han incrementado a nivel internacional en las últimas décadas, asociado a las nuevas formas de organización y recompensa al trabajo, como vías de mantener las ventajas competitivas y elevar la eficiencia y eficacia.

En el entorno nacional cubano ello ha tenido sus efectos sobre todo en el marco del perfeccionamiento empresarial, mecanismo que propicia la implementación de nuevos enfoques empresariales. En este sentido tiene una relevancia significativa el Sistema Integral de Gestión del Capital Humano (SIGCH) contenido en las Normas Cubanas3000-3002/2007 del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (en lo sucesivo NC 3000/2007), por cuanto abre un espacio de investigación teórica y metodológica para la implementación y evaluación del enfoque de gestión por competencia.

En el marco de este sistema, la formación constituye un factor clave (Cuesta, 1999; Marrero, 2002). La empresa de hoy demanda fundamentalmente trabajadores calificados, técnicos especializados, supervisores competentes y directivos capaces y comprometidos para desempeñar con habilidad y eficacia sus labores e influir decisivamente en el desarrollo, avance y futuro de la organización.

El proceso educativo en las universidades no escapa a esta tesis y por tal razón se fundamenta ampliamente en la necesidad de la formación de los Recursos Humanos (profesor-estudiantes), donde se define el fin a lograr acorde a los intereses sociales y todos los recursos que se requieren para ello. Un programa de formación tradicional no es suficiente para resolver estas necesidades (Mertens, 1998; Cuesta, 2001; Zayas, 2001)

Todo lo anterior pone de manifiesto el imperativo de integrar las tendencias relacionadas con el enfoque de competencias a la formación a todos los niveles, así como el carácter estratégico y continuo del proceso formativo, en la concepción e implementación del proceso de formación en las organizaciones acorde a las exigencias de los momentos actuales.

En tal sentido Cuesta, A. (2000):

"La gestión del desempeño por competencias se enfoca en esencia, hacia el desarrollo y lo que las personas sean capaces de hacer en el futuro. A esta gestión, el pensamiento estratégico y la proactividad, le son inmanentes. La gestión de competencias es hoy concepción relevante a considerar en la Gestión de Recursos Humanos (GRH) e implica mayor integración entre estrategia, sistema de trabajo y cultura organizacional, junto a un conocimiento mayor de las potencialidades de las personas y su desarrollo" (p. 22)

Muchas son las interpretaciones del concepto competencia y de competencia profesional; pero en ellas siempre se ponen de manifiesto aspectos tales como: integración de conocimientos, habilidades, capacidades, valores, que provocan mayor efectividad en las actividades que desarrolla el hombre atendiendo al contexto en el que se desenvuelve, al cual logra transformar y transformarse a sí mismo en esa interacción; como reflejan los ejemplos presentados:

Cuesta, A. (2001, p.25) “Un conjunto integrado de conocimientos, habilidades, motivos y rasgos que un individuo puede desplegar de forma organizada en relación con una actividad o conjunto de actividades dentro del marco organizativo”

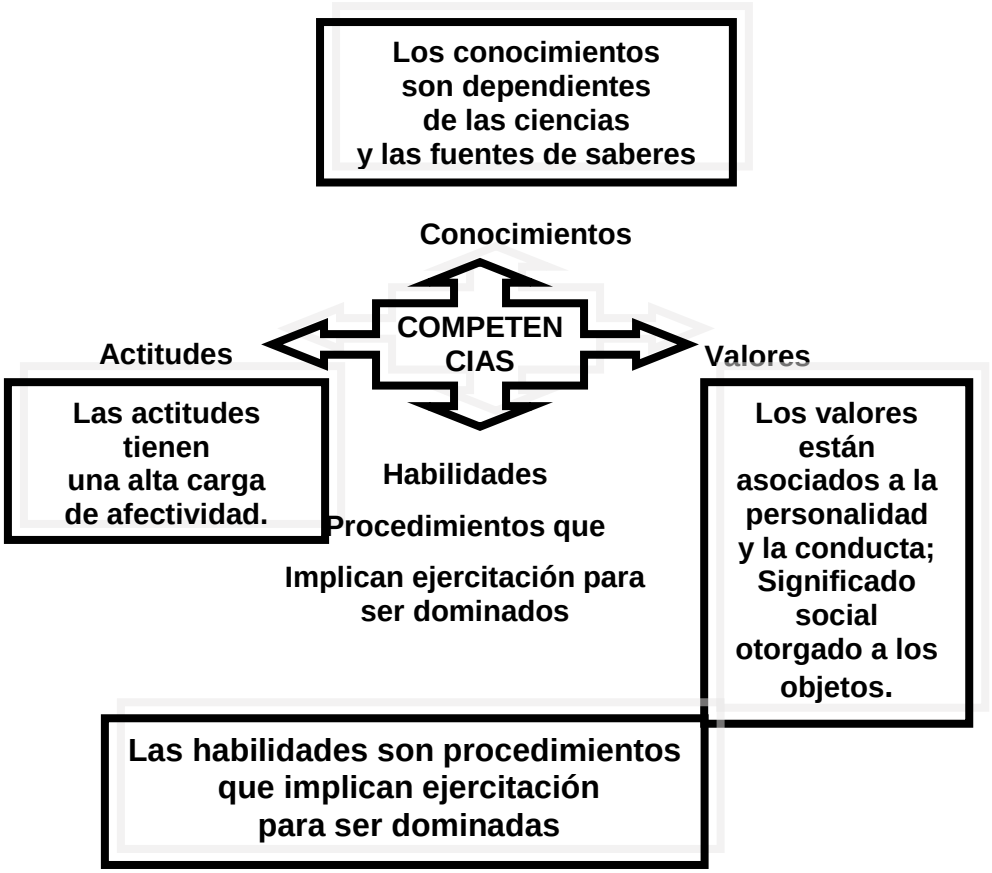
Tuning. Europa. (2007, p.5), “Las competencias representan una combinación dinámica de conocimiento, comprensión, capacidades y habilidades”

García, M. (2013), plantea que es “La integración holística de conocimientos, habilidades, valores, actitudes y destrezas demostradas, en contextos socio-laborales diferentes y cambiantes, poniendo en práctica las experiencias y los principios básicos, saber, saber hacer, saber ser, saber emprender, saber compartir y vivir en colectivo, académico, laboral y social” (p49)

La Norma Cubana, la define como: conjunto sinérgico de conocimientos, habilidades, experiencias, sentimientos, actitudes, motivaciones, características personales y valores, basado en la idoneidad demostrada, asociado a un desempeño superior del trabajador y de la organización, en correspondencia con las exigencias técnicas, productivas y de servicios. Es requerimiento esencial que esas competencias sean observables, medibles y que contribuyan al logro de los objetivos de la organización. (NC3000:2007)

Se han tratado de establecer las relaciones entre las diversas dimensiones que conforman la definición y que la hace más funcional y operativa, con una concepción holística en el análisis de la gestión de los recursos humanos en la formación por competencias.

Al referirse esencialmente al término formación por competencias en el proceso educativo de las universidades se precisa la necesidad de provocar una transformación en el estudiante imbricando conocimientos, habilidades, actitudes, valores para lograr un resultado más efectivo en las condiciones concretas en que se desenvuelve. Gráfico1



Formar a los estudiantes a través de competencia implica enseñar a que adquieran la mayor cantidad de instrumentos para su comprensión en la adquisición de nuevos saberes (aprender a aprender), influir sobre el propio entorno solucionando los problemas y perfeccionándolo (aprender a hacer), que participe y coopere en las actividades que se desarrollan realizando procesos de socialización (aprender a vivir juntos), desarrollar todo el talento, la creatividad para la gestión y autogestión de los procesos (aprender a emprender) y crecer como sujetos englobando los pilares anteriores (aprender a ser)

Estas exigencias le indican al maestro que su función no es sólo transmitir información, sino que debe enseñar a reforzar el sistema de aprendizaje “del currículo oculto” de cada estudiante, orientándolo en cómo integrar conocimientos, habilidades, valores y actitudes a la solución de problemas sociolaborales que desencadenen en el desarrollo de capacidades y le permita identificar, interpretar y argumentar el contexto sociolaboral resolviendo problemas de forma innovadora y creativa, con responsabilidad social.

La formación por competencias exige al maestro la necesidad de romper las barreras existentes e ir mucho más hacia la visión de futuro, estar por encima de la mera orientación de solución de tareas, ir hacia el papel que el estudiante debe desempeñar en este proceso. Facilitar que el estudiante conozca los objetivos y lo que se espera de él y actúe en consecuencia, lograr mayor eficiencia en la dirección del acto de aprender.

El maestro necesita entonces dominar científicamente todo su accionar adquiriendo las herramientas teórico metodológicas que le brinda la didáctica como ciencia que aborda el proceso de enseñanza aprendizaje en marcos curriculares, dominar sus componentes estructurales y formas de manifestación, cómo orientarlos y cómo lograr que lo hagan suyo los estudiantes.

Es necesario que el proceso de formación por competencia favorezca el protagonismo de los participantes en el proceso y que sean ellos los que decidan aquello que consideran necesitan para su formación, el ritmo y los materiales didácticos que utilizarán, así como los contenidos que requieren.

En la revisión bibliográfica, se han podido constatar definiciones, clasificaciones, sistematizaciones y propuestas curriculares en torno a la necesidad de formar por competencias, a partir del estudio teórico y el análisis de diversos autores como Alcántara, J. (2002); Cardoso, R. (2008); Ducci, M. A. (1997); Levy, C. (1997), Maclelland, D.C, (1973); Mertens, L. (2000); Vargas, F. (1999) y Tejada, J. (2002). En el caso de Cuba, el tema se ha venido trabajando teóricamente por Fuentes, H. (2000), González, V. (2002); Cuesta, A. (2000); Iñigo, E y Sosa, A. M, (2003); Alpízar, J, (2008); Díaz, T. (2016) entre otros, aunque no existe implementado hasta el momento ningún plan de estudio o currículo en función del desarrollo de competencias profesionales.

A partir de lo planteado por Guédes, V. (1995); las competencias no son algo que se asimila de una vez para siempre, más bien son procesos que incrementan sus potencialidades a partir de sus secuenciales avances. No se forman en un momento de la vida, sino a lo largo de toda ella, tanto dentro como fuera de la universidad, siendo estudiante o trabajador ya graduado. En su proceso formativo incide la universidad, el Proceso Docente Educativo (PDE), la familia, la sociedad

y comunidad en la que vive, trabaja y se relaciona. La formación de competencias por tanto, debe fomentarse en el transcurso de los años en la universidad, tomando en consideración la integración de conocimientos, habilidades, destrezas, valores y actitudes.

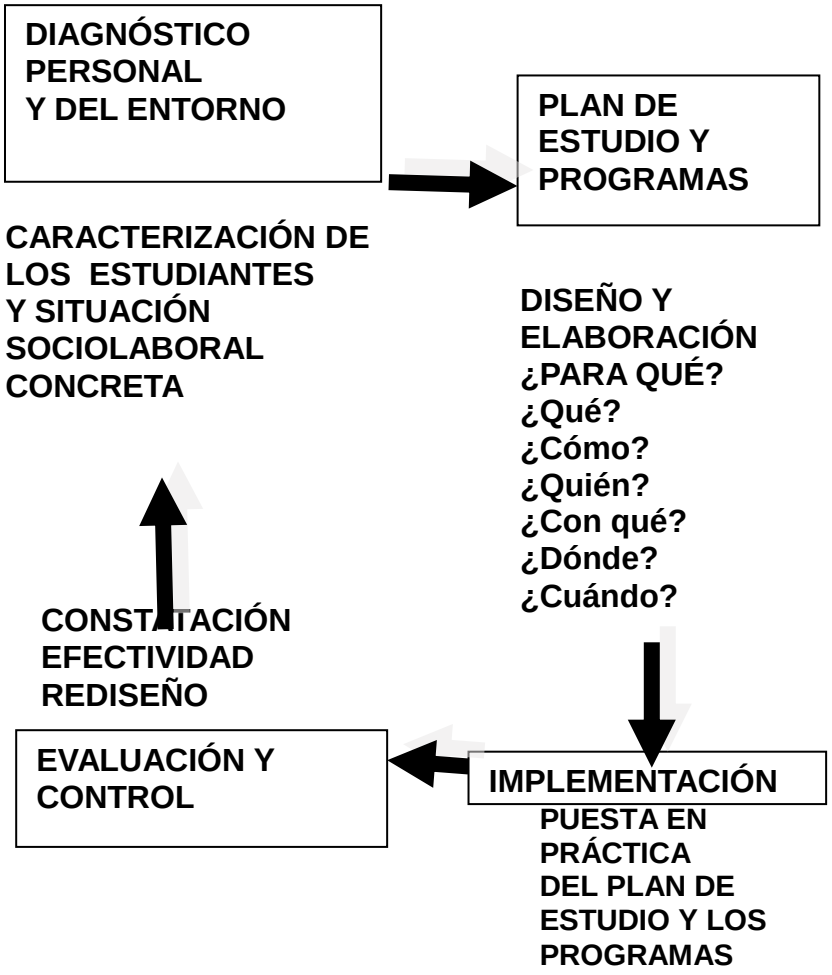
Por lo que la formación de competencias y particularmente la formación de competencias profesionales deben trabajarse de manera intencionada desde la universidad.

La necesidad del talento creador es vital en las organizaciones modernas, donde la innovación es clave para responder al entorno. No resulta suficiente aprender la cultura acumulada por la humanidad en determinada ciencia, es menester aportar nuevas soluciones a los problemas surgidos del desarrollo científico y tecnológico, de las transformaciones para adaptarse a los cambios, entre otros factores; para ello los maestros deben desplegar todas sus potencialidades en aras de lograr fomentar el talento creador de sus estudiantes.

Los autores desde una visión integrada de las valoraciones realizadas a los autores consultados consideran que a pesar de no existir currículos diseñados por competencias en Cuba, si se ha involucrado desde los perfiles del profesional esta necesidad al proyectarse la necesidad de un profesional competente, por ello adecuan la propuesta del ciclo de formación planteada por Cuesta (2000) atendiendo a las condiciones actuales del proceso formativo de las universidades que ilustra cómo se realiza este proceso formativo en las universidades cubanas.

Se parte de la caracterización del estudiante y el entorno sociolaboral para diseñar planes de estudio y programas en correspondencia con los fines que la sociedad exige a la educación escolarizada, se aplican los mismos adecuándolos a los contextos concretos, tiempo y lugar en que actúan y se evalúan los resultados de su implementación por la calidad obtenida en el proceso como un todo para constatar si es necesario alguna reestructuración, modificación, cambio o introducción de algo nuevo, tanto en sus connotaciones micro (clase), como macro (plan de estudio).Gráfico 2

PROCESO FORMATIVO



Este proceso formativo cubano está condicionado por la interrelación e interacción de subprocesos sustantivos como la docencia, la investigación y la extensión, preparar al profesional científicamente para que socialice lo logrado transformando la realidad y a sí mismo. Se insiste en que el estudiante logre el desarrollo de la iniciativa, la resolución de problemas, el pensamiento abstracto, la interpretación y la anticipación, pero al plantear el desarrollo de dichas competencias en ambientes educativos tradicionales en que el proceso de enseñanza aprendizaje se conciba dirigido al grupo en su totalidad y no a las individualidades de sus miembros obstaculizan la efectividad de su puesta en práctica.

Este es un aspecto extremadamente esencial en tanto la formación basada en competencias debe estar dirigida al desarrollo de las competencias en las

personas a partir de su individualidad. Cada persona va aportar con su formación al desarrollo del grupo en el que está inserto.

El proceso formativo y su aplicación se revelan hoy como un requerimiento fundamental, motivado por factores de diversa naturaleza como: un profesional más competente, desarrollo tecnológico y necesidad de innovar en todas las áreas, la transformación de los contextos desde las implicaciones personales del sujeto buscando éxito con calidad y eficiencia.

Por ello, en el Sistema de la Cultura Física y el Deporte se impone la implementación de la gestión por competencias de forma tal que permita la determinación de perfiles de competencias y procesos de formación basados en competencias para los futuros profesionales, que contribuyan a perfeccionar el accionar a través de la actividad física la cual se desarrolla en diversos espacios físico-deportivos (instalaciones deportivas)

Una de las maneras de enfrentarla, es el tratamiento de la preparación científica por competencias donde se manifieste la labor científica en la solución de problemas y búsqueda de nuevos conocimientos.

Las autoras conciben como competencias investigativas los niveles de desempeño, como sinónimo de “saber y poder hacer”, “de saber resolver, comunicar y transferir”, que debe estar presente en el investigador para realizar con éxito su tarea de transformador de la realidad.

La universidad debe brindar a los futuros profesionales la posibilidad de enfrentar su futura labor con toda la preparación investigativa que les permitan una eficiente actuación en la solución de los problemas que se les presenten.

En el modelo del profesional se explicita que los egresados deben desarrollar:

Habilidades profesionales específicas como:

- Programar y desarrollar clases de educación física.
- Ejecutar los elementos técnico – tácticos de los deportes que son objeto de estudio.
- Aplicar la metodología de la enseñanza de la gimnasia, los juegos y los deportes.
- Elaborar planes y desarrollar sesiones de entrenamiento deportivo.

- Utilizar diferentes ejercicios, medios y equipos para la preparación física y deportiva.
- Organizar y desarrollar competencias deportivas, con dominio del arbitraje y la anotación.
- Actuar con respeto de los reglamentos y normas del deporte.
- Organizar y desarrollar actividades físico deportivas y recreativas en diversos medios naturales en la comunidad, desde una visión de “Deporte para Todos”, y medio ambiental.
- Instrumentar y ejecutar el cuidado y mantenimiento de instalaciones y medios deportivos.
- Aplicar técnicas y ejercicios profilácticos y terapéuticos de rehabilitación física, así como métodos de control y adaptación de actividades a personas discapacitadas o con necesidades educativas especiales.
- Diseñar proyectos comunitarios con un fin transformador, a partir del diagnóstico de necesidades socioculturales y de actividad física de la población, en los contextos en que desarrolla su actividad laboral e investigativa.

Y aplicar diferentes formas de diagnóstico, programación, control

Son funciones del Licenciado en Cultura Física las siguientes:

- Dirigir actividades físico deportivas y recreativas en las diferentes esferas de actuación del profesional, partiendo de criterios científicos, la legislación vigente y las indicaciones metodológicas establecidas.
- Promover y organizar actividades de la Cultura Física en su centro laboral y en el contexto social, en coordinación con las estructuras administrativas y las organizaciones políticas y de masas del territorio.
- Formar valores, actitudes y convicciones patrióticas a través de las actividades físicas - deportivas y recreativas que dirige.
- Evaluar los procesos de la Cultura Física con objetividad y nivel científico en correspondencia con las características físicas, psíquicas y biológicas de los participantes y su diversidad para valorar sus resultados y la asimilación de los contenidos impartidos como base para planificar nuevas actividades.

- Perfeccionar de manera sistemática su actuación y desempeño profesional mediante la búsqueda e intercambio permanente de información, con amplia utilización de las TIC, la literatura especializada más actual, así como el desarrollo de estudios de postgrado y la investigación científica.

Por lo que al finalizar su carrera el egresado debe ser capaz de:

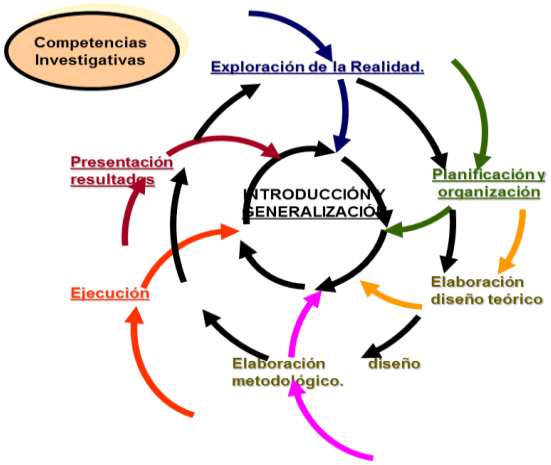
Poner en práctica, en el ejercicio de su profesión, habilidades pedagógicas, físicas, deportivas y recreativas, con dominio de la comunicación, la tecnología y la investigación, sobre bases científicas en correspondencia con los enfoques filosóficos, económicos, psicopedagógicos, biológicos, socioculturales, éticos, estéticos, de dirección, de investigación y medio ambientales asociados a la Cultura Física, con un pensamiento reflexivo, transformador y de atención a la diversidad, al servicio permanente de la Revolución y de nuestra Sociedad y con un nivel de actuación ciudadana y profesional que evidencien su amor por la Patria y su disposición a defenderla, así como otros valores formados en correspondencia con el sistema de valores establecido en este modelo.

Después de realizar observaciones a exposiciones de tesis de grado y de revisar informes finales, las autoras han constatado que el proceso de formación de competencia investigativa presenta insuficiencias para el desarrollo de las potencialidades de los estudiantes desde sus modos de actuación, en las diferentes etapas por las que transcurre este proceso, desde la exploración de la realidad, la organización y planificación de la investigación, su ejecución y validación, la presentación de los resultados y su introducción y generalización como se expresa en el gráfico 3.

Se determinan además otras insuficiencias que se constituyen en obstáculos para el desarrollo de esta competencia entre las que se pueden mencionar: no se poseen todas las herramientas necesarias en el colectivo pedagógico para lograr una formación por competencia, el modelo del profesional de la carrera está orientado a la aplicación científico investigativa a los procesos que aborda, sin embargo no se tributa a ello siempre a través de todas las disciplinas, no existe una estrategia curricular que contribuya al desarrollo investigativo para los

diferentes años de la carrera, solo se declara en el 3er y último año el desarrollo investigativo, pues es donde se imparte la asignatura de metodología de la investigación, y donde algunos estudiantes concluyen con Tesis de Grado; sin embargo los estudiantes desde el primer año deben desarrollar habilidades investigativas a través del tratamiento didáctico de las diferentes asignaturas, así como en el tratamiento interrelacionado de los componentes académico, laboral e investigativo.

Por ello surge la interrogante de cómo contribuir a la formación de la competencia investigativa en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física aprovechando el tratamiento científico metodológico del currículo de las diferentes disciplinas para lo que se presentan diferentes acciones a implementar atendiendo a las etapas de este proceso. (Tabares, R. 2005)



Exploración de la realidad

- identificar la dificultad que se manifiesta en la realidad en que se desenvuelve el estudiante (el maestro orienta la observación directa e indirecta de la realidad educativa que se debe investigar)
- realización del diagnóstico exploratorio o inicial de la situación problemática identificada

- análisis de fuentes teóricas de información por todas las vías (textos, artículos, obras científicas, tanto impresos como digitales)
- análisis de fuentes empíricas de información (aplicación de los métodos empíricos)
- determinación de posibles causas que justifican la existencia de la contradicción identificada y toma de decisión del investigador. (situación problemática)

Planificación y organización de la investigación

- formulación del problema científico
- elaboración del diseño teórico metodológico
- desarrollo del pilotaje o estudio de prueba
- reajuste del diseño de la investigación
- precisión de la novedad científica
- contribución a la teoría y a la práctica

E*jecución de la investigación*

- estudios de antecedentes históricos
- estudios comparados acerca del problema que se investiga
- sistematizaciones a partir de análisis en diferentes teorías relacionadas con el objeto y campo de la investigación
- desarrollo de caracterizaciones a partir de diagnósticos realizados al estado actual del problema
- obtención de propuestas de solución
- hacer valoraciones estadísticas con los datos obtenidos (interpretación de los datos)
- reformulación de las propuestas de solución
- arribar a conclusiones y plantear recomendaciones.

Presentación de los resultados

- redacción del informe final de la investigación
- divulgación de los resultados científicos obtenidos mediante diferentes vías: conferencias, eventos, publicaciones, intervenciones en medios de comunicación, ubicación en sitios de intranet o internet

Aplicación y transformación de la realidad

- introducción de los resultados de la investigación en la práctica social
- contribución a la solución del problema científico
- transformación de la realidad estudiada
- confirmación en la praxis de los resultados obtenidos, pudiendo ser estos enriquecidos
- generalización y transferencia de los resultados ya avalados
- confirmación de crecimiento personal en el hacer y el actuar.

Conclusiones

- La gestión por competencias es ideal para propiciar un proceso formativo en el campo educativo que situé al estudiante en el centro de su aprendizaje concibiendo al maestro como un directivo que debe lograr la transformación personal y social utilizando un currículo revestido de acciones que promuevan la efectividad del proceso.
- El proceso formativo encaminado al desarrollo de la competencia investigativa se encamina al tratamiento del proceso de enseñanza con prevalencia de métodos científicos que activen el aprendizaje hacia la búsqueda de nuevos saberes en su accionar constante con el entorno para solucionar los problemas que se presenten.
- Al trabajar por la formación de la competencia investigativa el maestro debe reconocer que el proceso de un aprendizaje significativo y personalizado depende necesariamente de cómo se le hace ver y comprender al alumno que el camino único y posible para llegar a nuevos saberes y transformación de la realidad es a través de la investigación científica.

Bibliografía

Brito, M.C. (2007). *Estrategia de capacitación basada en competencias para los Especialistas Principales de los Joven Club de la provincia La Habana*. Tesis de maestría ISPJAE.

Cejas E. y otros (2001). *La formación por competencias profesionales: una experiencia cubana*. IPLAC, Curso precongreso Pedagogía'2001, Ciudad de la Habana: Palacio de las Convenciones.

Cejas, E; Castaño, E. (2008). *Modelo cubano para la formación por competencias laborales: una primera aproximación*. Monografías.com.

CINTERFOR/OIT. (2000). *Las 40 preguntas más frecuentes sobre formación por competencias* Página Web, 25 de septiembre, http://www.cinterfor.org.uy/public

_____. *El modelo de formación por competencias del INSAFORP* en El Salvador webmaster@cinterfor.org.uy

Cuesta, A. (1999). *Tecnología de de Gestión de Recursos Humanos*. Ed Academia. La Habana, Cuba.

Cuesta, A. (2001). *Gestión por competencias***.** Ed Academia. La Habana, Cuba.

Cuesta, A. (2002). Gestión del conocimiento: Análisis y proyección de los recursos humanos. Ed Academia, La Habana, Cuba.

Cuesta, A. (2007). *Sistema y tecnologías de gestión de recursos humanos*. Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias, La Habana.

Díaz, A. (1985). *Didáctica y curriculum*. Ediciones Nuevamar, SA. de C.V. México.

García, M. (2003). *"Competencias en la Gestión de los Recursos Humanos"*. www.gestiopolis.com.

González, V. (2002): *¿Qué significa ser un profesional competente? Reflexiones desde una perspectiva psicológica*. Revista Cubana de Educación Superior. Vol. XXIII No. 1 páginas 45 – 53.

Hernández, R (2003). *Metodología de la Investigación*.Edit: Felix Varela. Ciudad de la BHabana, Cuba

Latorre, A y González, R. (2012). El *maestro investigador. La investigación en el aula*. Barcelona: Edit Grao de Serveis Pedagógica.

López, F.A. (2002). *Propuesta Metodológica para hacer corresponder la Gestión por Competencias con los objetivos estratégicos de las organizaciones.* Tesis de doctorado, INSTEC.

McClelland, D.C. (1973). "Testing for Competence rather than for Intelligence", in American Psychologist, January.

Mertens, L. (1997). Competencia Laboral, sistemas, surgimiento y modelos. Cinterfor. Montevideo.

Organización de Estados Iberoamericanos Para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (1996).*Seminario: Formación basada en competencias*. Situación actual y perspectivas para los países del MERCOSUR. Educación Técnico Profesional, cuaderno de trabajo 2, Biblioteca Digital de la OEI, 20 al 22 de julio http://www.campus-oei.org/

Sánchez, A. (2007). *Tecnología para el desarrollo integrado de competencias laborales en entidades consultoras*. Aplicación en la provincia Holguín. Tesis de doctorado en Ciencias Técnicas.

Sutz, J. (2007). *La formación por competencias en la Educación Superior*. Revista Iberoamericana de Educación Superior.

Tabares, R.M. (2005). *Un modelo teórico metodológico para el desarrollo de las habilidades investigativas propedéuticas en el profesional de la cultura física*. Tesis de Doctorado en Ciencias Pedagógicas, ICCP. La Habana.

Valle, L. (2007). *Procedimiento diagnóstico para la identificación de competencias directivas genéricas asociadas al liderazgo*. Aplicación en una Facultad de la UCI." Tesis de maestría, ISPJAE.

Título: La literatura de temática deportiva: una alternativa con enfoque interdisciplinario

Title: The sports themed literature: an alternative with an interdisciplinary approach

Autores: M.Sc. Nélida Moraima Machín Quiñones, nelidamq@uccfd.com

María Blanca García Rubio, mariablancagr@uccfd.com

M.Sc. Ana Esther Fernández Hernández, anafh@uccfd.com

Institución: UCCFD "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Resumen

El artículo es el resultado de investigación sobre literatura y deporte a partir de la lectura y comprensión de textos literarios de temática deportiva para favorecer la educación integral, el enriquecimiento de los contenidos, su relación con otras áreas y la formación en valores; que es, sin duda, una de las preocupaciones más importantes en la sociedad actual. El objetivo es, fundamentar una alternativa metodológica para el uso de la literatura de temática deportiva con enfoque interdisciplinario para su utilización en el proceso enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de la carrera de Cultura Física y Deportes de la UCCFD "Manuel Fajardo". En el proceso de elaboración de la alternativa metodológica se aplicaron diferentes métodos e instrumentos que facilitaron la selección de los textos y su tratamiento metodológico dirigido a vincular la literatura y el deporte con la formación general de los alumnos, a partir del trabajo con textos disponibles en todas las fuentes del saber, como lo son las obras de la literatura nacional y universal. Se tuvo en cuenta el análisis documental de textos básicos de la asignatura y las del plan de estudio de la carrera, la observación directa, la realización de entrevistas y encuestas, a profesores y estudiantes. Se comprobó cómo una alternativa metodológica basada en la lectura y comprensión de textos literarios de temática deportiva posibilita el enfoque interdisciplinario en el estudio de la literatura y el deporte.

Palabras clave: Literatura de temática deportiva, enfoque interdisciplinario

Summary:

This article is the result of a research about literature and sport from the study of Sport´s theme literature in order to increase the quality of education, to improve contents, their relation with different areas and the development of values; which is, no doubt, one of the main concerning in the present society. The objective is to base a methodological alternative for using sport´s theme literature with an interdisciplinary approach in the teaching-educational process of the Physical Culture and Sports students in UCCFD "Manuel Fajardo". Different methods and techniques were applied in the process of creating this methodological alternative that facilitated the selection of the texts and the approach, mainly focused on binding literature and sport with student´s general education, from the available works both in national and international literature. This study took into account the basic texts and the syllabus of the discipline, the direct observation, interviews and polls applied to teachers and students. It was probed as a methodological alternative the one based in the reading and comprehension of Sport´s theme literature with an interdisciplinary approach for the study of literature and sport.

Key words: Sport´s theme literature, interdisciplinary approach

Introducción

La Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte a partir de un nuevo enfoque pedagógico creará las condiciones para que el alumno modele, experimente y disfrute situaciones y problemas derivados de la vida y la comunidad nacional o internacional. La actividad de profesores y estudiantes, en condiciones favorables a la propia vida del ser humano enriquecerá la cultura popular de la comunidad y se alimentará a su vez de ella. En este sentido el hombre, su vida, su historia y cultura se convierten en objeto de estudio y materia de reflexión. La universidad debe asumir tareas participativas, comprometedoras, críticas y problemáticas relacionadas con la vida del futuro profesional de la cultura física y el deporte.

En la sociedad, la literatura como forma artística ocupa un lugar especial al utilizar la lengua como medio de comunicación a partir de la cual, famosos escritores y escritoras han aportado su talento, su visión de la sociedad pasada, presente y futura.

El Español y la Literatura deben unirse como un área integradora y necesariamente interdisciplinar (lo que no excluye lo intradisciplinar), por eso quizá como en ninguna otra deben mantenerse los criterios de currículo abierto, flexible, equilibrado, realista, en cuanto a la selección de textos. Aquí entonces cabría el uso de la literatura de temática deportiva no solo con fines académicos, sino, además, investigativos y formativos.

El estudio de textos de temas deportivos con enfoque interdisciplinar permitirá al alumno asumir actitudes críticas, creativas, solidarias, y evitará dogmatismos, exclusivismos, es decir, ayudará al alumno a regular su propia conducta de acuerdo con principios personales y a la vez sociales y mirar su entorno, su historia, su geografía, su cultura, etc., de otra manera. Debe conectar con las necesidades e inquietudes de los procesos vitales, afectivos y existenciales de los alumnos, lo que favorece una participación realmente activa, motivada y productiva. Para ello es necesario tratar temas o asuntos significativos, actuales, cercanos y atrayentes.

En su estudio biográfico sobre José Martí, el ensayista Isidro Méndez afirma: *"Las cosas materiales de la vida, aún aquellas que en su perennidad los hombres pusieron el mayor empeño, se han derrumbado al golpe de los años o han sido modificadas por las necesidades de otros hombres. Solo las obras del espíritu son inmortales porque la historia las recoge en su seno como factor primordial para su feliz cometido y desarrollo."*

Pero para que realmente "esas obras del espíritu" sean inmortales deben ser estudiadas y conocidas por las presentes y futuras generaciones.

En las Tesis y Resoluciones del I congreso del PCC se aseveraba que "las expresiones de la cultura artística surgidas históricamente, en relación con determinadas peculiaridades sociales y geográficas, tienen un específico carácter

nacional adquirido a lo largo de los siglos de desarrollo. La cultura es elemento integrante de la nacionalidad y se nutre de las raíces de que esta se ha formado.”

Analizando los efectos del neoliberalismo y la globalización en la cultura, nuestro Comandante en Jefe se preguntaba: “¿Qué es la Patria, sino una cultura propia? ¿Qué es identidad nacional, sino una cultura propia? ¿Puede haber riqueza espiritual mayor que esa cultura propia creada durante milenios por el hombre y que sean sencillamente barridas nuestras costumbres, implacablemente barridas? Hay que estar consciente de eso, porque la batalla de ideas y de conceptos será grande, (Castro, Fidel, Santo Domingo, 28 / 8 / 98).

Ante estas ideas ¿están preparadas nuestras escuelas para esa gran batalla que ya tenemos encima? ¿Y nuestros alumnos, poseen el arsenal cultural necesario para asimilar tal impacto sin perder su identidad? Y nuestros maestros ¿están preparados técnicamente para hacer llegar nuestro legado cultural más autóctono a los jóvenes?

En la formación y desarrollo de conocimientos en nuestros estudiantes es indispensable que toquemos su inteligencia y sus sentimientos y nada mejor para ello que el descubrimiento y análisis del quehacer literario relacionado con el deporte.

Pero ¿conocen nuestros jóvenes ese legado?, ¿y nuestros maestros? ¿Sabrán estos últimos utilizarlo en nuestras escuelas con un enfoque interdisciplinario?

El objetivo de fundamentar una alternativa metodológica para el uso de la literatura de temática deportiva con enfoque interdisciplinario se deriva de la problemática reflejada en el diagnóstico inicial aplicado a los estudiantes de primer año de la carrera de Cultura Física y Deportes de la UCCFD "Manuel Fajardo". Se conoció que las dificultades frecuentes en el orden comunicativo son: insuficiente hábito de lectura, desconocimiento de obras y autores de la literatura de temática deportiva nacional y universal y desconocimiento de figuras importantes en la historia del deporte.

El presente trabajo proporciona elementos que demuestran la utilidad de los textos literarios de temática deportiva como medio fundamental para el desarrollo de las

esferas intelectual, volitiva y afectiva de la personalidad, la formación de valores, la conducta ciudadana y la interdisciplinariedad.

El estudio de temas deportivos a partir de textos y obras de la literatura constituye un tema apasionante cuya importancia y utilidad consideramos fuera de toda duda. Es por ello que proponemos una selección de textos de temática deportiva y una alternativa metodológica como estrategia de intervención docente para garantizar su aplicación en la práctica educativa.

Metodología

Se parte del estudio y conocimiento de los presupuestos teóricos y metodológicos que sustentan en la actualidad la utilidad de la literatura de temática deportiva, con especial énfasis en el enfoque interdisciplinario y del estudio de las diversas fuentes de información que abordan el tema a investigar. La observación directa permitió verificar cómo se manifiesta el conocimiento de autores y obras de la literatura de temática deportiva, del que se tenían evidencias en el diagnóstico inicial. La identificación del problema generó un segundo diagnóstico con intención hacia el conocimiento de autores y obras y sus potencialidades interdisciplinarias. Para completar criterios se realizaron entrevistas a profesores y encuestas a estudiantes.

¿Por qué la lectura?

Para lograr los resultados propuestos, recurrimos a la lectura, reconocida por diversos estudios como una fuente de cultura y educación general, de motivación, por la autoformación permanente y la asimilación de conocimientos, valores y formas de actuación. Apoyándonos en afirmaciones de autores, como Pérez-Rioja (2000: 5-7) cuando afirmó que "…la lectura, requiere no sólo ser bien enseñada y aprendida, sino también de ejercitarse hasta convertirse en un hábito voluntario y gustoso, en una verdadera necesidad vital y un proceso complejo que capacite a los alumnos para interpretar un mensaje escrito, y con ello movilice su interés y motivación por conocer y atesorar conocimientos y conductas."

Este mismo autor (2000: 123-124) expresó que la lectura es una verdadera necesidad vital tanto para las gentes cultivadas como para quienes aspiran a formar libremente su personalidad, para los diversos tipos de profesionales y para todos aquellos que deseen ocupar y desempeñar cualquier puesto de trabajo en la sociedad actual. Es por ello que la define como el índice más refinado y el barómetro más preciso de la "calidad de vida" de las sociedades y de los individuos.

El uso de la lectura permite al docente preparar, diseñar y orientar acciones prácticas, que posibiliten el reconocimiento y asimilación de valores por parte de sus alumnos. Nadie duda que mediante la lectura sistemática se atesora los contenidos, modelos, sentimientos y acciones de los personajes que servirán como paradigma de buenas y altruistas formas de comportamientos.

‘’Frente a la tendencia pragmática y especializadora, en un mundo de cuerpos ocupados y almas vacías, la historia, las artes, la poesía constituyen infalible panacea para la neurosis de nuestro tiempo. Cuando le damos a la educación un fin que supere lo utilitario, cuando queremos formar hombres y no solo mercaderes, parecen ofrecernos las Humanidades una olvidada pedagogía de la libertad (...) No solo goce estético, sino norma y juicio moral. Si el hombre en comunidad necesita una máquina, el hombre en soledad acaso prefiera un poema.’’

Picón Salas

¿Lectura y comprensión: habilidades imprescindibles solo en la asignatura de Español?

En el proceso de enseñanza-aprendizaje todo profesor debe favorecer el desarrollo de la lectura y comprensión de textos, lo cual convierte a una clase de cualquier asignatura en una clase de Español.

El español como lengua materna es un instrumento de aprendizaje, en tanto constituye la herramienta que posee el estudiante para comprender y construir el conocimiento. De ahí que el pobre desarrollo de estas habilidades lingüísticas en el alumno impida el acto de aprender. Por su incidencia e importancia para el

proceso de aprendizaje, los contenidos de la lengua materna no pueden verse aislados de los contenidos de las distintas asignaturas, de ser así se atentaría "fatalmente" contra el desarrollo natural del aprendizaje y de la comunicación.

Literatura y deporte

Para ello partimos del criterio de la Dra. Leticia Rodríguez Pérez quien afirmó que: "La lengua es mucho más que comunicación: es identidad nacional, es cultura..."

El lenguaje no sólo sirve para intercambiar información; es un proceso – producto cultural propio de la identidad de cada comunidad. En él se plasman las tradiciones, valores, conquistas de un pueblo a lo largo de su historia; por eso, el habla no sólo recibe los aprendizajes que la especie realiza mediante el código genético, sino que también acumula la experiencia de las generaciones anteriores a través de los diferentes registros lingüísticos.

La lengua no es, pues, simple transmisión de cultura, sino parte esencial de esa misma cultura, y esto, donde mejor puede observarse, es en las obras literarias (aunque no sólo en ellas), pues ofrecen modelos para la propia escritura y fomentan el hábito de la lectura, amplían los esquemas verbales, enriquecen el léxico, abren a otras opiniones, orientan sobre temas nuevos, transforman la función lingüística mecánica en expresión personal, colabora en la mejor comprensión de la cultura propia (nacional o local) y ajena, ayuda en la elaboración del pensamiento, fomentan la fantasía y agudiza la visión crítica y el gusto estético de su entorno.

Leer literatura no implica solamente, comprender lo que dice el texto (factor fundamental o casi único en otros tipos de discursos), sino reflexionar sobre las ideas expuestas, los niveles de lengua o las características de la época y el estilo del autor; recrear los temas tratados, reflexionar sobre cómo están expresados e, igualmente, estimular la creación de textos personales y asumir conductas y valores enjuiciando otras conductas y valores.

Para disfrutar de la literatura es imprescindible estar motivado; pero su «utilidad» no solo debe verse de manera inmediata, sino a largo plazo, además de producir gratificaciones personales y sociales, contribuye a la formación individual, puede

fomentar la libertad, dignidad, compromiso y solidaridad social y, desde el punto de vista estrictamente disciplinar, mejorar o afianzar los usos del lenguaje y los criterios estéticos. Debe, entonces, tenerse en cuenta la adecuación de los argumentos de las obras a los intereses del alumnado. La literatura, como lo afirmara Martí en su tiempo, expresa las necesidades, los logros, los anhelos de la humanidad, en una época determinada y en una sociedad concreta.

A través de la literatura se pueden conocer ideas diversas, tradiciones y recursos lingüísticos expresados por personajes diferentes en situaciones también diferentes. En la literatura se refleja la síntesis de la ciencia y la filosofía, por eso, conviene que el profesor, al comentar los textos en clase, ofrezca distintos enfoques de análisis basados en criterios rigurosos, al margen de dogmatismos. El arte es problema, discusión, libertad..., y así conviene apreciarlo y trasmitirlo. Como los alumnos no pueden pedir o desear lo que desconocen, al profesor le corresponde orientarlos en la selección de sus lecturas.

Parece imprescindible señalar que la biblioteca de la UCCFD, además de contar con el caudal bibliográfico suficiente de la carrera, deberá poseer este tipo de literatura.

Sin la literatura, el lenguaje verbal quedaría reducido y empobrecido irremediablemente. Una sociedad sin literatura, una comunidad que no conozca la suya, en cualquiera de sus manifestaciones, estaría históricamente muda, carecería de desarrollo cultural. La literatura no es únicamente expresión de la sociedad, sino parte de la misma, ya que la humanidad también es la expresión de sí misma.

Los conocimientos literarios no pueden convertirse en un esmalte de lujo, de adorno; en la literatura está el hombre completo, con su arte, su ciencia y su técnica. La literatura, como expresara Martí, es la lengua melódica de cada pueblo a lo largo de su historia. Por todo ello, conviene entenderla como información y como vivencia, como interpretación y como expresión, como plasmación de una realidad y búsqueda de la utopía.

“El deporte ha sido un campo, si no abandonado definitivamente por las ciencias sociales cubanas, a menos sí desatendido, quizás por considerarlo una actividad social de segundo orden, una manifestación de la cultura popular “inferior” frente a otros objetos más visibles de lo político, lo social o lo económico…”

Félix Julio Alfonso López. (2007)

El deporte es un fenómeno que ha tenido siempre un gran impacto en la sociedad. Es una práctica humana tan significativa que forma parte de la cultura de los pueblos, de su historia, del amor, del arte, de la lengua, de la literatura, de las costumbres de su identidad. Ha servido de vínculo entre pueblos, ha facilitado la comunicación entre los seres humanos. El comportamiento deportivo es universal, pertenece a todas las personas sin importar razas, lenguas, historias, religiones, fronteras. Es mucho más, un símbolo de humanidad.

“Las ciencias sociales cubanas, y en general los estudios culturales, tienen en las prácticas deportivas un campo virgen para la investigación y difusión de conocimientos que nos permitan explicarnos mejor la sociedad del pasado y también la presente.”

Félix Julio Alfonso López.

Mientras la actividad física y el deporte sigan siendo juego, tendrán la capacidad de humanizar al planeta, ya que en todo juego las experiencias placenteras presentan sensaciones de goce, de alegría. Todas ellas buscan la armonía, el equilibrio personal y social, y forman parte de la felicidad.

Es necesario que los profesores trabajemos juntos para ofrecer una construcción cultural basada en valores éticos o simplemente humanos inherentes a la práctica de actividades lúdicas, físicas y deportivas, practicadas en cualquiera de sus ámbitos y a cualquier edad como, la voluntad, la honradez, la generosidad, el compañerismo, la valentía, la firmeza, la solidaridad, la combatividad, justicia, dignidad, el espíritu de superación.

"Las más altas proezas de la Humanidad no han sido las guerras y las conquistas, en las que se llegó a despreciar la vida del otro. Las cumbres de la historia han sido, en definitiva, las creaciones lúdicas del hombre…"

José María Cagigal, 1981

Existen múltiples razones para trabajar la literatura que refleja el amplio mundo del deporte: pedagógica, para mejorar la calidad de la enseñanza y la motivación de los alumnos hacia una formación más completa como profesionales de la Cultura Física y el Deporte, para garantizar la integración de los conocimientos, habilidades y formación de valores y para reforzar los contenidos de otras asignaturas; económica – laboral, para ser más efectivos y competitivos en el nuevo orden mundial; política, para continuar poniendo en alto, en el ámbito mundial, la calidad de la educación cubana y para lograr el cumplimiento de los objetivos formativos desde el colectivo pedagógico; sociocultural, para poder enriquecer el universo cultural; psicológica, porque propicia mayor motivación hacia el aprendizaje y utilidad del mismo.

Fundamentos teóricos asumidos:

CTAMA (Barrera: 2009) Tomamos la comprensión de textos como variable independiente, que se sustenta también –además de su carácter de componente funcional de la asignatura- en su condición de agente motivador del aprendizaje.

INTERDISCIPLINARIEDAD:

Es el soporte básico de la didáctica de la Educación Avanzada, como consecuencia de establecer la cooperación entre los procesos: didácticos, directivos e investigativos para el tratamiento y solución de un problema científico - profesional: la enseñanza integrada de las ciencias, lo que significa la articulación e integración de los conocimientos, habilidades, valores, métodos, actitudes, sentimientos y conductas.

(Dra. J. Añorga y N. Varcárcel, 1998)

Propuesta metodológica

La propuesta se sustenta en un enfoque interdisciplinario a través del trabajo metodológico, actividades docentes, actividades investigativas y actividades extensionistas. Resulta interdisciplinario porque la lectura y comprensión de textos funcionan como habilidades para la cognición y la comunicación en todas las asignaturas.

La literatura de tema deportivo puede aplicarse en la UCCFD de múltiples formas, como pueden ser las siguientes: orientación hacia la lectura de fragmentos y obras en las clases de comprensión de textos, organización de presentación de libros, debates y lecturas comentadas, proyección de películas donde se desarrollen versiones de obras literarias portadoras del tema deportivo; y, su correspondiente análisis y debate, talleres de lectura y comprensión de textos o fragmentos como asignatura optativa, organización de concursos y festivales deportivos- culturales.

De la revisión y análisis de los programas de estudio y en consulta con especialistas se elaboró una selección de textos que forman parte de la propuesta.

Consideramos oportuno recomendar la lectura de un conjunto de obras clásicas por sus valores históricos-literarios, que son portadores de contendidos referidos a la práctica de la actividad física y el deporte denotando la afirmación de Günter Witt (1985), quien expresó: "En todas las épocas históricas fueron creadas excepcionales obras de arte, en las que se reflejaron los aspectos éticos y estéticos de ejercicios y competencias deportivos, así como la belleza del cuerpo humano".

Los textos seleccionados son los siguientes:

1."*Una pelea de premio"* de José Martí

2. "*Deportes" y "Elegía a Martín Dihigo"* de Nicolás Guillén

3. *"El césped"* de Mario Benedetti

4. "*Puntero Izquierdo"* de Mario Benedetti

5. *El fútbol a sol y sombra* de Eduardo Galeano

6. Relatos sobre béisbol, boxeo, la pesca y los toros de Ernest Hemingway

Otras:

3. "Alfonso X el sabio y Capablanca" de José Lezama Lima

4. Sobre fútbol de Gabriel García Márquez
5. “El alma en el terreno. Estrellas del Béisbol,”, de Leonardo Padura y Raúl Arce

Actualidad del tema.

Aborda el perfeccionamiento del proceso de enseñanza del Español específicamente del trabajo con la literatura de temática deportiva para los estudiantes de primer año de la carrera de Cultura Física y Deportes, tomando la clase como célula fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje y, en ella, el enfoque interdisciplinario para lo cual el accionar de todos los factores del Departamento y el colectivo de primer año puedan alcanzar los objetivos declarados en el plan de estudio.

Aporte teórico

Se concreta en una alternativa metodológica que fundamenta el papel del trabajo con la literatura de temática deportiva con un enfoque interdisciplinario en el perfeccionamiento del proceso educativo del plan de estudio E conducente a elevar la calidad del proceso formativo de los estudiantes de primer año de la carrera de Cultura Física y Deportes.

Significación práctica

Se deriva de su importancia como instrumento para el trabajo pedagógico y didáctico del Departamento de Idiomas y el colectivo de primer año, toda vez que da solución a un problema actual que es el no contar con una alternativa metodológica en el trabajo con la literatura de temática deportiva mediante la cual se unifiquen los criterios en torno a la estrategia a seguir en el trabajo interdisciplinario del proceso de enseñanza-aprendizaje, en el contexto de la Cultura Física y el Deporte.

Conclusiones

1.A partir del estudio intencionado de textos literarios de temática deportiva encontramos un gran número de obras que reflejan en sus páginas las actividades atléticas realizadas por los hombres y que forman parte de la historia nacional y universal que los estudiantes deben conocer y disfrutar mediante la lectura y comprensión de las mismas. Estas actividades, por su organización en equipo, la disciplina que exige, la motivación que logra, el esfuerzo y el sacrificio sostenidos que requieren, la comunicación que mantienen, el humanismo que las inspiran y las perspectivas sociales que crean, son un campo para el desarrollo de las esferas intelectual, volitiva y afectiva de la personalidad, el refuerzo de los modos de actuación en la formación de valores, que contribuyen a la identidad nacional y a su difusión en el mundo.

2.La alternativa metodológica a partir del uso de la Literatura de temática deportiva con enfoque interdisciplinario actúa como componente funcional de la asignatura y como agente motivador del aprendizaje para su utilización en el proceso docente-educativo de los estudiantes de primer año de la carrera de Cultura Física y Deportes de la UCCFD "Manuel Fajardo".

Bibliografía:

1. Alfonso López Félix Julio (2007) *Los estudios sobre deporte y sociedad: ¿una asignatura pendiente?* Revista Temas, No 49, enero-marzo.
2. Arias García Salvador. (2006). Alas de la memoria. José Martí. Ciudad de la Habana. Centro de Estudios Martianos.
3. Batlle Blanco Jorge Sergio. (2006). José Martí. Aforismos. Ciudad de la Habana. Centro de Estudios Martianos.
4. Barrera Jiménez, Ana D. (2004): *Una estrategia para el desarrollo de la motivación por aprender en secundaria básica a partir de la lengua materna como instrumento de aprendizaje*. Tesis de Maestría. I.S.P. “Rafael María de Mendive”.

5. Cagigal José María. *¡Oh deporte! Anatomía de un gigante*. Editorial Miñón. Colección Kiné de Educación y Ciencia Deportiva. Valladolid, España.
6. Castellanos Simons B. (1998). Investigación educativa. *Nuevos escenarios, nuevos actores, nuevas estrategias*. [Material Impreso]. La Habana: Instituto Superior Pedagógico "E. J. Varona". La Habana.
7. Mañalich Suárez, Rosario. (1998). *Interdisciplinariedad y didáctica.* En: Revista Educación. No. 29.p 8.
8. Mendoza Portales Lissette. *Curso de Cultura, Educación y Valores, desafíos de la sociedad cubana actual.*
9. Rodríguez I. (2005) *Una alternativa para la utilización de la literatura local con enfoque interdisciplinario en los departamentos de humanidades de la secundaria básica.* Tesis presentada en opción al Título Académico de Máster en Didáctica del Español – Literatura. Instituto Superior Pedagógico "Enrique José Varona"
10. Romeu, Angelina. (1999): *Aplicación del Enfoque Comunicativo en la Escuela Media*. En Taller de la Palabra. Editorial. Pueblo y Educación. La Habana.
11. Ruisánchez, María del Carmen. (2001). *Comunicadores eficientes en las universidades: un reto estratégico para la didáctica*. -- p. 1175-179. En Actas del VII Simposio Internacional de Comunicación Social. Santiago de Cuba.
12. Torres de Diego, Mario. (2009). Fidel y el deporte. Selección de pensamientos (1959-2007). Ciudad de la Habana. Editorial Deportes.

INFORMACIÓN PERSONAL

- Nombre: Julio Rosa Montañez, Ed.D
- Teléfono: (787) 306-6094
- Dirección Postal: Urb. Lomas de Carolina Calle Cerro Morales R-10 Carolina P.R 00987
- Correo Electrónico: rosaj2@suagm.edu
- Catedrático Auxiliar. Escuela de Educación en la Universidad Metropolitana de P.R.

TÍTULO DE LA PRESENTACIÓN:

La Profesión de la Educación Física en Puerto Rico desde la Perspectiva del Docente Universitario en los Programas de Preparación de Maestros.

BREVE DESCRIPCIÓN:

Se explora el concepto que tienen de la profesión de la educación física los docentes universitarios de esta disciplina en los programas de preparación de maestros en Puerto Rico. Además, se indaga que tipo de consenso existe y se describen las conceptualizaciones de la profesión de la educación física desde la perspectiva de los docentes universitarios en Puerto Rico. Se auscultó el fenómeno utilizando un paradigma de investigación cualitativa enmarcado en un diseño fenomenológico. La información fue recopilada a través de entrevistas semi estructuradas y se analizó utilizando el modelo de Harry S. Wolcott. Los participantes del estudio fueron 15 docentes universitarios de educación física de 7 programas de preparación de maestros de instituciones de educación superior a nivel de todo Puerto Rico.

PREPARACIÓN ACADÉMICA

- **Doctorado en Educación (Ed. D). Especialidad en Docencia.** Universidad Metropolitana, Escuela de Educación, Programa Graduado Doctoral, Cupey P.R. Mayo 2015
  Título de Disertación: La profesión de la educación física en Puerto Rico desde la perspectiva del docente universitario en los programas de preparación de maestros: un estudio fenomenológico.

- **Maestría en Educación, Concentración Administración de Servicios Recreativos y Deportivos. 18 créditos en Educación Física:** Universidad Metropolitana, Escuela de Educación, Programa Graduado, Cupey P.R. Mayo, 2000.
  Título de Tesina: Percepción que tienen los maestros del maestro de Educación Física.

- **Bachillerato en Artes:** Concentración en Educación Física. Especialidad en Nivel Secundario. Universidad Interamericana de P.R. Recinto Metropolitano. Mayo 1996.

EXPERIENCIA DOCENTE

- **2011 - Presente.** Universidad Metropolitana, Río Piedras, de P.R.
  - Catedrático Auxiliar, de la Escuela de Educación

- **1997 – 2015.** Academia Bautista de Puerto Nuevo
  - Director del Programa de Educación Física

Título: La superación posgraduada de los entrenadores de tiempos y marcas.

Autores: Dr.C Marcia Julia Salt Gómez.marcia@unica.cu Profesor Titular.

MS. c. Sady Rodríguez Pérez. sadyr@unica.cu, Profesor Auxiliar.

País: Cuba

Impacto Social: Incrementa la excelencia del claustro de entrenadores de los deportes de Tiempos y Marcas y la visibilidad de los resultados investigativos y deportivos.

Resumen.

El punto de partida de esta investigación, es el problema que se presenta con la superación permanente de los profesionales de la Cultura Física en Ciego de Ávila, dado por las insuficiencias en relación con su superación posgraduada, que limita la excelencia en el colectivo de entrenadores de los deportes de tiempos y marcas con su correspondiente impacto en los resultados deportivos. Las causas reveladas apuntan a la necesidad de interrelacionar elementos que funcionalmente generen una cualidad integradora para asumir la superación con adecuación a las características del contexto, se plantea como objetivo: elaborar una estrategia para el perfeccionamiento de la superación posgraduada de los entrenadores de los deportes de tiempos y marcas con un enfoque didácticotransdisciplinario.Las acciones que conducen hacia la transformación del contexto, desde una concepción metodológica de proceso, caracterizan su dinamismo, flexibilidad y adaptabilidad para lograr un equilibro entre la realidad y la expectativa, al fortalecer la relación entre las Comisiones Deportivas nacionales, provinciales y la Facultad de Ciencias de la Cultura Física, garantizando un balance adecuado entre las actividades que se desarrollan en cada una de las fases del proceso. La novedad científica está dada en la concepción de unaestrategia de superación posgraduada de los entrenadores de los deportes de tiempos y marcas con un enfoque sustentado en la interacción dinámica que se establece entre la didáctica y la actividad física y deportiva. Los resultados

obtenidos fueron valorados por expertos en la temática con criterios positivos, corroborados a partir de su puesta en práctica.

Summary

The starting point for this research is the problem presented by the permanent improvement of the professionals of Physical Culture in Ciego de Avila, given the shortcomings in relation to their postgraduate improvement, which limits excellence in the collective of trainers of the sports of times and marks with their corresponding impact in the sport results. The revealed causes point to the need to interrelate elements that functionally generate an integrating quality to assume the improvement with adequacy to the characteristics of the context, it is proposed as objective: to elaborate a strategy for the improvement of the postgraduate improvement of the sports coaches of times and brands with a transdisciplinary didactic approach. The actions that lead to the transformation of the context, from a methodological conception of process, characterize its dynamism, flexibility and adaptability to achieve a balance between reality and expectation, by strengthening the relationship between the National and Provincial Sports Commissions and the Faculty of Sciences of the Physical Culture, guaranteeing an adequate balance between the activities that are developed in each one of the phases of the process. The scientific innovation is given in the conception of a strategy of postgraduate improvement of the coaches of the sports of times and brands with a focus based on the dynamic interaction that is established between didactics and physical and sports activity. The results obtained were evaluated by experts in the subject with positive criteria, corroborated after its implementation.

INTRODUCCIÓN

El deporte por su presencia social es, un contenido que ocupa un espacio importante dentro de los diseños curriculares escolares y como práctica de actividades físicas competitivas y recreativas. Por ello, su tratamiento didáctico debe ser considerado de forma específica y diferenciada, convirtiéndose en uno de los elementos de mayor importancia en el quehacer de profesores de Educación Física y entrenadores deportivos.

Al tomar como punto de referencia el resultado del deporte, logrado en Cuba y la creciente necesidad de mejorarlo, se evidencia la importancia de perfeccionar el sistema de superación posgraduada de los profesionales de la Cultura Física, en correspondencia con los profundos cambios socio-culturales, económicos y tecnológicos, y sus crecientes demandas, desde el punto de vista de cómo alcanzar una mayor calidad del proceso de preparación del deportista , con su correspondiente impacto en el resultado competitivo.

Se hace necesario destacar que entre los antecedentes de la superación posgraduada en el campo de la Cultura Física se cuentan con la maestría en "Metodología del Entrenamiento Deportivo", (1994 – 2006), además de las especialidades de postgrado de los diferentes deportes, así como la Maestría de Metodología del Entrenamiento Deportivo para la Alta Competencia.Las que constituyen referentes para trazar una estrategia que puede contribuir de manera significativa en el desarrollo de las habilidades investigativas en los graduados de la esfera de la Cultura Física, como base de su proyección a estudios de doctorado.

En particular en Ciego de Ávila provincia que se toma como referencia para el estudio,los profesionalesde los deportes de tiempos y marcas requieren ser actualizados en cuanto a las tendencias actuales de la orientación del proceso de preparación a largo plazo y la necesidad estratégica de priorizar deportes y atletas individuales, aspectos que, fundamentan la necesidad de vincular a los profesionales a la superación, dirigida a determinar con exactitud las directrices que rigen la práctica del deporte, desde su organización hasta las estrategias de participación, considerando las modificaciones que se deriven durante el proceso de preparación deportiva.

El diagnóstico inicial evidencia una contradicción entre las insuficiencias en relación con la superación posgraduada de los entrenadores de los deportes de tiempos y marcas y la necesidad de su perfeccionamiento.

De esta contradicción se deriva el siguiente problema científico:

Necesidad de perfeccionar la superación posgraduada de los entrenadores de tiempos y marcas.

Se define como objetivo**:** elaborar una estrategia para el perfeccionamiento de la superación posgraduada de los entrenadores de los deportes de tiempos y marcas con un enfoque didáctico transdisciplinario.

La novedad científica está dada en la concepción de una estrategia de superación posgraduada de los entrenadores de los deportes de tiempos y marcas con un enfoque sustentado en la interacción dinámica que se establece entre la didáctica y la actividad física y deportiva.

El trabajo se desarrolló a través de un proceso de aproximaciones sucesivas, que permitió organizar toda la investigación, con experimentos de control mínimo sucesivos y teniendo en cuenta concepciones básicas de la investigación–acción, tales como:

- Tomar como objetivo la mejora de la acción educativa.
- Combinar teoría y práctica como un modo eficiente de cambiar la realidad.

Se emplearon métodos del nivel teórico y empírico que desde su complementariedad permitieron obtener procesar y analizar la información

DESARROLLO

El análisis del estado actual del territorio en cuanto a las necesidades de superación evidenció limitaciones en el tratamiento a las siguientes temáticas:

1. Indicaciones metodológicas para el desarrollo del deporte para todos y su relación con los deportes de Tiempos y marcas.
2. Caracterización somatotípica, referencia para la selección del deportista en los deportes de tiempos y marcas.
3. Análisis biomecánico de las técnicas en los deportes de tiempos y marcas.
4. Indicadores físico-técnicos y tácticos que influyen en la preparación de los deportes de tiempos y marcas.
5. La Informatización, el control y evaluación del proceso de entrenamiento deportivo.
6. El tratamiento metodológico del contenido en el desarrollo del proceso de preparación del deportista en los deportes de tiempos y marcas.

Criterios Metodológicos para la elaboración de la estrategia

La presente investigación se sustentó en el paradigma materialista dialéctico, que posibilitó el empleo de una variedad de métodos para la constatación del resultado propuesto durante el período comprendido entre 2014 – 2017. Esta forma de asumir la investigación considera alobjeto de estudio comosujeto activo de su propio desarrollo y educación.

En el proceso de la investigación se realizaron las siguientes acciones:

1-Fundamentación de los principios metodológicos que la sustentan

2-Diagnóstico del estado actual de la problemática

3-Análisis de las acciones de transformación

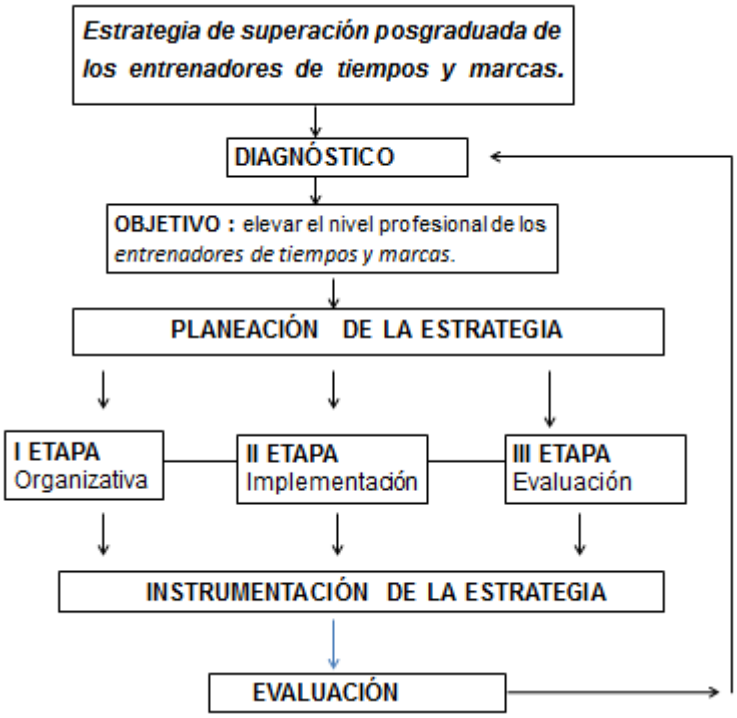
4-Talleres informativos

5-Establecimiento del sistema de trabajo

6- Valoración de la estrategia.

La estrategia se concibe como ¨un plan de acción a largo plazo estrechamente interrelacionado, lo cual favorece alcanzar los objetivos y cumplir las metas ¨Mcpherson (2004,p 50)

La estrategia propuesta tiene como sustento teórico metodológico la filosofía Marxista Leninista, teniendo en cuenta la relación con la evolución del hombre, su desarrollo y perfeccionamiento en interacción con la sociedad. Desde el punto de vista psicológico tiene como fundamento los postulados de la escuela histórico-cultural de Vigotski, se parte del presupuesto de que en la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje se potencian el desarrollo, Sociológicamente la estrategia se dirige a elevar el nivel profesional de los entrenadores, potenciando el análisis, la reflexión sobre la propia práctica, el intercambio de ideas y experiencias, la colaboración donde se priorizan las soluciones a las necesidades profesionales y del propio atleta, concibiendo el proceso de preparación deportiva como escenario para la preparación y la transformación social del individuo.



CONCLUSIONES

1-La estrategia se estructura concretando su ejecución en acciones comprendidas en tres etapas,organizativa,implementación y evaluación; con un carácter diferenciado,sistemático y desarrollador

2-Los usuarios valoraron de muy adecuada la estrategía y los resultados de su implementación práctica evidenciaron un incremento significativo en los indicadores evaluados de la variable objeto de estudio.

BIBLIOGRAFÏA

Addine, Fátima. (et-al).(2002) Principios para la dirección del proceso pedagógico. En: Compendio de Pedagogía, Gilberto García Batista (Compilador) Pág. 80 – 101. Editorial Pueblo y Educación. La Habana

Arocena, R; Sutz, J (2001): “La transformación de la Universidad Latinoamericana mirada desde una perspectiva CTS”, Ciencia, Tecnología, Sociedad y Cultura en el cambio de Siglo, Biblioteca Nueva, Madrid, pp. 173-190.

Bompa, T. (2000).Theory and methodology of training. The key to athletic performance.Kendall// Hunt

Costill, D.L. Aspectos biológicos y mecánicos, técnica y entrenamiento, tests, controles y aspectos médicos. Barcelona: Hispano Europea, 1994

Cuervo, C. Los métodos para desarrollar la fuera con ejercicios de Levantamiento de Pesas. Ciudad Habana, 1998

Dagnino, R (2002): “A relação Pesquisa-produção: em busca de um enfoque alternativo”, Revista Iberoamericana de Ciencia, Tecnología, Sociedad e Innovación, No. 3, mayo-agosto.

Declaración de Budapest”. Declaración sobre la ciencia y el uso del saber científico”. La ciencia para el siglo XXI: una nueva visión y un marco para la acción, Editorial Academia, La Habana, 2000, pp. 32-52

Forteza de la Rosa, A. Direcciones del entrenamiento deportivo. Editorial científico técnica, La Habana, 1999

Mcpherson, Margarita. La dimensión ambiental en la formación inicial de docentes en Cuba. Una estrategia metodológica para su incorporación. Tesis en opción al grado de Doctor en Ciencias Pedagógicas, Pág. 50. 2004

Pinto Pinto, A .Dosificación de actividades para el incremento de la fuerza reactiva de las piernas en nadadores como una vía alternativa para la mejora de la rentabilidad de la vuelta. Trabajo especial de grado. Tutor Luis Ángel García Vázquez. Cojedes. Venezuela .2010

Román Suárez, I. La planificación de las cargas para desarrollar la fuerza muscular. La Habana 2004

Vasconcelos Raposo, A. (2000). Planificación y Organización del Entrenamiento Deportivo, Editorial Paidotribo.

Título: La superación profesional de los subdirectores docentes del sistema de educación deportiva. Una necesidad pedagógica.

Autora: MsC: Migdalia Fernández Espinosa. Metodóloga de Docencia Nacional del INDER.

Institución: INDER.

País: Cuba

Resumen.

Para la fundamentación de la estrategia de superación pedagógica se tuvo en cuenta los antecedentes relacionados con la preparación pedagógica de los subdirectores provinciales del deporte en la dirección y sus funciones de control a los procesos que se desarrollan en las escuelas integradoras y de formación del sistema deportivo. Se constató el sistema de superación de estos directivos individual y grupal en el área de trabajo y definiciones de algunos autores relacionada con el diagnostico, estrategia pedagógica y superación entre otros conceptos y documentos relacionado con la variable y sus dimensiones.

En la estrategia de superación pedagógica hemos tenido en cuenta actividades dirigidas a elevar el conocimiento y preparación profesional de los directivos del deporte, entre ellas se encuentran un sistema de talleres que responden a las necesidades de los subdirectores. Los talleres como capacitación constituyen en todos los niveles una de las mejores inversiones en los recursos humanos y una de las principales fuentes de bienestar para los directivos, conduce a una conciencia más responsable, agiliza la toma de decisiones y promueve desarrollo y por ende a un mejor control de la dirección del proceso docente –educativo –deportivo. Entre las principales acciones a ejecutar se encuentran:

La elaboración del sistema de diagnóstico, el cual está integrado por diferentes instrumentos de investigación, la aplicación de los instrumentos, así como el Análisis y procesamiento de la información derivada de la aplicación de los diferentes instrumentos.

Introducción

El desarrollo del deporte en Cuba es una prioridad de nuestro estado revolucionario, de ahí la importancia que reviste el desarrollo del deporte desde la base, la preparación de los docentes y especialistas del deporte y el papel que juegan los subdirectores docentes provinciales y de las escuelas integradoras y de formación del INDER. Los subdirectores decentes provinciales del INDER, no están dotados de suficiente preparación pedagógica que les permita conducir, transformar la dirección de los procesos que se desarrollan en las EIDE y EPEF que dirigen para que garanticen la satisfacción de su encargo social en correspondencia con las necesidades crecientes del personal docente. Todo lo cual exige de una constante superación profesional y pedagógica mediante la aplicación consecuente de la ciencia para lograr resultados en su desempeño profesional. El siguiente trabajo mostrará sistema de talleres que forma parte de una estrategia de superación profesional pedagógica para subdirectores docentes provinciales del INDER que contribuya a la preparación en la función de control de la dirección del proceso docente educativo en las escuelas integradoras y de formación del deporte.

Desarrollo:

Dentro del contexto del sistema de enseñanza deportiva constituye un reto la formación integral de las nuevas generaciones, prepararlo para las dificultades que le depara la sociedad, así como los obstáculos que tienen que vencer en su vida deportiva, se hace necesario una preparación a los directivos que dirigen estos procesos, dadas las carencias metodológicas y pedagógicas que estos presentan en la dirección del proceso docente educativo. Estas carencias fue el resultado del diagnóstico inicial realizado a los subdirectores, análisis de documentos rectores, entrevistas no formales .Que arrojaron que más del 60% de los directivos provinciales no tienen formación pedagógica, que tienen carencias metodológicas y pedagógicas para controlar un proceso educativos en los centros.

Los procesos que se desarrollan en las escuelas integradoras de atletas, las de perfeccionamiento y las de formación pedagógica están implícitas todas las bases generales que establece la pedagogía general. Es por ello que les concedemos especial atención a la preparación pedagógica en la dirección de los procesos

que controlan los subdirectores docentes provinciales del INDER, a la superación y capacitación de estos cuadros teniendo en cuenta la preparación de los docentes de formación general y especialistas del deporte y su relación con los atletas en la formación de un joven integral dispuesto a asumir los retos de la sociedad.

Para lograr la misión del organismo se hace necesario, la preparación de estos directivos en la conducción del proceso educativo en estos centros, y para ello se debe definir el objetivo que queremos lograr con estos directivos, contenido y métodos para que a su vez conduzcan los procesos en estos centros a través del claustro docente. Es necesario también tener en cuenta las funciones del docente, la correspondencia entre lo instructivo y lo educativo, el carácter de sistema entre otros de los principios de la didáctica.

Las funciones básicas del docente están estrechamente relacionadas con las tareas "…son aquellas actividades que incluyen acciones y operaciones) encaminadas a asegurar el cumplimiento exitoso de las tareas básicas" (Blanco A: 2003,33) y se enuncian como <u>función docente metodológica, función orientadora, función investigativa.</u>

Función docente metodológica: comprende las acciones del docente relacionadas con la planificación, ejecución, control y evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje. Y en esta centraré mi atención en mi futura tesis doctoral. El cumplimiento de estas funciones requiere del docente una alta actividad pedagógica, de una gestión profesional y con una elevada profesionalidad en su ejercicio. En los estudios realizados se entiende el modo de actuación en la actividad pedagógica profesional como el sistema de acciones, para la comunicación y la actividad pedagógica, que modela la ejecución del docente en un determinado contexto de actuación, las cuales revelan el nivel de desarrollo de sus conocimientos, habilidades, capacidades, potencialidades creadoras y le sirve como medio para auto perfeccionarse

El autoperfeccionamiento docente se asume según el criterio L. García (1. p. 19) "como un proceso que parte de la concientización por cada docente de la importancia de su actuación como sujeto

En la medida en que prepare a los subdirectores para controlar y evaluar los procesos que se dan en los centros, su modo de actuación se perfeccionará y se contribuirá a la solución de la problemática antes planteada y a elevar el nivel de profesionalidad y competencia en los mismos.

El objetivo primero del diagnóstico en dirección, es mostrar las posibles vías que permitirán modificar el estado actual del fenómeno estudiado y transformarlo en interés del desarrollo óptimo de sus potencialidades y lograr así el estado deseado a partir de la elaboración y ejecución de determinadas estrategias, Por ello la función de este diagnóstico es eminentemente explicativa y transformadora.

El diagnóstico es uno de las categorías utilizadas con el fin de transformar el actuar de los subdirectores docentes provinciales en su desempeño para desarrollar con calidad el sistema de reuniones o talleres metodológicos a los subordinados que dirigen los procesos en las escuelas deportivas para poder contribuir a la formación integral de los atletas.

La preparación de los subdirectores tiene que estar dirigida a una adecuada planificación de los estudios de las normas y resoluciones que amparan el trabajo metodológico del ministerio de educación para ejercer su acción controladora y de evaluación a los docentes y directivos de las escuelas integradores del deporte y de formación. Utilizando las diferentes vías de control como son las visitas temáticas, visitas de integrales, reuniones metodológicas, talleres entre otras vías de preparación..

Los subdirectores docentes provinciales del INDER, dentro de sus funciones del cargo están las referidas a las de capacitación, las que se planifican a partir del diagnóstico de necesidades de superación delas estructuras técnico metodológicas de las escuelas integradoras y de formación, concibiéndose las acciones colectivas las que se desarrollan de manera frontal, utilizando los espacios previstos, para la preparación de la estructura, en el sistema de trabajo , constituyendo una vía de capacitación desde el puesto de trabajo. Esta planificación de la capacitación recoge los temas a desarrollar, los objetivos, contenidos, formas de organización, las vías a utilizar, lugar, tiempo de duración,

bibliografía y así como se plasman las acciones particulares en los planes individuales relacionadas con la autosuperación, en un proceso autoeducativo.

El sistema de talleres consta de tres acciones:

Acción 1.Diagnostico acerca del conocimiento pedagógicos y metodológicos que poseen los subdirectores docentes provinciales del INDER en la función de control de la dirección del proceso docente deportivo en las escuelas integradoras y de formación.

Objetivo: Determinar las potencialidades y dificultades en los aspectos pedagógicos y metodológicos que poseen los subdirectores docentes provinciales del INDER en la función de control de la dirección del proceso docente deportivo en las escuelas integradoras y de formación.

Consta de tres actividades:

Acción 2.Elaboracion del sistema de talleres como parte de la estrategia de superación pedagógica a los subdirectores docentes provinciales del INDER, en la función de control de la dirección del proceso docente deportivo en las escuelas integradoras y de formación.

Objetivo: Fundamentar la importancia que tiene la planificación, el análisis de las actividades metodológicas planificadas y su ejecución ,el sistema de talleres que contribuyen la preparación de los subdirectores docentes provinciales del INDER en la función de control de la dirección del proceso docente deportivo en las escuelas integradoras y de formación.

Conformado por tres actividades:

1-Planificacion del sistema de talleres

Objetivo: Caracterizar los componentes didácticos y pedagógicos del sistema de talleres como vía de superación para el trabajo integrado de los subdirectores docentes provinciales del INDER y sus estructuras en la dirección del proceso docente deportivo de las escuelas integradoras y de formación.

Fundamentación didáctica. El sistema de talleres tiene los componentes siguientes: objetivo general, específicos, sistema de contenidos, métodos, medios y evaluación. Otros métodos que puede utilizar los subdirectores docentes provinciales y las estructuras de las escuelas de formación e integradoras de cada

provincia son los métodos de dirección muy eficaces para lograr la motivación, elevar el sentido de pertenecía y el compromiso de los implicados.

Convencimiento, recomendaciones, aprovechamiento de las cualidades positivas de los implicados y provocar sentido del deber y motivación.

Persuasión*:* esta se fundamenta en la empatía del directivo, su poder de convencimiento y de ganarse la confianza y el respeto con el ejemplo personal y su prestigio.

Intuición psicológica: ayuda al directivo a conocer las características psicológicas de sus profesores y a partir del análisis de su comportamiento determina sus conocimientos, intereses, motivaciones y hace una valoración objetiva del mismo, lo que es de suma importancia para el diagnóstico)

Tacto psicológico*:* permite determinar al dirigente los modos de actuación más adecuados a utilizar para establecer la relación y la comunicación con el colaborador.

Para la selección y utilización de los métodos de dirección en el sistema de relaciones de coordinación y cooperación, es de importancia tener presente la caracterización integral

Sistema de evaluación: Es sistemática. Forma de organización: el Taller

Taller: El taller contribuye al desarrollo de habilidades para la solución integral de problemas profesionales en grupo, para el grupo y con la ayuda del grupo, donde primen las relaciones interdisciplinarias" Los talleres se desarrollaron con un trabajo interactivo del grupo de profesores donde las relaciones de coordinación y cooperación generan un intercambio de aprendizajes propiciando un desarrollo profesional y humano, ya que en las tareas individuales cuyo cumplimiento fue exitoso, su socialización es de vital importancia para el trabajo colectivo, por lo que la responsabilidad individual cobra un altísimo valor.

Actividad No. 2. . Análisis metodológico del sistema de talleres para la capacitación.

Actividad No. 3 Ejecución del Sistema de talleres

Orientaciones metodológicas para la ejecución del sistema de talleres:

-Preparación anticipada de los implicados, estableciendo en su accionar las reglas de la buena escucha. Se precisa que en cada taller los subdirectores docentes provinciales del INDER, expongan mediante una pequeña introducción el tema y dé las orientaciones iniciales para la organización del taller. Los subdirectores docentes provinciales del INDER, son los facilitadores del aprendizaje, estarán agrupados en equipos de acuerdo al grado al que le imparten docencia, ellos son los protagonistas de su proceso de aprendizaje. Posteriormente se realizará una plenaria de 10 minutos para valorar que cada grado pueda exponer, analizar, valorar las experiencias significativas, los aportes y sugerencias. Se realizarán las conclusiones del taller mediante la participación y el aporte de todos los participantes.

Un taller ejemplo, Título: El diagnóstico pedagógico. Premisa para el trabajo a desempeñar en las escuelas integradoras y de formación del sistema deportivo**.**

Duración: 8 horas

Objetivo: Determinar los elementos a tener en cuenta para la elaboración y ejecución del diagnóstico pedagógico individual y grupal en las estructuras técnico metodológicas de las escuelas integradoras y de formación en el trabajo integrado.

Contenido:El diagnóstico pedagógico. Su definición. Características del diagnóstico pedagógico integral, conocimientos, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado en las escuelas integradoras y de formación del sistema deportivo.

Conocimientos: El diagnóstico pedagógico. Características del diagnóstico pedagógico integral, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado en las escuelas integradoras y de formación del sistema deportivo.

Habilidades:

Definir diagnóstico pedagógico. Características del diagnóstico pedagógico integral, conocimientos, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado.

Explicar la importancia del diagnóstico pedagógico. Su definición. Características del diagnóstico pedagógico integral, conocimientos, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado

Argumentar la necesidad de integrar a los agentes educativos desde una concepción integradora para contribuir a la formación integral de los atletas y en la preparación de los subdirectores docentes provinciales del INDER y las estructuras técnicas de las escuelas integradoras y de formación.

Métodos: Explicativo ilustrativo, elaboración conjuntas **Medios:** Voz del profesor, pizarra, computadora y datashow, láminas.

Actividades:

Dinámica de integración

Se realiza la organización de los participantes en 3 equipos de trabajo utilizando el conteo de uno a tres donde los directivos que correspondan a un mismo número son los integrantes de los equipos 1, 2 y 3 respectivamente. Después de formar los equipos, se seleccionan los roles de coordinación de debate y un registrador para anotar los aportes y conclusiones de cada una de las mesas de trabajo. Lectura de las orientaciones metodológicas. Una vez formados los equipos se les explica las orientaciones metodológicas para la realización del taller diciéndole el tiempo con que disponen para desarrollar las actividades, el funcionamiento de los roles seleccionados, el cumplimiento de las reglas de la buena escucha para poder socializar y sistematizar las experiencias. Realización de ponencias por especialistas. Con la utilización del datashow se realiza una ponencia sobre El diagnóstico pedagógico. Su definición. Características del diagnóstico pedagógico integral, conocimientos, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado. Seguidamente se les orienta las actividades a desarrollar en las mesas de trabajo.

Objetivos parciales de las mesas de trabajo

- Analizar definición de diagnóstico pedagógico. Características del diagnóstico pedagógico integral, conocimientos, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado en la preparación de los subdirectores docentes provinciales del

INDER y las estructuras técnicas de las escuelas integradoras y de formación.

- Identificar y valorar la necesidad del diagnóstico pedagógico. Su definición. Características del diagnóstico pedagógico integral, conocimientos, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado en la preparación de los subdirectores docentes provinciales del INDER y las estructuras técnicas de las escuelas integradoras y de formación
- Explicar la importancia de dominar la definición del diagnóstico pedagógico. . Características del diagnóstico pedagógico integral, conocimientos, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado en la preparación de los subdirectores docentes provinciales del INDER y las estructuras técnicas de las escuelas integradoras y de formación
- Argumentar la necesidad de lograr desde una concepción integradora se diseñe el diagnóstico pedagógico. Su función. Características del diagnóstico pedagógico integral, conocimientos, valores, normas de conducta, motivación, intereses y situación familiar para el diagnóstico integrado para contribuir a la formación integral de los atletas en la preparación de los subdirectores docentes provinciales del INDER y las estructuras técnicas de las escuelas integradoras y de formación.
- Expresar las acciones que consideran desarrollar para lograr que los profesores de las asignaturas de formación general, los especialistas y del deporte en la preparación de los subdirectores docentes provinciales del INDER y las estructuras técnicas de las escuelas integradoras y de formación comprendan e interioricen la necesidad integrarse como grupos de trabajo coordinados en su labor educativa e instructiva para contribuir a la formación integral de los atletas. Socialización y sistematización de las experiencias.

Se realiza una plenaria donde cada equipo cuenta con 10 minutos para expresar las principales ideas y socializarlas con los demás participantes lo que será registrado y aprobadas las acciones que se deriven de los debates.

Evaluación: Se tomarán como criterios la asistencia, la participación, la sistematización de la práctica educativa y el desempeño de una propuesta de cómo llevar a la práctica los conocimientos suministrados.

Acción No 3. Dirección participativa coordinada y cooperada de las actividades para la realización del diagnóstico, la dirección del proceso de enseñanza aprendizaje y el trabajo metodológico para la formación integral de los atletas, en las estructuras técnico metodológicas de las escuelas integradoras y de formación del INDER.

Consta de cinco actividades:

1-Tareas conjuntas para la ejecución, coordinada y cooperada del diagnóstico pedagógico; En ellas se determina el objetivo del diagnóstico, la confección del cronograma, la recogida de información y la exposición de los resultados.2-Tareas conjuntas para la ejecución coordinada y cooperada para la dirección del proceso docente deportivo: Se realizan visitas temáticas, de ayuda metodológicos lo que implica una preparación del controlador para discernir y valorar las dificultades del proceso teniendo en cuenta el diagnostico pedagógico.3- Tareas conjuntas para la ejecución del trabajo metodológico: Permite definir las relaciones entre el controlador y controlado, dando la posibilidad de demostrar conocimientos metodológicos de la función docente de control de los procesos a partir de diagnóstico pedagógico y a partir de este paso planifica y elabora el plan metodológico con una concepción integradora.4-Tareas conjuntas para la planificación de las diferentes vías de trabajo metodológico5-Tareas conjuntas para la elaboración del proyecto autoeducativo.

Conclusiones

La preparación desde la dirección del proceso educativo de los subdirectores docentes provinciales del INDER y las estructuras metodológicas de las escuelas integradoras y de formación del sistema deportivo, implica una superación y capacitación constante para contribuir al cambio en los modos de actuación.

El sistema de talleres propuesto con sus diferentes acciones y actividades contribuye a una preparación pedagógica superior en los directivos implicados en la superación, posibilitando el intercambio de experiencias e incorporando progresivamente nuevos conocimientos.

Bibliografía

Addine F y otros. La profesionalización del maestro desde sus funciones fundamentales. Algunos aportes para su comprensión. Dirección de Ciencia Técnica .MINED:2003

ADDINE FERNÁNDEZ, F. Et. Al.: Aproximación a la sistematización y contextualización de los contenidos didácticos y sus relaciones. Informe de Investigación. ISPEJV. Fac. Ciencias de la Educación. La Habana, 1998.

_____: Didáctica y optimización. Material de Apoyo a la docencia. IPLAC. La Habana, 1998.

ADDINE FERNÁNDEZ, F.: Apuntes para un diagnóstico de cómo enseñan y aprenden nuestros futuros profesores. Material inédito.

Addine, Fátima. F. et al : “Principios para la dirección del Proceso Pedagógico.” Impresión ligera. ISPEJV. C. de La Habana, 1999.

Alvarez de Zayas, C: “Fundamentos teóricos de la dirección del proceso docente educativo en la Educación Superior Cubana.” Edit. E.N.P, C. de La Habana, 1990.

----------: “ La escuela en la vida” Editorial Félix Varela. C. de La Habana, 1992.

Blanco Pérez A. y Recarey Fernández S. Materiales para profundizar. Sobre el rol profesional del maestro/205. Temas de Introducción a la Formación Pedagógica. Editorial Pueblo y Educación. 2004.

CASTELLANOS SIMONS, D.: La comprensión de los procesos del aprendizaje: apuntes para un marco conceptual. Centro de Estudios Educacionales. ISPEJV. La Habana, 1999. Pág. 11

COLECTIVO DE AUTORES. Caracterización de los procesos de aprendizaje en estudiantes de las Secundarias Básica de Ciudad Escolar Libertad. Instituto Superior Pedagógico E. J. Varona. Facultad de Ciencias de la Educación, Abril 2000.

Título: La superación profesional del profesor deportivo basada en competencias profesionales específicas.

Title: "The sport professor's professional development based on specific professional competitions."

Autor: Dr. C. Denis Lara Caveda. Profesor Titular. Universidad de Sancti Spíritus "José Martí Pérez", Facultad de Cultura Física. Email: denis@uniss.edu.cu

País: Cuba

Resumen

El estudio que se presenta logra una sistematización desde la teoría de investigaciones referidas al desarrollo y evaluación de competencias profesionales, ofreciéndose un conjunto de estas relacionadas con las funciones y exigencias del profesor deportivo, a partir de las cuales se determinan indicadores que facilitan el desarrollo de la superación del profesional seleccionado para transitar por el proceso; sobre todo a partir del criterio reflejado en tesis que revelan un insuficiente quehacer investigativo en el área de la iniciación deportiva en nuestro país y de cómo potenciar desde la superación las competencias profesionales específicas que deben desarrollar para el logro de un desempeño superior, lo cual se refleja en una inadecuada preparación científico metodológica de la fuerza técnica en nuestro territorio, deficiencias en el proceder didáctico para la enseñanza y aprendizaje del gesto deportivo, así como en la orientación y selección deportiva y el desarrollo de capacidades físicas y coordinativas en edades tempranas. De esta manera se propone como solución al problema: organizar la superación profesional de los profesores deportivos, empleando las competencias profesionales específicas, estas como elemento rector del proceso. El proceder ha sido puesto en práctica a través de cursos, talleres y otras formas de superación en nuestro territorio, obteniéndose resultados y reconocimientos por parte de los usuarios y directivos de la provincia.

Palabras Claves: superación profesional, profesor deportivo, competencias profesionales específicas.

Abstract

The study that is presented achieves a systematizing from the theory of investigations referred to the development and evaluation of professional competitions, offering a group of these related with the functions and the sport professor's demands, starting from which indicators are determined that facilitate the professional's development selected to traffic for the process; mainly starting from the approach reflected in thesis that you/they reveal an insufficient investigative chore in the area of the sport initiation in our country and of how to increase, from the process, the specific professional competitions that should develop for the achievement of a superior acting, that which is reflected in an inadequate methodological preparation scientist of the technical force in our territory, deficiencies in proceeding didactic for the teaching and learning of the sport expression, as well as in the orientation and sport selection and the development of physical capacities in early ages. This way he/she intends as solution to the problem: to organize a process for the professional development of the sport professors, using the specific professional competitions, these as element rector of the process. Proceeding has been put into practice through courses, shops and other forms of development professional in our territory, obtaining you results and recognitions on the part of the users and directive of the county.

Key Words: I develop professional, sport professor, specific professional competitions.

Introducción

Estudios sobre “competencias profesionales” de autores como: Boada, Mertens, González, Cejas y Pérez, Vargas, Castellanos, Forgas, Roe, Badillo y Villasmil, Rodríguez, Hawes y Corvalán, González Maura, Ortiz, entre otros; demuestran su importancia en diferentes espacios, dentro de los cuales se destaca su influencia en la búsqueda de alcanzar logros superiores en el ámbito laboral. (Lara, 2011)

No obstante se registran inexactitudes en cuanto al empleo de indicadores por competencias (sobre todo los correspondientes a competencias profesionales específicas) en proceso de formación continua, aspecto hacia donde se dirige el presente estudio.

Una de las concepciones más recurrente pertenece a Irigoin y Vargas (2003), quienes definen el término **“competencias profesionales”** como el *“conjunto articulado de conocimientos, habilidades, destrezas, comportamientos y clases de actitudes que definen un desempeño superior”*.

Las **competencias profesionales específicas** a juicio de expertos, es un modelo que permite sortear con más previsión los cambios y retos actuales.

De tal manera, se ve a las competencias profesionales específicas, como “*rasgos que caracterizarán a un profesional, expresados en términos de competencias en determinado puesto de trabajo”.* (Lara, 2011)

La organización del proceso de superación sustentada en el empleo de indicadores por competencias profesionales específicas, se fundamenta a partir de una concepción de la superación, con características específicas, que perfecciona el proceso de superación profesional e incrementa el saber científico sobre su esencia; respaldada por instrumentos para la determinación de las competencias profesionales específicas, y sus indicadores, del profesor deportivo.

Los sistemas de superación profesional para los profesores deportivos cubanos necesitan llevar a cabo un proceso de perfeccionamiento con vista a elevar la calidad del sistema de superación profesional para los recursos humanos del deporte, dadas las “limitaciones y carencias, que rompen con su equilibrio y sus posibilidades de autorregulación, lo que sin duda, resiente su calidad.” (Sánchez, 2003)

“Estas carencias provocan desequilibrio en los sistemas de superación, así como en la calidad de su funcionamiento, lo cual repercute en sus posibilidades de autorregulación y cumplimiento de su misión.” (Sánchez, 2003)

Además, es necesario contar con indicadores que faciliten los diferentes pasos que se acometen en un proceso de superación, dígase: evaluación de los participantes (inicial o final), formas de superación, evaluación del proceso o acreditación; al mismo tiempo, se precisa de una mejor orientación para desarrollar el proceso a partir de las competencias declaradas, cuestiones que se propone solventar en la investigación.

Conociendo estas limitantes y teniendo en cuenta que disponer de una descripción de competencias profesionales específicas tiene relevancia en cuanto a promoción y reclutamiento de profesionales, que indica a los desarrolladores del proceso de superación las claves para su desarrollo y que proporciona información valiosa respecto al grado de satisfacción de necesidades detectadas; se concibe a estas competencias como una herramienta fundamental en el proceso de superación, convirtiéndolo en un asunto más específico y personalizado.

De tal manera se define como **objetivo general:** Organizar la superación profesional de los profesores deportivos, empleando las competencias profesionales específicas como elemento rector del proceso.

Desarrollo

Metodología y métodos para la determinación de competencias profesionales específicas del profesor deportivo y sus indicadores:

El *análisis de documentos*, brindó la posibilidad de recopilar datos, con vista a describir la realidad de la superación profesional de estos entrenadores.

La *observación participante* como base de los procedimientos empíricos y forma más elemental del conocimiento científico, dio la posibilidad de tener contacto directo en contextos y situaciones específicas dentro del proceso de superación.

La *entrevista cualitativa* realizada a gestores de la superación, se efectuó con el propósito de indagar en otros aspectos del proceso de superación que no hayan quedado expuestos tras la observación realizada.

Para la determinación de las competencias profesionales que debe reunir el profesor deportivo se realizó una *revisión bibliográfica*, también una *encuesta* a profesores deportivo, por constituir los "sujetos que realizan la actividad", lo que permitió recoger información complementaria; durante el proceso se tuvo en cuenta la participación activa de los implicados. Dicho muestreo tuvo un carácter aleatorio simple.

Métodos como el *análisis y síntesis, inductivo-deductivo y de lo abstracto a lo concreto* permitieron complementar el análisis teórico correspondiente, para así obtener una aproximación de las competencias profesionales del profesor deportivo.

El empleo de la metodología ofrecida por Cuesta (2001), quién reconoce al *método Delphi* como eje central de la determinación de competencias profesionales, permitió la concreción de dicho momento.

Metodología y métodos para el diseño del proceso de superación profesional a partir del empleo de competencias profesionales específicas del profesor deportivo y sus indicadores:

El *análisis de documentos*, utilizado para realizar análisis de contenido de los documentos rectores de la superación profesional en Cuba (sobre todo) así como de tesis doctorales, publicaciones científicas e informes de investigaciones. Su aplicación tuvo como objetivo obtener información que en el orden teórico fue necesaria para organizar el proceso de superación deseado.

El *enfoque sistémico*, que permitió la orientación general hacia el análisis del objeto como una realidad integral formada por elementos que se interrelacionan unos con otros. Permitió analizar los elementos aislados del proceso, como es el caso de las fases que se incluyen, así como los componentes que lo conforman.

La *modelación*, determinada por la lógica interna del proceso de superación y por la necesidad de establecer un reflejo mediatizador de la realidad objetiva. La modelación es justamente el método mediante el cual se crearon abstracciones con vistas a explicar la realidad del mismo.

Resultados

Luego de un análisis teórico realizado (por necesidades propias de la investigación y la puesta en práctica de la propuesta) se decide integrar dos de las clasificaciones descritas en la literatura especializada, con el objetivo de obtener una aproximación conceptual de competencias profesionales del profesor deportivo, teniendo en cuenta su generalidad y especificidad en dependencia de su función que realiza. La utilización de ambas clasificaciones trae como resultado que se cataloguen las competencias de dicho profesional como:

- Competencia Técnica Genérica o Específica
- Competencia Metodológica Genérica o Específica
- Competencia Participativa Genérica o Específica
- Competencia Personal Genérica o Específica

Los siguientes gráficos (1 y 2) sintetizan el proceso teórico llevado a cabo:

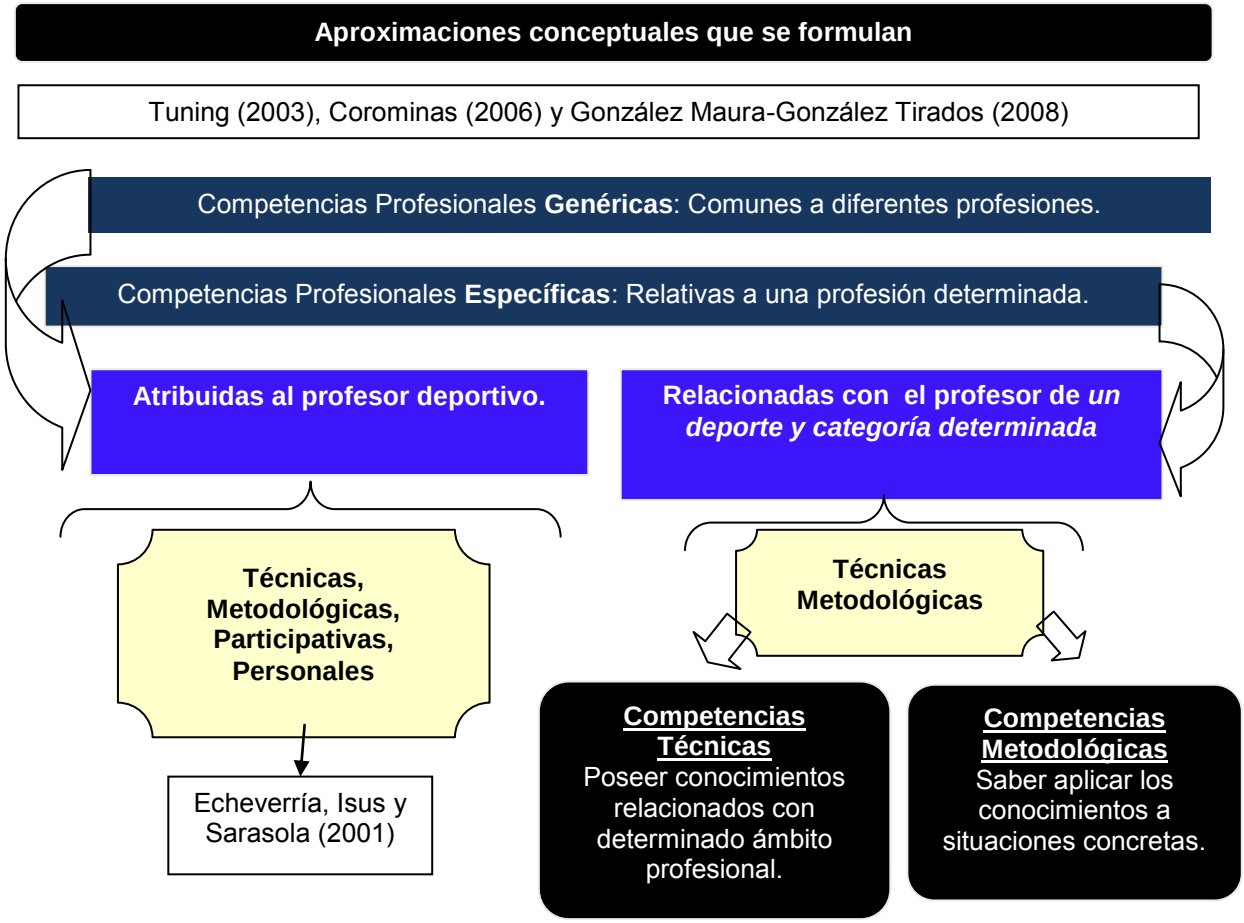


Gráfico 1 (fuente: elaboración propia)

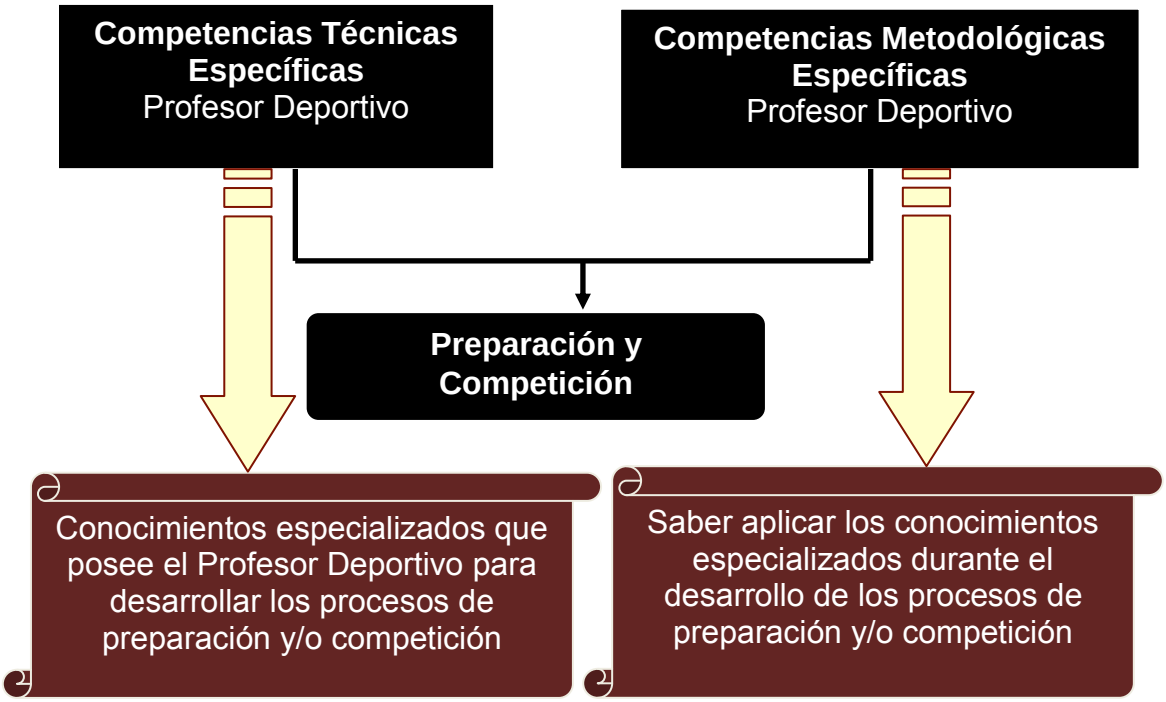


Gráfico 2 (fuente: elaboración propia)

A partir de la definición de dichas competencias se procede a organizar el proceso de superación.

Planificación de la forma de superación profesional basada en el diagnóstico del comportamiento de las competencias profesionales específicas.

El *objetivo* principal es: seleccionar y organizar acciones de superación profesional, teniendo en cuenta el diagnóstico realizado, sobre la base de las competencias profesionales específicas y sus indicadores.

<u>Teniendo como principales acciones:</u>

1. *Selección de competencias a desarrollar.*

Para ello se realiza un análisis por indicadores de cada competencia profesional específica, para caracterizar su desarrollo en cada profesor implicado, lo que permitirá establecer las principales deficiencias y potencialidades de estos y seleccionar, a partir de allí, la vía más adecuada para elevar su desempeño.

Las competencias profesionales específicas a desarrollar serán organizadas de acuerdo a las clasificaciones establecidas (técnicas y metodológicas), con el fin de precisar en cada momento a cuál de estas se dedicará mayor atención, lo que no quiere decir que se obviará el trabajo con otras competencias que se relacionan.

2. *Determinación de formas organizativas de superación para el desarrollo de competencias específicas.*

Teniendo en cuenta el análisis del diagnóstico realizado y apoyados en las indicaciones del Reglamento de la Educación de Posgrado de la República de Cuba en su Resolución No. 132/2004, se conciben como otras formas de superación la autopreparación, la conferencia especializada, el seminario, el taller, el debate científico y otras que complementan y posibilitan el estudio.

En dicho proceso se concilia con el profesor las competencias que necesita desarrollar, estableciendo un consenso para implicarlo en el asunto, aunque se recomienda que la decisión final sea tomada por el responsable de llevar a cabo la superación profesional.

3. *Organización de las formas específicas en los momentos de superación.*

Para una correcta organización del proceso se requiere de dos momentos fundamentales:

a) Determinar los momentos de superación (definición espacial y temporal para el desarrollo del proceso de superación).

Dicha determinación está en dependencia de las condiciones reales con que se cuente para ello, el número de entrenadores a los cuales se les dará seguimiento, los profesores disponibles para impartir los contenidos, las diferentes formas de superación profesional, así como las características de los participantes (diagnóstico).

b) Agrupar las formas específicas en el momento de la superación.

Para ello se definirá que competencias profesionales específicas se tratarán por cada uno de los momentos, así como los indicadores para cada una de estas. Se tendrá en cuenta el tipo de competencia profesional (clasificación), el ámbito en que se desarrollará y las posibilidades de participación de cada uno de los involucrados (profesores, entrenadores deportivos, personal de apoyo).

Se establecen los objetivos generales dirigidos a preparar a los gestores de la superación y a los propios entrenadores para la realización de un proceso que incluiría el uso de las competencias profesionales específicas como elemento rector del mismo. Se diseña la estructuración del procedimiento metodológico que

considere un conjunto de acciones, métodos y el componente espacio temporal para su aplicación.

Se debe tener en cuenta la preparación de los responsables del proceso de superación la cual consiste en:

- Discusión de la forma seleccionada para llevar a cabo el proceso.
- Planteamiento de sugerencias y opiniones para lograr la mayor efectividad posible del proceso.
- Desarrollar las actividades haciendo énfasis en el desarrollo de competencias profesionales específicas del entrenador que se supera.

La preparación se realiza respetando las propias vivencias, inquietudes y deseos de los implicados, con el fin de que asuman responsabilidades y sentido de pertenencia, tolerancia y respeto por el proceso de superación.

Conclusiones

- Existen limitaciones en la práctica relacionadas con la superación profesional de los profesores deportivos, derivadas de limitaciones en la teoría acerca del uso de indicadores por competencias profesionales específicas en el proceso de superación.
- La propuesta tiene como características fundamentales: la flexibilidad, la dinámica y la sistematicidad tomando relevancia, por cuanto, a través de la serie de fases (etapas) que la conforman se facilita el proceso de superación profesional de los profesores deportivos.

Referencias bibliográficas

Corominas, E. “Percepciones del profesorado ante la incorporación de las competencias genéricas en la formación universitaria”. Revista de Educación. 2006 http://www.revistaeducacion.mec.es/re341/re341.pdf

Cuesta Santos, A. “Gestión de competencias”. Editorial Academia. La Habana. 2001.

Echeverría, B.J.; S. Isus; L. Saralosa. “Cualificaciones–Competencias, la contribución de los proyectos Leonardo da Vinci y ADAPT (1995 – 1999)”.INEM. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Madrid. 2001.

González Maura, V. y R. M. González Tirados. “Competencias genéricas y formación profesional: un análisis desde la docencia universitaria”. 2008. Disponible en: www.oei.com

Irigoin, M y F. Vargas. “Competencia Laboral. Manual de conceptos, métodos, aplicaciones en el sector salud”. Organización Mundial de la Salud. 2003. http://www.cinterfor.org

Lara Caveda, D. “Alternativa metodológica para la superación profesional, a partir de las competencias profesionales específicas del entrenador de Fútbol categoría 13 – 15 años”. Libro electrónico. Editorial Universitaria. Cuba 2011.

Ministerio de Educación Superior (MES). Reglamento de la Educación de Posgrado de la República de Cuba. 1996.

Ministerio de Educación Superior (MES). Reglamento de la Educación de Posgrado de la República de Cuba. Resolución No. 132/2004. La Habana. 2004.

Ministerio de Educación Superior (MES). Resolución No. 210/07. La Habana 2008.

Ministerio de Educación Superior (MES). Resolución No. 166/09. La Habana. 2009.

Sánchez Oms, A. “Análisis de los sistemas de superación de los recursos humanos del deporte. una propuesta de modelo para la mejora continua de su calidad”. Tesis doctoral. La Habana, 2003.

Tuning. “Tuning en América Latina Un proyecto de Universidades”. 2003.

Título: La utilización de los métodos estadísticos en el proceso de formación del profesional del deporte.

Autora: M.Sc. Enilda Mariselis Jorrín Carbó. enilda.jorrin@umcc.cu

Institución: Universidad de Matanzas. Sede "Camilo Cienfuegos". Facultad Cultura Física

País: Cuba

Resumen:

Los métodos estadísticos en el contexto del deporte resulta un tema actual y de gran relevancia: El trabajo tiene como propósito potenciar la utilización de los métodos estadísticos durante el proceso de formación del profesional de Cultura Física en aras de transformar los datos de la actividad física y el deporte en mejores resultados deportivos. La concepción y el diseño de las acciones se realizaron a partir de las necesidades detectadas en el diagnóstico, donde se emplearon diferentes métodos investigativos teóricos y empíricos que permitieron constatar limitaciones en los docentes para orientar la utilización de los métodos estadísticos desde sus disciplinas, teniendo en cuenta los nodos interdisciplinarios. Como solución al problema científico planteado se brinda una estrategia metodológica, la validez se demuestra a través de las valoraciones de los especialistas y de la implementación parcial. Los resultados obtenidos corroboran su valía al obtenerse transformaciones positivas en los docentes sobre los que se incide en esta investigación y se ratifica al trabajo metodológico como una de las vías parafavorecer la preparación. La estrategia presentada puede ser enriquecida y ajustada a otros contextos educativos.

Palabras Claves: *métodos estadísticos, componente investigativo, formación del profesional, disciplinas, nodos interdisciplinarios.*

Introducción

En la actualidad se buscan transformaciones en los sistemas educativos y específicamente en los procesos de enseñanza aprendizaje, que tributen a la formación integral sólida del educando, preparándolo para su desempeño

profesional. Esto implica el logro de una educación comprometida, no solo con la apropiación del conocimiento, sino también con el desarrollo de sus potencialidades y con la transformación del conocimiento en positivas convicciones morales y motivos de conducta, con una actuación creativa y transformadora ante la sociedad.

Los centros encargados de la formación y superación del profesional del deporte para dar cumplimiento a este objetivo, tiene el exigente reto de diseñar y ejecutar un proceso docente educativo, que prepare a los estudiantes para su incorporación a la vida laboral.

El egresado de la carrera licenciatura en Cultura Física tiene la necesidad de poner en práctica, en las diferentes áreas del ejercicio de su profesión, el ejercicio físico de forma organizada, para lo cual, debe estar capacitado en la búsqueda, recopilación y tratamiento de la información, que le permita valorar y transformar su actividad, la de sus atletas, estudiantes, adulto mayor o personas en general con las que trabaje, haciendo uso adecuado de los Métodos Estadísticos (ME), dentro de la concepción de **"maestro investigador"** o, más general, **"profesional investigador de su práctica",** sin los cuales se haría poco eficiente su proceder, según lo expresa el plan de estudio de la carrera. Plan de Estudio "D", 2003, p.185).

Hoy constituye una preocupante en el colectivo de la Disciplina Investigación y Métodos de Análisis de la Cultura Física, y del colectivo de profesores de la asignatura Análisis de Datos, las limitaciones existentes relacionadas con la aplicación de los métodos estadísticos desde las disciplinas en los estudiantes de las Facultades de Cultura Física.

A pesar de las modificaciones realizadas a los planes y programas de estudio, existe la tendencia por parte de los docentes de impartir los contenidos descontextualizados, sin los correspondientes nexos entre asignaturas y con una visión fragmentada de los procesos debido a la insuficiente preparación interdisciplinaria.

Este trabajo, tiene la intención de profundizar en la preparación metodológica de los profesores de la Facultad de Cultura Física, en la utilización de los métodos

estadísticos, por su relevancia dentro del componente investigativo, que permita perfeccionar las acciones del Proceso de Enseñanza Aprendizaje (PEA), desde cada disciplina del plan del proceso docente, durante el proceso de formación del profesional y de esta forma contribuir al desarrollo del conocimiento desde la zona de desarrollo próximo hasta las necesidades individuales de conocimiento de cada estudiante, y que a su vez este pueda aplicarlo en las diferentes esferas de actuación, incluyendo la actividad científica, como continuidad de la política educativa del país.

Desarrollo:

Estas transformaciones demanda de los profesores una mayor preparación para enfrentar el desarrollo del PEA, lo que derivan a su vez que la comunidad educativa promueva desde las instituciones acciones dirigidas a la superación de los mismos, en aras de formar un profesional acorde a los nuevos tiempos.

En correspondencia con las bases teóricas declaradas se definen como dimensiones, indicadores e instrumentos para la investigación los siguientes.

Dimensión 1. El componente motivacional

Indicadores:

- Nivel de significación e importancia de la integración de los métodos estadísticos y el componente investigativo desde las disciplinas.
- Nivel de satisfacción por la calidad del proceso enseñanza aprendizaje a través de la integración.
- Actitud de los estudiantes para enfrentar los estudios.

Dimensión 2. EL sistema de conocimientos

Indicadores:

- Nivel de satisfacción acerca de integración de losmétodos estadísticos y el componente investigativo desde las disciplinas

Dimensión 3. La aplicación de conocimiento

Indicadores:

Auto evaluación en la aplicación de los M.E

Aplicación de los M.E y el C.I en los trabajos científicos investigativos

Instrumentos aplicados:

Estudio de documentos:

Encuesta de conocimientos

Entrevista

La muestra utilizada para la investigación estuvo integrada por los estudiantes Curso Diurno de la Facultad de Cultura Física, de la Universidad de Matanzas, profesores correspondientes a los departamentos de Ciencias Aplicadas al Deporte y al Departamento didáctica del Deporte y directivos de la Facultad.

La autora sume la definición de estrategia dada Valle, D.A., 2010,al plantear que la estrategiaes un conjunto de acciones secuenciales e interrelacionadas que partiendo de un estado inicial (dado por el diagnóstico) permiten dirigir el paso a un estado ideal consecuencia de la planeación.

En cuanto a los elementos que componen la estrategia asume los criterios de Barreras, F., 2006, p.34al plantear que la presentación de una estrategia requiere que se abarquen todos los elementos antes señalados, pero propone la siguiente estructura o formato:

Introducción – fundamentación, Diagnóstico de la situación actual, Descripción del estado deseado, Planeación estratégica, Instrumentación yEvaluación.

La estrategia metodológica es “la proyección de un sistema de acciones a corto, mediano y largo plazo que permite la transformación de la dirección del PEA tomando como base los métodos y procedimientos para el logro de los objetivos determinados en un tiempo concreto. Entre sus fines se cuenta elpromover la formación y desarrollo de estrategias de aprendizaje en los estudiantes

El objetivo de la estrategia propuesta es contribuir a la utilización de los métodos estadísticos durante el proceso de formación del profesional de la Cultura Física a través de un sistema de acciones dirigido a los docentes

La estrategia está estructurada de forma tal que se cumplan los objetivos generales declarados por años de estudios y que los objetivos específicos tributen a ellos, incorporando un grupo de acciones desde las diferentes disciplinas, utilizando para ello los nodos interdisciplinarios en ocasiones ocultos o solapados, en los programas de las asignaturas.

Esta estrategia está sustentada en los fundamentos**:** Filosóficos**-** Psicológicos-Sociológicos-Metodológicos-pedagógicos- Didáctico y Curriculares

Dentro de los componentes de la estrategia por su relevancia haremos alusión a la planeación estratégica

PLANEACIÓN ESTRATÉGICA

PRIMERA ETAPA: **Creación de las condiciones previas para la elaboración de la estrategia metodológica.**

***Objetivo*:** Preparar las condiciones previas para la integración de los métodos estadísticos y el componente investigativo según las necesidades del trabajo metodológico de los docentes.

- Determinación de las habilidades investigativas a desarrollar por años de estudio, en correspondencia con los objetivos generales de cada año planteados en el Plan de estudio “D” modificado (2008,17).
- Identificación de los nodos interdisciplinarios de las asignaturas para que puedan ser tratados desde las disciplinas.
- Valoración de las necesidades cognoscitivas y metodológicas de profesores y estudiantes.
- Coordinación con directivos.
- Planificación de los talleres metodológicos.

Medios: Resoluciones Ministeriales, Plan de Estudio y programas de asignaturas, fuentes bibliográficas

SEGUNDA ETAPA

Desarrollo de actividades y talleres metodológicos donde se realice un intercambio de ideas y propuestas metodológicas sobre:

- Intereses y motivos para el uso de los métodos estadísticos dentro del componente investigativo.
- Cómo desarrollar la aplicación de los métodos estadísticos desde las diferentes disciplinas durante el proceso de formación del profesional de la Cultura Física
- Cómo introducir en la planificación de las clases el uso de los métodos estadísticos sin afectar el contenido

Objetivo: Realizar talleres relacionados con la utilización de los métodos estadísticos como elemento básico dentro del componente investigativo

Acciones.

1) Conformación de la estructura y el contenido de las actividades y talleres metodológicos.
2) Elaboración de guías metodológicas para consulta de los profesores

Guía 1. Procedimientos metodológicos en la determinación estadística de la muestra.

Contenido: Población y Muestra, Muestreo, Tipos de datos. Escalas de medición. Bases de datos. Medidas de tendencia central y de dispersión. Análisis horizontal y Análisis vertical de los datos.

Guía 2. Instrucciones con carácter metodológico sobre estudios correlaciónales y decisiones de expertos.

Contenido: Correlación, Estudios Experimentales, Criterio de expertos, Criterio de especialista.

Guía 3. Operaciones sobre la aproximación de la estadística a la aplicación y resultados de los test pedagógicos.

Contenido: Aplicación de test para evaluar capacidades físicas, potencias, rapidez, motricidad.

3) Ejecución de actividades metodológicas.

a) Interdisciplinariedad e integración de los métodos estadísticos dentro el componente investigativo a las disciplinas.
b) Implicación estadística en los métodos de investigación Teóricos y empíricos.Declaración del procedimiento estadístico en el diseño metodológico de investigación

4) Ejecución de los talleres metodológicos
   a) Aplicación del análisis exploratorio a la solución de ejercicios dentro del ámbito de la Cultura Física y el Deporte
   b) Evaluación de la investigación por criterio de Experto-Especialista-Experimento
   c) Aplicación de los test estadísticos en correspondencia con la investigación a realizar.
   d) Integración de los conocimientos a solución de ejercicios desde las diferentes asignaturas.
5) Valorar la integración de los métodos estadísticos dentro el componente investigativo en el proceso de enseñanza aprendizaje de las asignaturas.
   a) Realizar visitas a clases, Reuniones de disciplinas y colectivos de año.
   b) Realizar encuesta a los estudiantes.
   c) Realizar entrevista a los profesores.
   d) Revisión de las evaluaciones realizadas a los estudiantes.
   e) Realizar un taller metodológico.

La realización de talleres cumplirá diferentes funciones: la cognoscitiva, metodológica, interdisciplinar y de control para la actualización y sistematización de los conocimientos teóricos sobre los nodos interdisciplinarios, mediante la familiarización, integración y generalización de los contenidos, creando un espacio de comunicación afectiva que permita evaluar la marcha del proceso.

Para el desarrollo de la estrategia se realizaran 7actividades distribuidas del siguiente modo: (2) actividades metodológicas y (5) talleres, el análisis permitió crear un conjunto de ejercicios relacionados con las asignaturas que le permite al

docente darle un tratamiento adecuado a la aplicación de los métodos estadísticos.

Acción 1. Desarrollo de las actividades metodológicas

Objetivo: Orientar el desarrollo uniforme en la realización de los trabajos investigativospor los estudiantes.

Reunión metodológica 1: Los componentes investigativos que se deben trabajar por años de estudios para desarrollar las habilidades según los objetivos del plan de estudio para cada año.

Objetivos: Identificar los componentes investigativos que se trabajaran en los diferentes años de estudios.

Definir los nodos interdisciplinarios para la aplicación de los componentes investigativos

Contenidos: Trabajar con las habilidades investigativas para brindar a los estudiantes un trabajo investigativo uniforme.

Reunión metodológica 2: Los componentes investigativos que se deben trabajar por años de estudios para desarrollar las habilidades según los objetivos de cada año.

Objetivo: Trabajar el diseño teórico metodológico, con ejemplos prácticos dentro del área de la Cultura Física

Contenidos: Los componentes del diseño teórico

Acción 2: Desarrollo de los talleres metodológicos.

Objetivo: Valorar la fundamentación estructural de la habilidad propuesta y su aplicación, mediante la discusión, el debate científico y el trabajo metodológico, para contribuir al perfeccionamiento profesional.

Taller 1: Cultura interdisciplinaria de los docentes de la Facultad de Cultura Física. Consideraciones teóricas y prácticas esenciales para la aplicación de los métodos estadísticos dentro del componente investigativo desde sus asignaturas

Objetivo: Definir el papel de la interdisciplinariedad en los docentes de la Facultad de Cultura Física en el proceso de formación del profesional de Cultura Física.

Contenido: Interdisciplinariedad, Nodos interdisciplinarios, componente investigativo en el proceso de formación – Métodos Estadísticos (organización de la información para su procesamiento)

Este taller le permitirá a los docentes debatir y apropiarse de aspectos importantes como son: las habilidades investigativas que se debe trabajar por años de estudios, para dar respuesta a los objetivos del año, reconocer los nodos interdisciplinarios donde puede utilizar los métodos estadísticos

Taller 2: Aplicación de métodos estadísticos para la investigación

Objetivo: Aplicar el análisis exploratorio a la solución de ejercicios dentro del ámbito de la Cultura Física y el deporte.

Contenidos: Población y Muestra, Muestreo, Tipos de datos. Escala de medición, Bases de datos, Medidas de tendencia central y de dispersión. Análisis horizontal y Análisis vertical de los datos, Gráficos, Uso y manejo del procesador estadístico SPSS V:21, Interpretación de resultados

Metodología: El taller estará dedicado al tratamiento de la muestra y población

***Taller 3*:** Criterios para evaluar la investigación. Experto-Especialista-Experimento.

Objetivo: Explicar cómo se evalúan las investigaciones científicas desde posiciones teóricas y experimentales

Contenidos: Correlación, Estudios Experimentales, Criterio de expertos, Criterio de especialista.

Taller 4: Test Estadísticos en correspondencia con la Investigación a realizar

Objetivo: Estudiar las propiedades y funciones de los test

Contenido: Aplicación de test para evaluar capacidades físicas, potencias, rapidez, motricidad

Taller 5: Ejercitación interactiva entre los docentes solucionando ejercicios desde las diferentes asignaturas

Objetivo: Ejercitar los conocimientos obtenidos sobre la integración de los métodos estadísticos y el componente investigativo en las asignaturas mediante el intercambio profesional.

Filosofía para la implementación de la estrategia.

Etapas	Condiciones	Participantes	Responsable	Fecha
Creación de condiciones previas	Autopreparación sobre las necesidades metodológicas de la integración de los ME y el CI de estudiantes y profesores	Investigador	Investigador	Mayo
	Ajuste con los directivos sobre las necesidades de aplicación	Investigador, Decano, VDD y VDIyP	Investigador	mayo
	Organización de los instrumentos	Investigador	Investigador	mayo
	Aplicación y tabulación de los resultados	Investigador	Investigador	mayo
Talleres metodológicos	Planificar los talleres metodológicos	Investigador, profesor de metodología de la investigación y profesor de Análisis de Datos	Investigador	Inicio de junio
	Realizar los talleres metodológicos	Investigador, profesor de metodología de la investigación y profesor de Análisis de Datos	Investigador	Junio-Julio
	Integración de los ME y el CI al PEA.	Profesores de los Departamentos de Educación Física y Ciencias Aplicadas al Deporte.	Investigador J´de Disciplinas, Jefes de Dpto y PPA	septiembre
Evaluación	Valorar la integración de los ME y el CI al PEA.	Profesores de los Departamentos de Educación Física y Ciencias Aplicadas al Deporte.	Investigador J´de Disciplinas, Jefes de Dpto y PPA	Enero y mayo

Evaluación:

Realizar el control y la retroalimentación de los resultados de la aplicación de la estrategia metodológica.

Objetivo: Valorar la integración de los métodos estadísticos y el componente investigativo en proceso de enseñanza aprendizaje

Acciones:

1. Realizar visitas a clases, Reuniones de disciplinas y colectivos de años.

Objetivo: Observar a través del desarrollo de las clases si se cumplen las decisiones tomadas en las reuniones metodológicas y el desempeño del profesor en su conocimiento de la temática.

Se deben realizar visitas a todos los profesores que imparten docencia en el curso escolar donde será implementada la estrategia.

2. Realizar encuesta a los estudiantes.

Objetivo: Evaluar los resultados de la aplicación de la estrategia a partir de la opinión de los estudiantes.

La encuesta a aplicar será la misma que se aplicó en la etapa de diagnóstico, lo que permitirá la comparación de los resultados antes y después de aplicada la estrategia metodológica

Realizar entrevista a los profesores.

Revisión de las evaluaciones realizadas a los estudiantes.

Realizar taller metodológico.

Observaciones a clases

Objetivo: Conocer las opiniones de los profesores sobre los resultados de la aplicación de la estrategia.

La encuesta a aplicar debe coincidir con la aplicada en el diagnóstico inicial para comparar los resultados.

3. Revisión de las evaluaciones realizadas a los estudiantes.

Objetivo: Retroalimentar a través de las evaluaciones los resultados de la aplicación de la estrategia metodológica.

Serán seleccionadas aleatoriamente trabajos de cursos, trabajos investigativos, tareas integradoras y se compararán con los de los tres cursos anteriores para

conocer si los resultados del aprendizaje son superiores una vez aplicada la estrategia metodológica.

4. Realizar un taller metodológico.

Objetivo: Debatir las experiencias de los profesores en el desarrollo del Proceso de enseñanza aprendizaje en la integración de los métodos estadísticos y el componente investigativo.

En el taller participan todos los profesores y será dirigido por el jefe de la disciplina Investigación y Métodos de Análisis. En el mismo los profesores expondrán sus experiencias en la integración de los métodos estadísticos y el componente investigativo en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje, destacando las fortalezas y las debilidades que han tenido, lo que permitirá generalizar las mejores experiencias y resolver las deficiencias. También este taller será un marco propicio para evaluar los resultados de la aplicación de la estrategia metodológica.

Conclusiones

El estudio exploratorio desarrollado demostró la necesidad de sistematizar en el trabajo con los métodos estadísticos

Esta estrategia permitirá contar con una herramienta básica para la utilización de los métodos estadísticos, durante el proceso de formación, permitirá elevar el nivel de formación científica en los estudiantes, mayor independencia investigativa, seguridad en la investigación, Calidad en los trabajos investigativos, trabajos de cursos y trabajos de diplomas para optar por el título de Licenciado.

Durante el proceso de formación, se espera que los estudiantes puedan elevar el nivel de conocimientos sobre la aplicación de los métodos estadísticos como base fundamental de la Investigación científica. Ampliar el campo de aplicación, elevar el nivel científico en la elaboración de tareas investigativas. Fomentar el espíritu investigativo y motivar la continuidad de superación científica de los egresados.

Bibliografía

1. Álvarez de Zayas C.M. (1999) *La escuela en la vida*. Didáctica. Ciudad de La
   Habana: Editorial Pueblo y Educación.
2. Castro RF; Ríos MF y Rey CP (s/a). *En busca de la docencia ideal*: *El desarrollo de las habilidades en currículo basado en Competencias*. XVIII. Santiago de Chile: Congreso Chileno de Educación en Ingeniería. Disponible en: www.uach.cl/rrpp/online/ver.php?not=2765 - 26k.
3. Plan de estudios “D”, P. d. (2008). "PLAN DE ESTUDIOS “D”. Ministerio de Educación Superior. Modalidad Presencial.
4. De Zure (2007). "Interdisciplinary Teaching and Learning". The Professional & Organizational Development Network in Higher Education, 6 DOI.
5. Barreras, F (2006). "*Los resultados de investigación en el área educacional*".
   Conferencia presentada en el centro de estudios del ISP “Juan Marinello”, (pág. 32). Matanzas.
6. Gómez Galo.- (1976) Universidad e interdisciplinariedad. Conferencia dictada en la Universidad de Xochimilco. Nov. México.mm.
7. Jiménez Álvarez, José Del Carmen (2012). *Concepción teórico-metodológica del proceso de enseñanza-aprendizaje de la unidad curricular análisis del dato estadístico en el programa de formación de grado gestión social para el desarrollo local de la UBV.*Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. La habana. Cuba
8. Mesa Anoceto, M. (2006). *Asesoría estadística en la Investigación aplicada al deporte*. Cuba
9. Perera Cumerma, F. (2000). *La Formación interdisciplinaria del profesor de Ciencias: un ejemplo en la enseñanza de la Física*. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Ciudad de La Habana.
10. Programa de la asignatura Análisis de datos (2013). ISCF. “Manuel Fajardo”.
    La Habana. Cuba

11. Valle, D.A. (2010). *Algunos resultados científicos pedagógicos: Vías para su Obtención.* Instituto Central de Ciencias Pedagógicas. Ministerio de Educación. Cuba. Ciudad de la Habana.

Título: Neuro-crucigramas. Material didáctico de apoyo a las conferencias de Enfermedades Neurológicas.

Autor: Dr. C. Armando Sentmanat Belisón

Coautores: M.Sc. Ismaris Núñez Hernández

Lic. Madelinee Vega Armand

Institución: UCCFD Manuel Fajardo

País: Cuba

Resumen (1 página)

El desarrollo de la universidad contemporánea exige el uso de métodos productivos para desarrollar en los estudiantes hábitos investigativos que los conduzcan al aprendizaje de los contenidos programados y de otros que amplíen y consoliden sus conocimientos como futuros profesionales. Para contribuir al cumplimiento de este objetivo, se elaboraron dos crucigramas didácticos, sobre la base de los contenidos de las clases 11 y 12 del Programa de Cultura Física Terapéutica para el Curso regular diurno en 4to. Año y el contenido programado para el Curso por Encuentros en 5to. Año. El primero, integra los conceptos básicos, las características y los objetivos del tratamiento de rehabilitación para las enfermedades neurológicas degenerativas y estáticas impartidas en clases. El segundo integra los conceptos básicos del síndrome hemipléjico, su cuadro clínico y aspectos generales del Programa de rehabilitación física que se emplea en las Áreas Terapéuticas de la Cultura Física para tratar sujetos que presenten esta entidad neurológica. Para conocer la factibilidad de estos materiales de apoyo a la docencia, se consultó y llenaron los Neuro-crucigramas, 5 especialistas de experiencia, 2 profesores de CFT, 1 Tecnóloga de la Salud Especializada en Terapia Física y Rehabilitación y 2 Especialistas en Neurorrehabilitación del CIREN, los que consideraron que eran adecuados y obligaban a los estudiantes a utilizar la bibliografía de consulta facilitada y a consultar con otros profesores de la asignatura. Estos materiales tienen como complemento bibliografía de consulta especializada en Neurología y Neurorrehabilitación, un glosario y un cuestionario sobre los contenidos de las clases de referencia que aparecen en FTP y en la Plataforma Moodle, lo que adicionalmente contribuye al desarrollo de habilidades para el manejo de las TIC. Los Neuro-crucigramas fueron aplicados en el Curso 2015-2016 a una muestra de 17 estudiantes de 4to. año del Curso regular diurno, y a 44 estudiantes de los grupos de 5to. Año del CPE (Trabajadores y Atletas). Y en el Curso 2016-2017, a 26 estudiantes del grupo D- 46, para una muestra total de 70 estudiantes. Los resultados preliminares arrojaron que un alto por ciento de los estudiantes que llenaron el Neuro-crucigrama 1 alcanzaron calificaciones entre E y B, y el 76,5% de los estudiantes que trabajaron con los dos Neuro-crucigramas alcanzaron calificaciones entre E y B en la pregunta

relacionada con la rehabilitación neurológica en el TCP aplicado. Se puede concluir de forma preliminar, que el contenido incluido en los Neuro-Crucigramas y su material complementario es asequible para la consolidación de los conocimientos sobre enfermedades neurológicas en los estudiantes del 4to. Año del Curso regular diurno y en el 5to. Año del CPE.

Introducción (quedará explícitamente declarado el objetivo)

Introducción.

El desarrollo de la universidad contemporánea exige el uso de métodos productivos para desarrollar en los estudiantes hábitos investigativos que los conduzcan al aprendizaje de los contenidos programados y de otros que amplíen y consoliden sus conocimientos como futuros profesionales. Para contribuir al cumplimiento de este fin, se elaboraron dos crucigramas didácticos, sobre la base de los contenidos de las conferencias de Rehabilitación Neurológica del Programa de Cultura Física Terapéutica para el Curso Regular Diurno y el Programa del CPE. El estudio tuvo como objetivos fundamentales, consolidar los conocimientos impartidos en las conferencias programadas; estimular el hábito de la investigación; proporcionar vías para el empleo de las TIC; estimular el estudio e intercambio de conocimientos entre los estudiantes y con los profesores.

Desarrollo.

Para el desarrollo del estudio se confeccionaron dos Neuro-crucigramas que recogieran los conceptos básicos de las clases 11 y 12 de Enfermedades neurológicas y el Síndrome hemipléjico, respectivamente, del programa y el P1 de Cultura Física Terapéutica para el 4to. Año del Curso Regular Diurno y para el 5to. Año del Curso por Encuentros, los que abarcaran los objetivos fundamentales de cada clase. Para la confección de los Neuro-crucigramas se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos: selección de los contenidos a consolidar en cada clase, definición de la expresión raíz (enfermedades neurológicas y síndrome hemipléjico); determinar los conceptos fundamentales para las horizontales; buscar los enlaces verticales y derivaciones para otras horizontales; montar en formato de cuadrícula de Excel, para el esquema base; transferir a formato Word el esquema base; elaborar cuestionarios para horizontales y verticales numeradas; elaborar indicaciones para su llenado; elaborar esquema base con respuestas.

Para la búsqueda de la información para dar respuesta a los Neuro-crucigramas, se elaboró un sistema de complementación de la información compuesto por:

- <u>En FTP</u> :
- Crucigramas con las indicaciones.
- Bibliografía de referencia para cada conferencia.
- <u>En Plataforma Moodle:</u>
- Crucigramas con las indicaciones.

- Bibliografía enlazada a FTP.
- Glosario.
- Cuestionarios.
- Tareas.
- Wiki.

Después de elaborados los Neuro-crucigramas se realizó una consulta a algunos especialistas de experiencia que habían impartido el Programa de CFT y a otros con mucha experiencia en la neurorrehabilitación, los que conformaron una muestra de: 3 Profesores de C.F.T. (UCCFD ¨Manuel Fajardo¨), 1 Lic. en Tecnología de la salud (CIREN) y 2 Especialistas en Neurorrehabilitación (CIREN), los cuales contestaron los crucigramas y emitieron los siguientes criterios:

- Tiene un alto nivel de dificultad. (+)
- Se ajusta a los objetivos de las conferencias y a los contenidos impartidos. (+)
- Incluye todos los conceptos fundamentales de las conferencias de enfermedades neurológicas. (+)
- Puede ser copiado por los estudiantes. (-)
- Dificultades para el acceso a la Plataforma Moodle (-)

Para la ejecución práctica de los Neuro-crucigramas se empleó la siguiente población y muestra de estudiantes en los Cursos 2015-16 y 2016-17. (Tabla 1)

Tabla 1. <u>Población y muestra</u>.

<u>Población</u>:
49 estudiantes de los Grupos D-41(2015-16) y D-46(2016-17).
51 estudiantes del CPE Grupos E-51 y A-501 (2015-16).
Total: 100

<u>Muestra</u>:
43 estudiantes del CRD (D-41 y D-46)
44 estudiantes del CPE (E-51 y A-501)
Total: 87

La metodología para la aplicación de los Neuro-crucigramas fue la siguiente:

1. Elaboración de los Neuro-crucigramas.
2. Impartición de las conferencias.
3. Explicación de los Neuro-crucigramas y orientación de los sitios de búsqueda de la información y consulta con los profesores.
4. Dar plazo de tiempo para su llenado individual.
5. Encuentro de conocimientos por equipos para su revisión individual y colectiva.

6. Aplicación del TCP en la fecha programada.
7. Calificación y tabulación de los resultados.

Resultados

Los resultados preliminares arrojaron que los estudiantes que llenaron el Neuro-crucigrama 1 (CPE), alcanzaron calificaciones entre E y B en un 90,9%, y el 93,0% de los estudiantes que trabajaron con los dos Neuro-crucigramas (CRD), alcanzaron calificaciones entre E y B en la pregunta relacionada con la rehabilitación neurológica en el Trabajo de Control Parcial (TCP) aplicado. Obteniendo un 92% entre E y B del total de estudiantes que trabajaron con los Neuro-crucigramas y realizaron el TCP. (Tablas 2 y 3).

Tabla 2. RESULTADOS PRELIMINARES.
DISTRIBUCIÓN DE LA CALIFICACIÓN OBTENIDA EN LA PREGUNTA DE NEUROLOGÍA DEL TCP APLICADO EN CADA GRUPO.

Grupo	n	5	%	4	%	3	%	2	%	5-4	%
D41	17	6	35	9	53	2	12	-	-	15	88
D46	26	20	76,9	5	19,3	-	-	1	3,8	25	96,2
E51	29	21	72,5	4	13,8	3	10,3	1	3,4	25	86,2
A501	15	14	93,3	1	6,7	-	-	-	-	15	100
TOTAL	87	61	70,2	19	21,8	5	5,7	2	2,3	80	92

Tabla 3. RESULTADOS PRELIMINARES.
DISTRIBUCIÓN DE LA CALIFICACIÓN OBTENIDA EN LA PREGUNTA DE NEUROLOGÍA DEL TCP POR TIPO DE CURSO.

Grupo	n	5	%	4	%	3	%	2	%	5-4	%
CRD	43	26	60,5	14	32,5	2	4,7	1	2,3	40	93,0
CPE	44	35	79,5	5	11,4	3	6,8	1	2,3	40	90,9
TOTAL	87	61	70,2	19	21,8	5	5,7	2	2,3	80	92

Conclusiones

- El contenido incluido en los Neuro-crucigramas y su material complementario fue asequible para la consolidación de los conocimientos sobre enfermedades neurológicas en los estudiantes de la muestra de ambos tipos de curso.
- Los Neuro-crucigramas estimulan la consulta de la bibliografía de referencia.
- Los estudiantes tuvieron que interactuar con la FTP, y con la Moodle, lo que influyó en el desarrollo de sus habilidades para el empleo de las TIC, aunque en este aspecto hubo dificultades con los medios técnicos.
- Algunos estudiantes tuvieron que consultar con los profesores e intercambiar con otros estudiantes, lo que contribuyó al intercambio de conocimientos y experiencias interpersonales individuales y colectivas.

Palabras Claves (hasta 6): docencia, investigación, rehabilitación, neuro-crucigrama

Título: Perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física

Autor: Dr. C. Jorge Luis Mateo Sánchez jlmateo@fcf.uho.edu.cu

Institución: Facultad de Cultura Física Holguín

País: Cuba

SÍNTESIS

La formación de profesionales competentes, integrales y comprometidos con la Revolución y la sociedad constituye en la actualidad el principal reto formativo de la Educación Superior en Cuba. En el presente trabajo se presenta un perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física. En este sentido, el perfil de competencias propuesto aporta la siguiente clasificación: Competencia académica para la educación del tiempo libre, Competencia de diseño del proceso de educación del tiempo libre, Competencia comunicativa para la educación del tiempo libre, Competencia social para la educación del tiempo libre y Competencia investigativa para la educación del tiempo libre. La evaluación de la pertinencia del perfil de competencias profesionales, mediante la aplicación del método criterio de expertos, denota aceptación al ser catalogados todos sus aspectos de muy pertinente.

PALABRAS CLAVES

Formación del profesional, competencias profesionales, educación del tiempo libre, perfil de competencias.

INTRODUCCIÓN

Como resultado del nivel científico – técnico alcanzado por la humanidad, existe el criterio a nivel mundial de que cada día los sujetos sociales disponen de mayor tiempo libre; sin embargo, este no está siendo lo suficientemente beneficioso para los individuos y para la sociedad por la falta de preparación existente en este sentido.

La pluralidad de trabajos realizados, tanto a nivel nacional como internacional, por estudiosos del tiempo libre, entre los que se destacan Weber (1969), Henz (1976), Rodríguez y otros (1982), Trilla y Puig (1987), Torres (1989), Trigo (1994), Ruskin y Sivan (1995), Hernández (2000), Pérez (2003), Cuenca (2004) y las producciones teóricas metodológicas de la Comisión Mundial de Educación del Tiempo Libre (1993), coinciden en señalar la necesidad de la educación del tiempo libre, como recurso de preparación de los sujetos sociales para su empleo adecuado y óptimo.

Ello cobra mayor relevancia en los profesionales de la Cultura Física dado por su modo de actuación pedagógico en cuatro esferas, en especial la relacionada con la Recreación Física. Razones que precisan la necesidad actual y perspectiva de formar un profesional, cuya integralidad le permita un desempeño pedagógico profesional acorde a las exigencias sociales en este sentido.

En el contexto de la Educación Superior cubana diversos investigadores e instituciones, como el Centro de Estudios Educacionales de la Universidad Pedagógica "Enrique José Varona" y el Centro de Estudio para el perfeccionamiento de la Educación Superior (CEPES) de la Universidad de la Habana e investigadores como Ortiz (2001), Parra Vigo (2002), Pla (2003), Castellanos y col. (2005), González, V. (2002 y 2006), Forgas (2003 y 2005), Calzada y Addine (2007), Laurencio y col. (2006), Juanes, B. J. (2008), Mariño, M. A. y col. (2010), plantean la pertinencia del desarrollo de las competencias profesionales en la formación de los estudiantes para garantizar un desempeño profesional eficiente en un contexto social determinado.

Los elementos analizados fundamentan la necesidad y trascendencia de la formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física.

Con el propósito de determinar los antecedentes de este proceso se realizó una profunda revisión bibliográfica, a partir de lo cual se consideraron como las principales limitaciones en la teoría las siguientes:

- Insuficiente sistematización y contextualización del proceso de formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en la formación de los estudiantes universitarios de Cultura Física.
- Limitada determinación de las competencias profesionales requeridas por el profesional de la Cultura Física para la educación del tiempo libre.

Tomando en consideración los elementos argumentados, se determinó el siguiente problema científico: ¿cómo evaluar el nivel de desarrollo de los estudiantes universitarios de Cultura Física en torno a las competencias profesionales para la educación del tiempo libre?

Para dar solución al problema planteado se determinó como objetivo: elaborar un perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física.

La investigación se sustenta filosóficamente en la concepción dialéctico – materialista a partir de la cual fueron concebidos, aplicados e interpretados los métodos y técnicas de investigación.

Del nivel teórico:

- Analítico - sintético: para el procesamiento de la información, la interpretación de los resultados y elaboración de las conclusiones sobre los fundamentos que posibilitan comprender la formación de las competencias profesionales para la educación del tiempo libre en la formación de los estudiantes.
- Inductivo – deductivo: para hacer inferencias y generalizaciones de la formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre, así como para interpretar los datos empíricos del diagnóstico y valorar la pertinencia del perfil de competencias.
- Sistémico estructural funcional: fue utilizado para concebir el perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física, en virtud del logro de una coherencia teórica e instrumental de los elementos contentivos y entre éstos.

Métodos y técnicas empíricas:

- Observación: se aplicó en el diagnóstico para evaluar la calidad de las actividades desarrolladas y el nivel de desarrollo de profesores y estudiantes en aras de la formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre.
- Encuesta: se aplicaron en el diagnóstico y durante el proceso de investigación, a estudiantes y docentes, para recoger criterios acerca de las regularidades e insuficiencias en el proceso de formación de los estudiantes referido a la formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre, así como las preferencias, magnitud, estructura y contenido del tiempo libre de los estudiantes.
- Entrevista: se utilizó para recoger criterios de los profesores de Recreación Física, coordinadores de brigadas y año, cuadros y metodólogos sobre el estado de la formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre, las directrices trazadas y el trabajo desarrollado en este sentido en los diferentes niveles en la institución.
- Análisis documental: facilitó conocer lo normado en relación con el proceso de formación de los estudiantes universitarios de Cultura Física a través de la revisión los planes de estudio, programas, así como otros documentos metodológicos de interés para la investigación.
- Criterio de expertos: para la valoración de la pertinencia del perfil de competencias profesionales, a partir de la crítica científica de especialistas en el tema reconocidos por su experiencia, resultados investigativos y prestigio académico y profesional.

Métodos estadísticos:

- Se utilizó el cálculo de frecuencia relativa: en el procesamiento estadístico de los instrumentos empíricos aplicados.

DESARROLLO

El profesional de la Cultura Física competente, suele asociarse a la etapa de postgraduación, en la que se supone hay niveles superiores de dominio del

contenido, métodos, técnicas, formas de organizar el proceso de enseñanza aprendizaje dada la experiencia que se ha sistematizado, sin embargo; desde la formación inicial o de pregrado se comienzan a desarrollar modos de actuación, desempeños, modos de obrar que se distingan por su calidad, que sean competentes.

Mediante la revisión de las fuentes bibliográficas publicadas a nivel nacional e internacional se pudo comprobar que, en el campo de la cultura física y el deporte, existe una tendencia en el mundo en los últimos tiempos, a la formación por competencias tanto en los niveles de pregrado como de postgrado, en este sentido en la Unión Europea se ha impulsado desde su creación un marco común para el reconocimiento más fácil de las titulaciones a partir de lo cual se concibe la formación por competencias con un enfoque integrador, en este contexto resulta de gran interés para la presente investigación el caso de España donde se destacan investigaciones sobre las competencias profesionales del Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte como las de Oña (1995); Jiménez (2001), Boned (2004) y Mayorga (2004).

Se pudo constatar la existencia de 5 perfiles profesionales, con competencias específicas de cada perfil, es decir: docencia en educación física, entrenamiento deportivo, actividad física y salud, gestión deportiva y recreación deportiva, dando como resultado un perfil con 37 competencias. En el área de Recreación Jiménez Soto (2001) expone como competencia del licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en esta área las siguientes: Diseñar, dirigir y coordinar las actividades deportivas en el medio natural. Además, en combinación con el ámbito de la gestión deportiva, se menciona: Dirigir técnicamente las entidades e instalaciones deportivas y Gestionar y administrar entidades e instalaciones deportivas. En combinación con el ámbito de la docencia: Diseñar, dirigir y coordinar las actividades físicas y deportivas en el medio rural y en combinación con ambas: Diseñar, dirigir coordinar y programar las actividades físicas para discapacitados.

En América Latina entre los países con mayor experiencia en este campo se encuentran Chile, Argentina, Uruguay, México, Costa Rica, El Salvador y

Colombia, en el caso de este último, a través de la Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación (FUNLIBRE) a partir del año 2000 adoptó este enfoque para la organización de programas de Tiempo Libre y Recreación, estableciendo propuestas curriculares de pre y post – grado, basado en el desarrollo de competencias en tres dimensiones: el ser, el saber y saber hacer.

En Cuba, Juanes, B. J. (2008) como parte de sus estudios doctorales realizó una tesis dirigida a las competencias específicas de la carrera de Cultura Física de la Facultad de Cultura Física, de Cienfuegos. Este autor asumiendo la clasificación de competencias genéricas y específicas del proyecto Tuning (2002), realiza una propuesta de 4 competencias específicas para la carrera de Cultura Física: competencia para desarrollar programas de Educación Física, competencia para diseñar, desarrollar y evaluar planes de entrenamiento deportivo, competencia para aplicar la rehabilitación física mediante los distintos métodos y programas de ejercicios físicos, terapéuticos y profilácticos, competencia para diseñar y desarrollar acciones deportivas socio-comunitarias.

Como parte de la competencia para diseñar y desarrollar acciones deportivas socio-comunitarias plantea siete elementos de competencia relacionados con la Recreación Física, estos son:

- Ser capaz de: planificar actividades físico-recreativas para distintos tipos de participantes y campamentos.
- Ser capaz de: seleccionar las áreas y las actividades recreativas de acuerdo a las características de los participantes y el contexto.
- Ser capaz de: determinar métodos, medios y procedimientos organizativos acorde a las características de los participantes y las localidades.
- Ser capaz de: dirigir programas, proyectos recreativos, físicos- deportivos y en la naturaleza.
- Ser capaz de: realizar itinerarios recreativos, atendiendo a las características de los diferentes grupos y zonas geográficas.
- Ser capaz de: aplicar métodos, conocimientos técnicos, fundamentos y principios humanistas.

- Ser capaz de: animar actividades atendiendo las características de los participantes.

Se puede apreciar que esta propuesta se limita al proceso de dirección de las actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre, careciendo de una integralidad que posibilite dar respuestas a las exigencias sociales de desarrollar un proceso pedagógico profesional en torno a la educación del tiempo libre, acorde con el modo de actuación pedagógico del profesional de la Cultura Física.

Por otro lado, existen autores que han estudiado las competencias del profesional de la Cultura Física, pero en la formación de postgrado y dirigida a una esfera de actuación o competencia determinada como Castillejo (2004) quien plantea un perfil de competencias para Profesores de Educación Física Escolar durante el Adiestramiento Laboral integrado por la competencia pedagógica, competencia técnico - deportiva, competencia político - ideológica y competencia investigativa; por otra parte, Proenza, J. R. (2001) y Sivila, E. (2004) trabajan la competencia comunicativa para profesores de Educación Física y entrenadores deportivos, respectivamente.

La sociedad cubana actual requiere de un profesional de la Cultura Física competente, de un profesional bien preparado que pueda asumir los retos pedagógicos que se presentan en su accionar como profesional con cuatro esferas de actuación. Ello exige transformaciones en todo el proceso formativo conducente al desarrollo de las competencias profesionales, en especial en el proceso de formación de los estudiantes universitarios de esta especialidad, en este sentido es evidente la necesidad de elaborar un perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física.

Perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre.

En la determinación de las competencias profesionales para la educación de tiempo libre que se proponen se tomaron como criterios y referentes fundamentales los siguientes: el estudio de las actividades y funciones a desarrollar por el profesional de la Cultura Física en torno a la educación del

tiempo libre; estos pueden encontrarse en los documentos oficiales tales como: resoluciones, indicaciones de trabajo para el desarrollo de la Recreación Física y otros, el estudio del Modelo del profesional de perfil amplio con cuatro esferas de actuación profesional y en especial lo relacionado con la esfera de la Recreación Física, el estudio y análisis de la literatura pedagógica relacionada con las competencias profesionales y la educación del tiempo libre, los criterios de profesores y directivos de la Facultad de Cultura Física de Holguín en los talleres de socialización realizados y el intercambio efectuado con graduados que se desempeñan como profesores de Recreación Física.

Atendiendo al modo de actuación pedagógico del profesional de la Cultura Física, se asume que la misión de este profesional es educar para la vida en cuanto a la actividad física, deportiva, recreativa y de tiempo libre se refiere. Ello no solo incluye la instrucción (conocimientos, habilidades, hábitos), sino también el desarrollo (independencia, autoaprendizaje, autocontrol) y la educación (rasgos del carácter, intereses, motivos, valores, convicciones, normas de conducta, aspiraciones en correspondencia con los significados positivos sociales y de identidad nacional).

De la misión o encargo social de educadores del tiempo libre se derivan las actividades y funciones que debe cumplir el profesional de la Cultura Física que se desempeñe en la esfera de actuación de la Recreación Física.

Las principales actividades que desarrolla el profesor de Recreación Física para la educación del tiempo libre, son las siguientes:

1. Actividad de estudio del proceso de educación del tiempo libre.
2. Actividad de planificación del proceso de educación del tiempo libre.
3. Actividad de conducción del proceso pedagógico en torno a la educación del tiempo libre.
4. Actividad de interacción social con los contextos para el desarrollo de la educación del tiempo libre.
5. Actividad de perfeccionamiento del proceso de educación del tiempo libre.

A partir de estas se consideran como funciones del profesor de Recreación Física para la educación del tiempo libre, las siguientes:

1. Función académica para la educación del tiempo libre.
2. Función de diseño del proceso de educación del tiempo libre.
3. Función comunicativa del proceso de educación del tiempo libre.
4. Función social para la educación del tiempo libre.
5. Función investigativa del proceso de educación del tiempo libre.

Asumiendo que el profesional de la Cultura Física debe cumplir las funciones antes referidas para desarrollar un proceso pedagógico profesional en torno a la educación del tiempo libre como parte del objeto de su profesión, entonces es posible determinar el perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física, el que se muestra a continuación:

1. Competencia académica para la educación del tiempo libre.
2. Competencia de diseño del proceso de educación del tiempo libre.
3. Competencia comunicativa para la educación del tiempo libre.
4. Competencia social para la educación del tiempo libre.
5. Competencia investigativa para la educación del tiempo libre.

Competencia académica para la educación del tiempo libre: se revela a través de los conocimientos, habilidades, capacidades, motivos, intereses, actitudes, comportamientos y valores para el trabajo con la información científica relacionada con la educación del tiempo libre en la que se destacan las acciones de búsqueda, localización, estudio, registro, producción y actualización sistemática de conocimientos para el dominio en sentido amplio del contenido relacionado con la educación del tiempo libre como dimensión del modo de actuación del profesional de la Cultura Física, abarca además los contenidos de la Filosofía, Pedagogía, Didáctica, Psicología y Sociología, Cultura Física y Deporte, que le posibiliten actuar en la educación de los sujetos en torno al tiempo libre, además de los contenidos de otras disciplinas como los relacionados con la lengua materna, el idioma extranjero, teoría de la comunicación, la informática, así como la información política, económica, artística, histórica y valores que le posibiliten establecer relación con la vida e interdisciplinaria.

Competencia de diseño del proceso de educación del tiempo libre: se revela a través de los conocimientos, habilidades, capacidades, motivos, intereses, actitudes, comportamientos y valores para planificar de forma creadora y contextualizada el proceso de educación del tiempo libre y realizar la transposición didáctica del contenido de la cultura a la actividad de educación del sujeto bajo sus influencias educativas, incluye el diseño de programas, estrategias, proyectos, planes y actividades para la educación del tiempo libre. En esta competencia se destacan las acciones de diagnosticar, planificar, seleccionar actividades, determinar los métodos, procedimientos y concebir las formas de organización.

Competencia comunicativa para la educación del tiempo libre: se revela a través de los conocimientos, habilidades, capacidades, motivos, intereses, actitudes, comportamientos y valores para establecer todas las interrelaciones en el proceso de educación del tiempo libre de los sujetos bajo sus influencias educativas a través de las acciones de orientación, organización, control y evaluación en todas sus dimensiones y de su propia actividad pedagógica.

Competencia social para la educación del tiempo libre: se revela a través de los conocimientos, habilidades, capacidades, motivos, intereses, actitudes, comportamientos y valores para interactuar en la educación social y ciudadana para la educación del tiempo libre a través de su ejemplo y actuación personal y la dirección de procesos sociales y comunitarios que posibilitan perfeccionar los contextos en los que se desarrolla la educación del tiempo libre, en la que se destacan las acciones de orientación, organización, conducción, control, evaluación, participación, cooperación y en general de dirección de la actividad social en función de la educación del tiempo libre.

Competencia investigativa para la educación del tiempo libre: se revela a través de los conocimientos, habilidades, capacidades, motivos, intereses, actitudes, comportamientos y valores *para* perfeccionar el proceso de educación del tiempo libre a través de la actividad investigativa en la que se precisan las acciones de exploración científica de la realidad en los diferentes contextos y grupos etáreos, la proyección de la investigación, la ejecución de la investigación,

el análisis de los resultados del proceso investigativo, la comunicación de los resultados y la introducción y generalización de los resultados en la práctica social.

Dimensiones e indicadores para la evaluación del nivel de desarrollo de los estudiantes en torno a las competencias profesionales para la educación del tiempo libre.

Para evaluar el nivel de desarrollo de las competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física se consideró necesario la operacionalización de esta variable en cuanto a dimensiones e indicadores.

Con el estudio de la bibliografía especializada sobre el tema, partiendo del hecho de que el hombre en su actividad conoce, siente y actúa y, basado en el criterio de diversos autores que consideran la unidad de lo cognitivo, lo afectivo y lo conductual como rasgo característico de las competencias profesionales, se determinaron tres dimensiones interrelacionadas, que son: la cognitiva, la afectiva y la conductual.

Dimensión cognitiva: se refiere al nivel de conocimientos alcanzados por el estudiante, en cómo refleja los objetos, procesos y fenómenos de la realidad material y espiritual en su conciencia, al modo y nivel en que asimila la información relacionada con la educación del tiempo libre.

Dimensión afectiva: se refiere a los estados emocionales en los que se manifiesta su actitud hacia los objetos, fenómenos y procesos de la realidad, constituye el reflejo del mundo real que actúa sobre él y se expresa en emociones, afectos, sentimientos e ideales en relación a la educación del tiempo libre. Refleja en forma afectiva la interrelación de los estudiantes con el medio en que se desarrolla. En esta dimensión desempeñan un papel esencial las valoraciones.

Dimensión conductual: se refiere a las actuaciones del estudiante, actitudes, acciones y comportamientos relacionados con la educación del tiempo libre, se basa en la capacidad que ellos tienen de realizar acciones dirigidas por fines conscientes. Presupone las motivaciones de la acción la representación de los fines y los medios, las intenciones y la adopción de decisiones. Muestra las

acciones exteriormente observables. Tiene lugar en la actividad y en las expresiones verbales indicativas de conducta.

Estas dimensiones tienen en cuenta: en lo ***cognitivo*** no sólo los conocimientos, sino además las habilidades y capacidades; en la ***afectiva***, las emociones, sentimientos, necesidades y motivaciones; mientras que en la ***conductual*** no comprende sólo la actuación, sino además la disposición, participación y comportamiento.

A partir de los elementos anteriores, se procedió a determinar por cada una de las competencias profesionales para la educación del tiempo libre definidas los indicadores para su evaluación atendiendo a las dimensiones cognitiva, afectiva y conductual, los que son evaluados atendiendo al nivel de prevalencia en los estudiantes con la categoría de Bien (B), Regular (R) o Mal (M). Esta propuesta fue sometida a consideración de especialistas que tuvieron la oportunidad de dar sus apreciaciones, elementos que permitieron realizar los ajustes pertinentes.

Para la **evaluación de la pertinencia del perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre** en los estudiantes universitarios de Cultura Física (fig. 1), siguiendo el procedimiento establecido por el método criterio de expertos, se consideraron como expertos 32 del total de los encuestados; los que se caracterizaron por su elevada preparación científico-metodológica.

El trabajo con estos expertos consistió en la realización de dos rondas. Después de los resultados alcanzados en la primera ronda, las propuestas precisaron de un perfeccionamiento a raíz de las críticas y recomendaciones hechas por el grupo de expertos. Corregidos los señalamientos iniciales y obteniendo un producto mucho más coherente y racional, se procedió a efectuar la segunda ronda.

Los resultados indicaron que todos los valores de N-P (criterios promedios), están por debajo de 0,56, manifestándose la existencia de un consenso general en los criterios de los expertos, que evalúan todos los aspectos valorados de muy pertinente, pues se ubican antes del punto de corte que define esta categoría.

Los elementos expuestos permiten precisar como el principal **resultado científico** de la investigación una contribución a la teoría que se concreta en:

Un perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre, que enriquecen desde el punto de vista teórico la concepción del profesional de la Cultura Física para su desempeño pedagógico profesional acorde a las exigencias sociales en este sentido.

CONCLUSIONES

La formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física, es un imperativo de estos tiempos, si se aspira a la formación de un profesional integral capaz de desempeñarse acorde a las exigencias sociales y profesionales actuales.

Los perfiles de competencias existentes en las áreas de conocimientos de la cultura física y el deporte no se adecuan al carácter específico de la formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física.

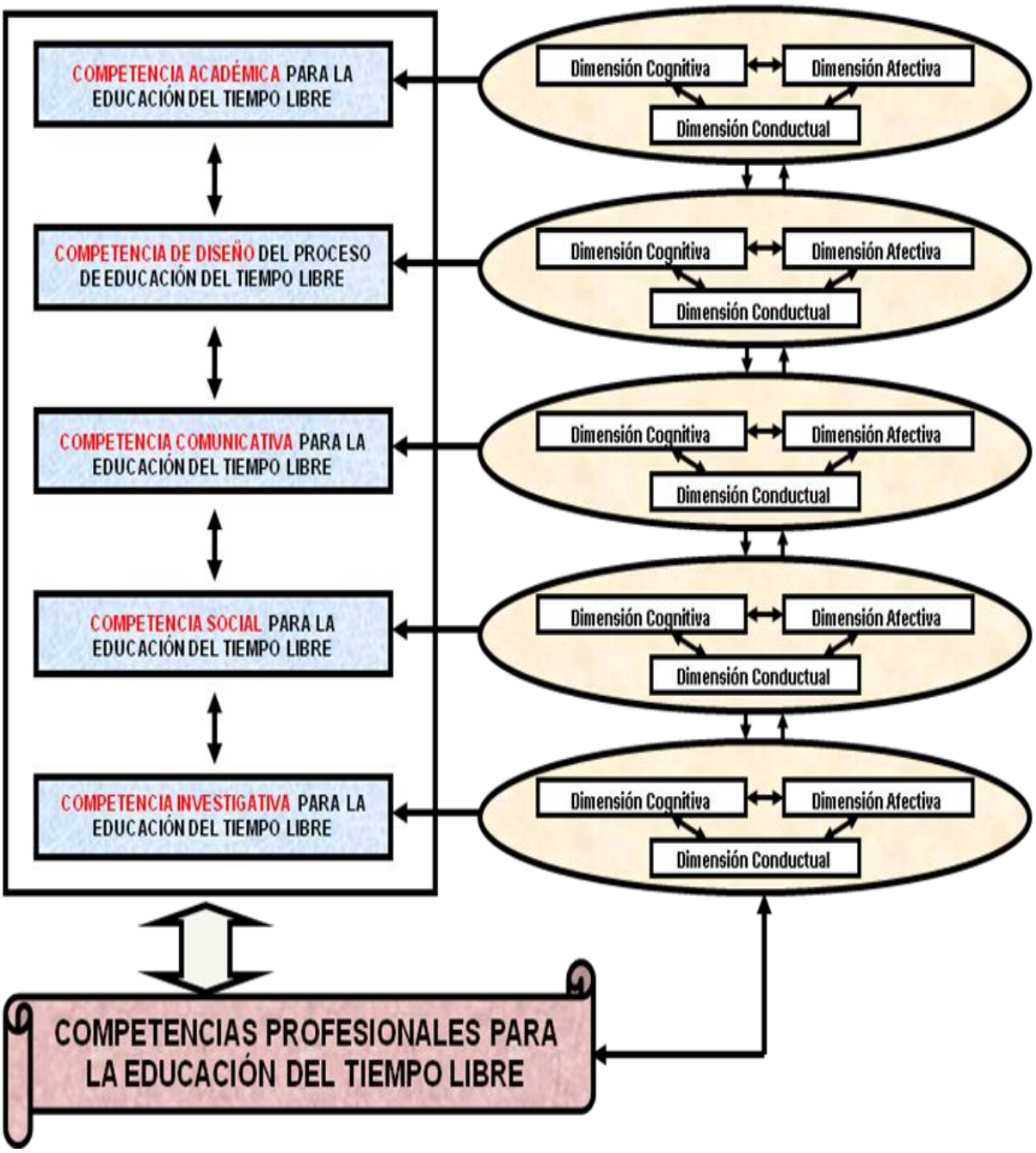
El perfil de competencias para la educación del tiempo libre de los estudiantes universitarios de Cultura Física propuesto toma como criterios y referentes fundamentales el estudio de las actividades y funciones a desarrollar por el profesional de la Cultura Física en torno a la educación del tiempo libre, el estudio del Modelo del profesional de perfil amplio con cuatro esferas de actuación profesional y en especial lo relacionado con la esfera de la Recreación Física, el estudio y análisis de la literatura pedagógica relacionada con las competencias profesionales y la educación del tiempo libre, los criterios de profesores y directivos de la Facultad de Cultura Física de Holguín en los talleres de socialización realizados y el intercambio efectuado con graduados que se desempeñan como profesores de Recreación Física.

La evaluación de la pertinencia del perfil de competencias profesionales para la educación del tiempo libre, a partir de su valoración crítica mediante la aplicación del método criterio de expertos, denota aceptación al ser catalogados todos sus aspectos en el rango de muy pertinente.

BIBLIOGRAFÍA

1. Castellanos Simons, B. y otros (2002) La formación de la competencia investigativa: un reto permanente de la profesionalización pedagógica. La Habana, Centro de Estudios Educacionales, ISPEJV.
2. Castillejo, R. (2004) La dirección de la superación del profesor de Educación Física Escolar durante el adiestramiento laboral. Tesis de grado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física) Holguín, Facultad de Cultura Física.
3. Calzada, J. P. (2006) Modelo Didáctico para la formación de la competencia de dirección del proceso pedagógico en la formación inicial del profesor. Tesis de grado (Doctorado en Ciencias Pedagógicas) La Habana, ISPEJV.
4. CUBA. Ministerio de Educación Superior. Planes y programas de estudio de la carrera de Licenciatura en Cultura Física. Planes A, B, C y D – Soporte magnético. – La Habana.
5. Forgas, J. (2003) Diseño Curricular por Competencias: Una Alternativa para la Formación de un Técnico Competente. La Habana.
6. González Maura, V. (2006) La formación de competencias profesionales en la universidad. Reflexiones y experiencias desde una perspectiva educativa. *Revista XXI Educación. Universidad de Huelva. Volumen 8. Diciembre 2006.*
7. Juanes B. J. (2008) Competencias específicas de la carrera de Cultura Física de la facultad de Cultura Física de Cienfuegos. Tesis de grado. Cienfuegos, Facultad de Cultura Física.
8. Ortiz, E. (2001). Competencias y valores profesionales. *Revista Pedagogía Universitaria, (La Habana) Vol. VI No. 2: p. 56 – 67.*
9. Sierra Salcedo, R. A. (2002) Modelación y estrategia: Algunas consideraciones desde una perspectiva pedagógica. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
10. Sivila E. (2005) Estrategia para el desarrollo de la comunicación oral de los entrenadores deportivos. Tesis de grado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física) Holguín, Facultad de Cultura Física.

Fig. 1 DINÁMICA PARA LA EVALUACIÓN DEL NIVEL DE DESARROLLO DE LOS ESTUDIANTES EN TORNO A LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES PARA LA EDUCACIÓN DEL TIEMPO LIBRE



ACTIVIDADES FÍSICAS, PROFILÁCTIVAS Y FORMATIVAS COMO HERRAMIENTAS PARA PREVENIR ENFERMEDADES PROFESIONALES EN LOS ESTUDIANTES DE CIENCIAS INFORMÁTICAS.

Autores: M Sc. Silvano Merced Len, correo: silvano@uci.cu

M Sc. Alionuska Velázquez Cintra

Dra.C. YunelsisRodriguezBaez

Institución:*Universidad de las Ciencias Informáticas*
País: *Cuba*

RESUMEN:

La sociedad y la economía que deben basarse de forma creciente en el conocimiento y el aprendizaje, requieren una universidad innovadora e integrada; con un nivel de pertinencia que le permita formar un profesional cuyos modos de actuación incidan de manera positiva en la sociedad. En las universidades cubanas la práctica del deporte y la actividad física tienen como objetivo fundamental contribuir a la formación integral y armónica de los estudiantes, mejorando la salud y corrigiendo patologías prácticamente en su totalidad. Por otro lado, la informática está considerada una especialidad que no requiere un alto volumen de actividad motora; en ella los estudiantes mantienen posturas prolongadas en el tiempo, sedentarias y de intensas horas de trabajo mental, que unido a los factores ergonómicos pueden traer como consecuencia el padecimiento de molestias y dolencias calificadas como enfermedades profesionales. Dado que estos aspectos pueden limitar el impacto del rol social del informático se estudiaron los fundamentos relacionados con dichas enfermedades que afectan al estudiante de la carrera de Ciencias Informáticas, así como la evolución del proceso de formación de esta especialidad y se analizaron las propuestas que se han puesto en práctica para solucionar similar problemática. En esta investigación se presenta un sistema de actividades físicas y educativas con la finalidad de influir en la prevención de las enfermedades profesionales como complemento a la formación de ingenieros en Ciencias Informáticas; su entorno de aplicación se desarrolla en el marco de la disciplina Práctica Profesional. Con la implementación del sistema se logró que los estudiantes tengan una mejor compensación físico-mental y puedan potenciar su rendimiento intelectual, individual y colectivo, elevando su productividad, evitando el estrés y eliminando modos de actuación que lo acercan a una vida sedentaria.

Palabras Clave: *actividad física, enfermedades profesionales, formación, informática, prevención*

INTRODUCCIÓN

La informática es una de las especialidades donde se aprecia un crecimiento de la aparición de enfermedades profesionales en sus ejecutores esto asociado a las posiciones prolongadas y predominantemente estáticas de ellos en el trabajo frente a la computadora (Merced, 2013). Lamentablemente no siempre existe una conciencia de las implicaciones de no tomar las medidas para prevenirlas, por lo que se han convertido en un serio problema a resolver. Por ello La Organización

Internacional del Trabajo (OIT) ha estado reclamando una mayor atención al tema y estableció en 2003, el 28 de abril como Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo para destacar la necesidad de prevención de enfermedades y accidentes laborales (Somavia, 2005).

La Universidad de las Ciencias Informáticas (UCI) es un centro docente-productor, con la misión de Formar profesionales comprometidos con su Patria y altamente calificados en la rama de la Informática y Desarrollar aplicaciones informáticas, a partir de la vinculación estudio-trabajo como modelo de formación (UCI, 2015).

A pesar de la existencia de estudios realizados, con resultados concretos, para enfrentar la aparición o afectación de enfermedades profesionales propias de los trabajadores relacionados con la informática, su aplicación no ha sido exitosa en contextos como la UCI, donde profesores y estudiantes alcanzan bajos conocimientos sobre el tema de las enfermedades profesionales, la forma de prevenirlas y de tratarlas.

Riesgos	Características	Elementos	Daños
Carga Física	Poca movilidad Mala postura	Espacio alrededor de la silla y mesa Posición de la PC Periféricos ergonómicos	Lesiones musculo-esqueléticas Deficiente circulación de la sangre
Condiciones ambientales	Iluminación	Reflejos y deslumbramientos Mala iluminación	Síndrome visual del computador
	Climatización	Mala regulación de la temperatura Humedad Suciedad en los conductores de ventilación	Trastornos respiratorios Molestias oculares
	Ruido	Mal acondicionamiento acústico	Dificultades para concentrarse
Aspectos psicosociales	Organización y política de Recursos Humanos	Programas informáticos Procedimiento Organización Compañerismo	Insatisfacción, Insomnio, Irritabilidad, Estados depresivos, Fatiga

TABLA I: Resumen de daños por diferentes riesgos.

La necesidad de aumentar el conocimiento alrededor de las enfermedades profesionales en los estudiantes de carreras informáticas, como paso importante para la auto-preparación y la práctica consciente de actividades físicas, que ayuden a mitigar los riesgos propios de la especialidad y a cumplir los objetivos de su formación sin que se afecte su salud; conlleva a presentar la propuesta de un sistema de actividades físicas y educativas para contribuir en la prevención de las enfermedades profesionales en los estudiantes de Ciencias Informáticas..

DESARROLLO

En la carrera de Ciencias Informáticas, por su peculiaridad en el modelo de

formación desde la producción, hay una mayor vinculación de los estudiantes a los laboratorios, traduciéndose un tiempo total frente a la computadora del 50 al 60 % aproximadamente teniendo en cuenta las actividades que realiza en la producción de software, la formación, investigación, lo que la hace diferente a otras carreras como lo muestra la tabla siguiente:

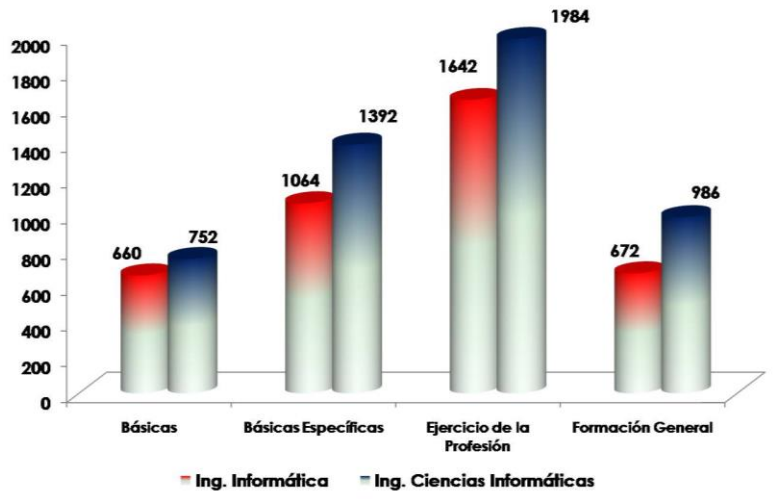


TABLA II: Comparación del total de horas por tipo de Disciplina.

En la UCI el número de horas planificadas para la docencia y la producción del estudiante es superior a las concebidas en el plan de estudio de la carrera de Ingeniería Informática, alcanzando un total de 5 114 horas de tiempo total, distribuidos en 55 asignaturas, de ellas 1 984 horas se dedican a las actividades de la profesión y la investigación, donde se incluye la práctica profesional y el trabajo de diploma, lo que invita a tener en cuenta lo planteado por la OIT que dice que como promedio en el mundo cada año se producen 270 millones de accidentes en el trabajo y 160 millones de casos de enfermedades profesionales (Cañedo, 2004). En el mundo 4 de cada 10 consultas a los traumatólogos se hacen por los dolores de espalda, que son la primera causa de ausentismo laboral (Rodríguez, 2011).

Para prevenir las enfermedades profesionales en el informático es necesario desarrollar acciones en función de concientizar y destacar la importancia de la actividad física.

Características esenciales de las enfermedades profesionales

Las enfermedades profesionales son clasificadas a partir de las producidas por riesgos físicos, químicos, biológicos, los derivados de la carga de trabajo y los

psicosociales. En todas las situaciones patológicas, los factores profesionales contribuyen, de alguna manera a la etiología o el empeoramiento de las enfermedades" (Pérez, 1999). Las enfermedades relacionadas con el trabajo son las siguientes:

- Las enfermedades que se considera derivan directamente de la realización del trabajo, siempre que se pruebe que la enfermedad tuvo por causa exclusiva la ejecución del mismo.
- Las enfermedades o defectos padecidos con anterioridad por el trabajador, que se agraven como consecuencia de la lesión constitutiva del accidente.
- Las consecuencias del accidente que resulten modificadas, en su naturaleza, duración, gravedad o terminación por enfermedades intercurrentes que constituyan complicaciones derivadas del proceso patológico determinado por el accidente mismo o tengan su origen en afecciones adquiridas en el nuevo medio en que se haya situado al paciente para su curación.

Según datos publicados por el Instituto Nacional de Investigación y Seguridad de Francia, "a partir de las cinco horas de trabajo frente a una computadora aumentan los síntomas, por lo que en un plazo relativamente corto se genera disminución de la productividad y del grado de concentración. Esta problemática se agrava aún más en los especialistas de la rama de la informática, toda vez que su actividad laboral es con pantalla de visualización de datos (PVD)" (Rodríguez, 2012).

Lesiones y enfermedades a las que se exponen los informáticos

Trabajar gran parte del tiempo frente a una computadora, puede provocar en sus ejecutores consecuencias para la salud, según lo planteado por los autores: Gerr y Marcus (2002), y Cruz (2007) , que refieren en sus investigaciones que "este tipo de trabajo afecta la calidad de vida del profesional, están propensos a padecer de neuropatías por atrapamiento o por estrés, de trastornos en las extremidades superiores y del Síndrome del Túnel Carpiano (STC) el cual es causado por la presión elevada en el túnel del carpo, provocando isquemia del nervio mediano, dolores, síntomas comunes en operadores de computadoras" (Castañedas, 2011).

Cruz (2007), especialista de primer grado en Medicina Física y Rehabilitación, realizó un estudio prospectivo – observacional con 242 pacientes que acudieron a consulta con el diagnóstico de sacrolumbalgia, dorsalgia, cervicalgia, síndrome del túnel carpiano, tendinitis de muñeca y epicondilitis como resultado de sus tareas frente al ordenador o computadora.

En las dos investigaciones clínicas consultadas, los investigadores constataron la

falta de hábitos en la práctica de ejercicios físicos en sus pacientes, de manera que no eran capaces de actuar preventivamente y con independencia o autonomía ante sus padecimientos.

Los autores Charchabal (2002), Rodríguez (2011) han aportado valiosas propuestas en esta temática con el objetivo de tratar estas molestias presentes en el estudiante universitario. Sin embargo, las propuestas que se han puesto en práctica se centran en el mejoramiento de los programas de Educación Física ya existentes o resolver los problemas con la intervención de especialistas de la cultura física, quienes dirigen actividades de gimnasia laboral o la terapéutica (Merced, 2013).

De ahí que la presente investigación propone un sistema de actividades físicas y educativas, caracterizado por su objetividad y flexibilidad, para contribuir a la prevención de las enfermedades profesionales en el informático.

Se realizaron dos encuestas. Una encaminada a valorar los conocimientos sobre la prevención de las enfermedades profesionales, así como las posturas correctas que deben adoptarse al trabajar frente a las computadoras y la otra sobre las actuaciones prácticas de los estudiantes cuando interactúan con la computadora.

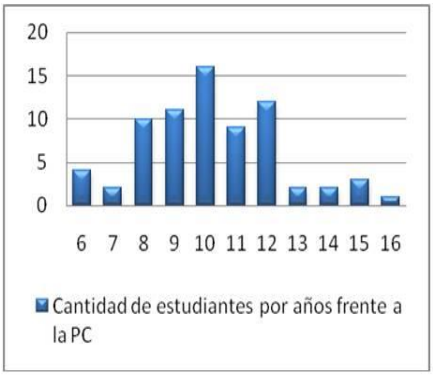
Se trabajó con una muestra de 72 estudiantes (que representa el 29% de la población), correspondientes a 4to y 5to años de Ingeniería en Ciencias Informáticas, entre los que se encuentran representados ambos géneros (femenino y masculino).

Mediante el empleo del cálculo porcentual se procesaron cuantitativamente los datos obtenidos mediante los métodos del nivel empírico, en función de enriquecer los criterios para las valoraciones cualitativas de los mismos.

Diagnóstico inicial de la investigación

Como parte del diagnóstico inicial se realizaron dos encuestas, una encaminada a valorar los conocimientos necesarios, por parte de los estudiantes sobre la prevención de las enfermedades profesionales, así como las posturas correctas que deben adoptarse al trabajar frente a las computadoras. La otra sobre las actuaciones prácticas de los estudiantes cuando interactúan con la computadora.

La primera encuesta estuvo dirigida a valorar los conocimientos de los estudiantes alrededor de la postura correcta al sentarse frente a la computadora, las actividades que puede realizar para evitar lesiones y sobre las afecciones de la salud que puede traer el trabajo durante tiempo prolongado frente a las computadoras.



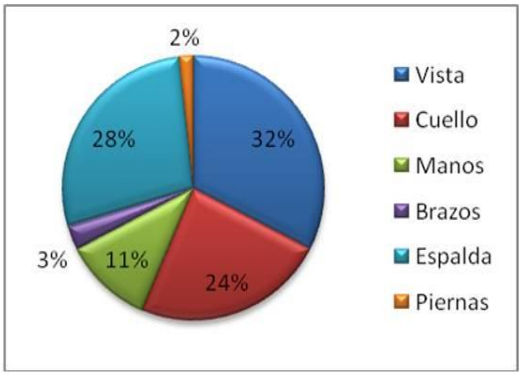


FIGURA I:FIGURA II:

Cantidad de años frente a PC.Principales afecciones

En este caso y como resultados principales se constató que el 40% de la muestra no conoce la postura correcta para trabajar frente a la PC, el 48% conoce de ejercicios que le ayuden a evitar las lesiones, aunque no todos los practican y solo el 35% está consciente de las afecciones físicas a las que está expuesto un informático. Los estudiantes que practican ejercicios físicos lo hacen de manera espontánea, sin instrumento de planificación y control que los oriente.

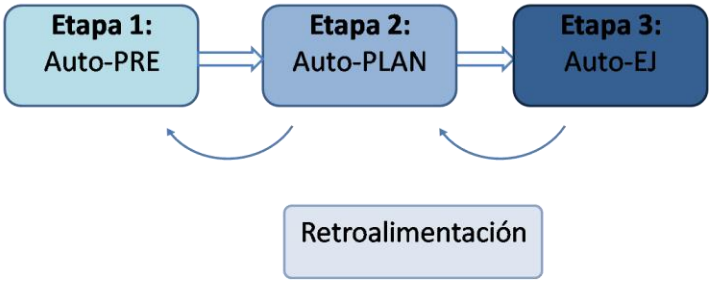
La segunda encuesta estuvo enfocada en identificar las actuaciones prácticas que realizan los estudiantes evidenciándose que estas influyen más que en evitar, en acelerar e incluso agravar las lesiones que puedan ocasionarse durante el trabajo frente a las computadoras. Fueron encuestados 72 estudiantes de 4to y 5to año, que representa el 29% de la población. Como bien muestra la Figura I, el 16% de los estudiantes lleva como promedio 10 años de trabajo frente a una computadora. El 12% llevan 12 años. El 63% de los encuestados pasan diariamente entre 5 y 7 horas frente a la computadora. Las afecciones que más repercusión tienen en los estudiantes después de una jornada de trabajo, están relacionadas con la vista, los dolores de espalda, el cuello y las afecciones en las manos.

Como se aprecia en los principales datos obtenidos de este diagnóstico inicial, la situación que presentaban los estudiantes mostraba un desconocimiento de los riesgos que enfrentan los informáticos desde la propia carrera universitaria, que pueden llevarlos a contraer enfermedades.

El sistema vincula un conjunto de actividades en función de aprovechar al máximo los conocimientos y habilidades que tiene el estudiante, para desarrollar la auto-regulación y el auto-control de actividades que le permitan prevenir las enfermedades asociadas a los riesgos de la especialidad que pueden elevar la productividad, evitando el estrés y eliminando modos de actuación que lo acercan

a una vida sedentaria.

El sistema de actividades transita por tres etapas que se complementan entre sí, existiendo un Período de Retroalimentación donde se identificarán las mejoras que pueden realizársele al sistema y se determinarán los riesgos asociados a cada actividad. El paso de una etapa a otra será en espiral y estará regulado por los resultados del diagnóstico individual (TEST) que autoevalúa el estado del individuo en cuanto a conocimientos alrededor de la prevención de las enfermedades profesionales y los modos de actuaciones prácticas positivas. (Merced, 2013)

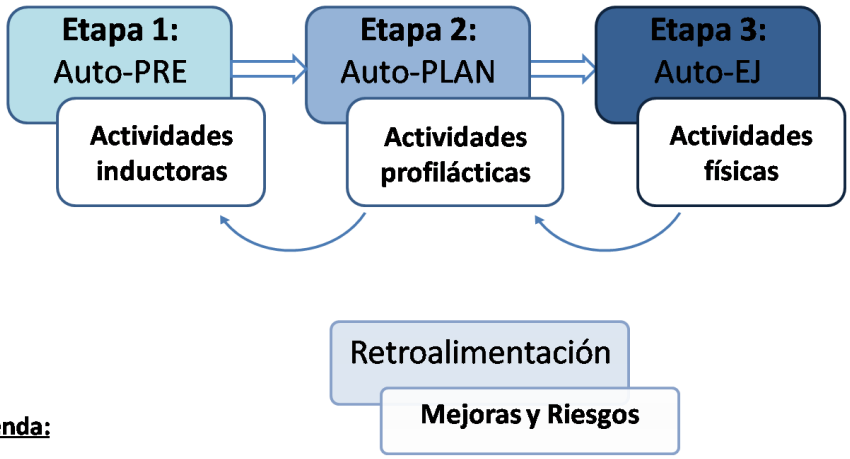


Leyenda:

Etapa 1: Preparación (Auto-PRE)
Etapa 2: Planificación (Auto-PLAN)
Etapa 3: Ejercitación (Auto-EJ).

FIGURA III: Etapas del Sistema de actividades físico profilácticas educativas.

El desarrollo de las actividades de cada etapa introdujo beneficios no solo para la población objeto de la transformación sino también para la comunidad universitaria y los habitantes más cercanos. A continuación, se detallan algunos ejemplos:



Leyenda:

Etapa 1: Preparación (Auto-PRE)
Etapa 2: Planificación (Auto-PLAN)
Etapa 3: Ejercitación (Auto-EJ).

FIGURA IV: Representación gráfica del Sistema de actividades físico profilácticas educativas.

1. **Creación del Proyecto Educativo "Cuerpo sano en mente sana":**

   El Proyecto Educativo surgió con el propósito de realizar actividades que impulsen el conocimiento sobre las enfermedades profesionales y seleccionar activistas que trabajaran como promotores de buenas formas de actuación social en la comunidad.

   Algunas de las actividades realizadas fueron conversatorios, conferencias, proyección de videos educativos, juegos y festivales deportivos recreativos.

2. **Diseño de Multimedia "Mente sana en cuerpo sano":**

   Con el objetivo de educar y prevenir se realiza la multimedia "Mente sana en cuerpo sano: Una alternativa para prevenir las enfermedades profesionales en el informático" la cual está dirigida a propiciar información sobre las características de las enfermedades profesionales, la ergonomía, el impacto en la salud de las malas posturas que se adoptan cuando se trabajan en una computadora, así como las principales afecciones que se presentan al interactuar con una computadora.

3. **Implantación del sistema de actividades físicas y educativas:**

   Las actividades físicas y educativas en su primera versión fueron evaluadas por

un grupo de 16 expertos cuyo sistema de conocimientos les permitía criticar, sugerir y valorar la propuesta realizada. El 87,5 % consideró que la propuesta estaba ajustada a las características de la UCI y que tenía un alto componente educativo que superaba, en ocasiones, los límites de la Universidad. Todos consideraron como principal elemento el hecho de ser un sistema centrado en el auto-control del estudiante, que no necesita la participación de los profesionales de la Cultura Física. Las principales recomendaciones realizadas sobre el sistema fueron incorporar más ejercicios de fuerza, que no solo sean con el propio peso del cuerpo y extender la propuesta a los profesionales de la rama de la informática.

Algunas de las opiniones emitidas por los encuestados sugieren que la propuesta alcanzó altos niveles de aceptación y satisfacción entre los estudiantes, quienes manifiestan que:

- Cuando están en el laboratorio detienen el trabajo para ejercitar las manos o el cuello.
- Al conocer las enfermedades profesionales consideran que deberían extender la voz y enseñar a otras universidades sobre estos ejercicios.
- Es de mucha utilidad este trabajo pues los prepara para la vida
- El grupo tiene un pretexto más para estar unidos.

Instalaciones	Impacto en los estudiantes
Porterías de Fútbol	Ha permitido que los estudiantes puedan jugar cada día con mejores condiciones. Surgieron los “Mundialitos de Fútbol”.

Mesa de tenis de **mesa**	Ha sido de las opciones más utilizadas por los estudiantes y profesores. Posibilitó la inclusión de este deporte en los juegos inter-años de este curso. En los juegos provinciales universitarios la representante de la Facultad clasificó para los juegos zonales.
Banco de pron	Los varones fundamentalmente lo utilizan en función de ejercitarse según las planificaciones realizadas.
Gimnasio para ejercicios de fuerza **(barra fija y barra paralelas)**	

FIGURA V: Uso de las instalaciones deportivas rústicas como medio de apoyo a las actividades del sistema.

CONCLUSIONES

1. Las actividades que realizan los estudiantes en Ingeniería en Ciencias Informáticas en su proceso de formación se ejecutan desde posiciones sentados, sin cargar o transportar pesos o cambiar de tareas lo que puede provocar monotonía y problemas musculares poniendo en riesgo su salud física.

2. Se diseñó un el sistema de actividades físico profilácticas formativas que por primera vez tiene en cuenta las condiciones y características de la profesión Ingeniería en Ciencias Informáticas y que se distingue por promover independencia en la ejecución de actividades físico/deportivas y lo contextualiza en el proceso de formación del educando.

3. La evaluación de los expertos confirma que el sistema de actividades físico profilácticas formativas propuestas supera en su concepción a la forma en que hasta la actualidad se ha tratado el tema de la prevención de estas enfermedades, pues se basa en la dotación de conocimientos y habilidades seleccionadas capaces de proveer al estudiante de los recursos necesarios para su independencia de otros profesionales.

BIBLIOGRAFÍA

[1] Monografias.com; 2010 [citado sept. 2011]. Disponible en: www.monografias.com/trabajos77/plan-prevencion-riesgos-laborales/plan-prevencion-riesgos-laborales.shtml

[2] Cruz, H. Estudio Clínico sobre los operarios de Computadoras. Paperpresented at the Fórum de Base de Ciencia y Técnica, La Habana. 2011.

[3] De Con S. La actividad física profesionalizada; un reto para la ETP. [tesis]. Ciudad Habana: ISP Enrique José Varona; 2002. p 83.

[4] Merced, S. Velázquez, A. Artículo La prevención de las enfermedades profesionales en los estudiantes de ciencias Educación Superior (Reedies) Vol. 2 Nro. 2. 2014. México.

[5] Merced, S. Artículo Propuesta de acciones para contribuir a la prevención de enfermedades profesionales en los informáticos. Revista Cubana de Salud y Trabajo. Vol. 14. Nro. 1. La Habana. 2013

[6] Merced, S. Sistema de actividades físicas, profilácticas y formativas para prevenir enfermedades profesionales en los estudiantes de Ingeniería en Ciencias Informáticas. Tesis en opción al grada académico de Máster en Ciencias de la Educación, Universidad de Ciencias Pedagógicas “Enrique José Varona” [tesis]. La Habana. 2013

[7] Pérez A. Ergonomía Computacional, Editorial Ciencias Médicas. La Habana.1999.Disponible en: www.slideshare.net/LPERDOMO62/ergonomia-7415499

[8] Rodríguez, Y. Ergonomía. Herramienta clave en la gestión empresarial cubana. Conferencia. CUJAE La Habana. 2012.

[9] Rodríguez, Y. La Educación Física del ingeniero en Ciencias Informáticas en su ciclo profesional. Tesis en opción por el grado de Doctor en Ciencias de la Cultura Física, Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. [tesis]. La Habana. 2011.

[10] UCI. Portal de Internet. Misiones UCI. Información sobre estudios de pregrado. La Habana. [citado oct. 2015]. Disponible en: http://www.uci.cu/pregrado#estudiantes.

[11] Castañedas R. Plan prevención riesgos laborales [on line]. Ushuaia: Monografias.com; 2010 [citado sept. 2011]. Disponible en: www.monografias.com/trabajos77/plan-prevencion-riesgos-laborales/plan-prevencion-riesgos-laborales.shtm

[12] Cañedo, R. Aproximaciones para una historia de Internet. La Habana. 2004. Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/aci/vol12_1_04/aci05104.html

[13] Somavia, J. Mensaje del Director Gral. De la Organización Mundial de Trabajo (OIT). Ginebra. Suiza. 2005. Disponible en:www.un.org/es/events/safeworkday

[14] Cruz, H. Estudio Clínico sobre los operarios de Computadoras. Paperpresented at the Fórum de Base de Ciencia y Técnic, La Habana. 2011.

[15] Gerr y Marcus, M Ensor, C 2002. A prospective study of computer users. Study design and incidence of Musculoskeletal Symptoms.

[16] Pérez Charchabal, D.(2002). La Educación Física en la formación del profesional de Ingeniería en Minas. Unpublished Tesis en opción por el grado de Doctor en Ciencias de la Cultura Física, Instituto Minero Metalúrgico de Moa.

Título: Propuesta de programa para la práctica docente.

Autora: M.Sc. Noris Socarrás Ramírez

Institución: EPEF: “Inés Luaces Sánchez”

País: Cuba

Resumen:

El presente trabajo propone un programa para enfrentar a práctica docente, de los docentes en formación de la Escuela de Profesores de Educación Física (EPEF), “Inés Luaces Sánchez”, la cual desde sus inicios adquirió una singular trascendencia pedagógica, dado la necesidad de formar profesores competentes con condiciones intelectuales y físicas para desempeñarse en todas las áreas de la Cultura Física y el Deporte. su objetivo fue la propuesta de un programa de práctica docente, para la carrera de profesor de educación física y deporte, con habilidades pedagógicas de las asignaturas de ejercicio a la profesión que garantice en el estudiante excelencia en su formación profesional, declarando como problema de investigación: Insuficiencias en la preparación del egresado de la EPEF Inés Luaces Sánchez evidenciado en la carencia de herramientas pedagógicas para enfrentar las exigencias de la formación profesional. El análisis de los resultados permitió arribar a conclusiones y recomendaciones precisas. Para este trabajo se utilizaron diferentes métodos del nivel teórico como el histórico - lógico, el análisis y síntesis, inducción - deducción y análisis de documentos los cuáles permitieron la elaboración e interpretación del marco teórico referencial de la misma. Para la recopilación de la información se emplearon métodos empíricos, la observación, el pre- experimento de tipo antes y después, entrevistas y encuestas.

Introducción:

Desde hace varios años y como resultado de las nuevas exigencias que la Revolución Científico Técnica le plantea a la escuela contemporánea, una educación cada vez más elevada del pueblo, se ha convertido en centro de atención del Estado Cubano, el cual ha realizado grandes esfuerzos, e invertido

muchos recursos para llevar adelante dicho empeño una vía fundamental para el logro de tan importante objetivo lo constituye el perfeccionamiento del proceso pedagógico a todos los niveles y tipo de enseñanza, en cada una de las disciplinas y asignaturas. La Educación Física no queda exenta de la necesidad de este perfeccionamiento y especialmente, el proceso dirigido a la concepción de su principal objetivo, es decir; proporcionar al individuo los niveles de preparación física necesarios.

Educación Física responde a la necesidad de formar en su propio beneficio y en el de la sociedad, individuos sanos, fuertes y resistentes, física y espiritualmente Se deja claro que dentro de los componentes necesarios para la formación multilateral y armónica de la personalidad del hombre se encuentran las práctica físico-deportivas.

En Cuba revolucionaria, un educador de masas como Fidel, expresó que no basta con que formemos mentalmente a los jóvenes y a los niños, hay que formarlos físicamente e inculcarle el hábito de la Educación Física, enseñarle que el deporte ayuda físicamente al niño y lo prepara en la vida (Valle, M, L. p.185)

Situación problémica:

La EPEF como escuela pedagógica formadora de Técnico Medio como Profesor de Educación Física y Deportes, desarrolla la práctica docente, en las diferentes enseñanzas, no obstante, a través del estudio de los documentos normativos de la carrera, encuestas aplicadas a los docentes en formación, a los profesores de experiencia del centro, directivos de las escuelas y metodólogos de Educación Física del INDER provincial y municipal, se evidencia que existen **insuficiencias,** que se observan en la deficiente preparación de los docentes en formación al enfrentarse a su práctica docente.

Todo lo cual motivó a plantearse el siguiente **Problema científico**: ¿Cómo preparar un programa para enfrentar la práctica docente, de los docentes en formación de la EPEF “Inés Luaces Sánchez”?

Objetivo: Proponer un programa para enfrentar la práctica docente, de los docentes en formación de la EPEF “Inés Luaces Sánchez”

Se determina como **objeto de investigación**. El proceso de preparación

profesional de los docentes en formación de la EPEF “Inés Luaces Sánchez”

Se delimitó como **campo de acción**. La preparación de los docentes en formación de la EPEF “Inés Luaces Sánchez”en la actividad de la práctica docente.

Novedad científica:

Radica en que se propone un programa para enfrentar la práctica docente, de los docentes en formación de la EPEF “Inés Luaces Sánchez”.

Métodos científicos de investigación del nivel teórico.

- **Histórico-lógico:** para el estudio de la evolución histórica del objeto, que caracteriza el Proceso Educativo en el área de motricidad de la Educación Preescolar.
- **Análisis-síntesis:** para la búsqueda, análisis, estudio y valoración de los referentes, contenidos, propuestas, etc., que aporten cientificidad al tratamiento del objeto.
- **Inductivo-deductivo:** para el estudio de los documentos normativos u otras literaturas, relacionadas con la preparación profesional de las docentes en formación, en la actividad motriz comunitaria, desde el primer año intensivo de Preescolar, de la UCP “Raúl Gómez García” de Guantánamo.
- **Hermenéutico-didáctico:** para la interpretación teórica y empírica del objeto de investigación a partir de la comprensión y la explicación.

Métodos científicos de investigación del nivel empírico.

- **Observación:** se realizó en las visitas a las clases de Educación Física y a la práctica docente, permitiendo obtener información directa sobre el objeto de investigación, en lo referido a la preparación de las docentes en formación para su practica
- **Encuesta:** para determinar, los conocimientos que poseen las docentes en formación, sobre el trabajo a desarrollar en su práctica docente.
- **Estudio documental:** para la búsqueda de información en la bibliografía especializada, relacionadas con el contenido del objeto de investigación.
- **Criterio de Especialistas: a** metodólogos de la especialidad y profesores del departamento de Cultura Física del Fajardo y profesores del departamento de

práctica docente de la EPEF, para la valoración de las actividades de la propuesta, en la preparación profesional de los docentes en formación.

PROPUESTA de un programa para enfrentar la práctica docente, de los docentes en formación de la EPEF “Inés Luaces Sánchez”?

Conclusiones

- Con la revisión bibliográfica se pudieron establecer los presupuestos teóricos de esta investigación tomando como referencia los programas de la práctica laboral de la universidad del deporte y la escuela pedagógica formadora de maestros primarios.
- A partir de la utilización de métodos y técnicas investigativas aplicadas se detectó que es insuficiente el conocimiento de las actividades a desarrollar por los docentes en formación de la EPEF “Inés Luaces Sánchez”
- Se propuso un programa para enfrentar la práctica docente, de los docentes en formación de la EPEF “Inés Luaces Sánchez”.
- La propuesta del programa, fue validada por el criterio de especialistas demostrando su validez y efectividad, se espera ser validada por los especialistas la misma en la práctica docente de la EPEF.

Anexo nro 1: sistema de trabajo de la práctica docente 3er año segundo semestre.

Objetivos de la Práctica Docente: Demostrar en la práctica los conocimientos adquiridos por las diferentes asignaturas de la especialidad con énfasis en las didácticas El Sistema de Formación Práctica-Docente es la vía que garantiza la vinculación de la teoría con la práctica que favorece la preparación integral de los futuros educadores, el mismo propicia elevar la motivación de los estudiantes de segundo año por su carrera. Dentro de las actividades dirigidas a contribuir a la formación integral del futuro profesional de la Educación física se encuentran las actividades que respondan a su práctica docente.

Objetivos fundamentales:

- Desarrollar habilidades de observación y diagnóstico y la formación integral del profesor de Educación Física.

- Propiciar el desarrollo de habilidades pedagógicas y didácticas generales.

Objetivos específicos:

1. Familiarización de los estudiantes con el modelo de las escuelas.
2. Planificar actividades del proceso de enseñanza-aprendizaje que demuestren el desarrollo de las habilidades pedagógico profesionales del futuro profesor de Educación Física.
3. Participar activamente, con el acompañamiento del tutor, en las actividades docente – educativas del Proceso Enseñanza Aprendizaje
4. Ejecutar elementos relativos a la organización del grupo, observar e impartir las tres partes de la clase, y trabajar con el programa del grado ubicado, sobre bases psicopedagógicas y de las ciencias biológicas, bajo la orientación del profesor tutor centro.

Habilidades Generales:

- Propiciar el desarrollo de habilidades pedagógicas y didácticas generales.
- Desarrollar habilidades de observación y diagnóstico y la formación de las dirigidas a la dirección de algunas actividades educativas.
- Caracterizar y diagnosticar a los alumnos, el proceso educativo, la familia y la comunidad.
- Caracterizar el proceso de enseñanza aprendizaje.
- Expresarse con claridad coherencia, cohesión, belleza y creatividad.

Indicaciones metodológicas.

Los estudiantes deberán actuar como profesores de Educación Física, desarrollando habilidades en la planificación, organización y control de la misma, en correspondencia con los programas vigentes y en la dirección de juegos y competencias, organización de actividades masivas y deportivas, así como prácticas de equipos deportivos. Deberán atender un grupo clase y contar con la orientación del o los profesores del Educación Física.

Evaluación de la práctica:

El tutor hará una valoración integral alcanzada por los estudiantes durante la práctica concentrada (aspectos más logrados y menos logrados) La evaluación del tutor será cualitativa, y debe incluir los siguientes aspectos: asistencia,

puntualidad, cumplimiento de la guía Anexos, uso correcto del vestuario, empleo del vocabulario, ética profesional, cumplimiento con calidad de las acciones desarrolladas, relaciones comunicativas que establecen con el colectivo, niños y familias.

Estos aspectos estarán reflejados en el Diario del practicante, junto a la firma del tutor y la evaluación otorgada. Los estudiantes harán referencia a los elementos siguientes:

- Resumir diariamente, el resultado de las actividades realizadas, de forma que le permita elaborar el informe final. Para ello deberá plasmar la fecha, actividad, descripción de la actividad, valoración del significado práctico para su formación profesional.
- Sugerencias para mejorar la formación del estudiante desde el desarrollo de su práctica docente concentrada y las recomendaciones que consideren.

Se evaluará además la presentación que incluye, limpieza, ortografía, coherencia en las ideas y respuesta integrada a las actividades desarrolladas.

Anexo # 1.

Guía para la caracterización de la escuela.

a) Realizar un recorrido por la escuela.

b) Observación de las condiciones higiénicas de la escuela.

c) Describir las características constructivas de los locales, las aulas, el mobiliario, ventilación e iluminación.

d) La cantidad de grupos y alumnos, la organización, limpieza y disciplina.

Anexo # 2

Guía para la entrevista al director(a) de la escuela.

- Intercambio con el Director (a) del centro para obtener información sobre:

a) Caracterización de la comunidad donde está ubicada la escuela y la relación escuela - familia – comunidad.

b) Caracterización de la escuela:

- Diagnóstico de alumnos y maestros

c) Organización escolar. Horario del día. Cumplimiento del mismo.

-Reglamento escolar, cómo se implementa.

d) Concepción de las actividades políticas, deportivas, pioneriles, vías que propician la participación activa de alumnos, maestros, familia y comunidad en el proceso de las transformaciones según fin y objetivos del modelo de la escuela.

Anexo # 3.

Guía de entrevista al tutor(a).

Entrevista al tutor(a) sobre:

a) Documentos que norman el trabajo metodológico, la clase y la evaluación del Proceso Enseñanza Aprendizaje.

b) Documentos normativos que lleva el maestro.

c) Características psicopedagógicas y física de los escolares, logros del desarrollo alcanzado, con énfasis en el aprendizaje. Acciones y estrategias. (Sistema de apoyo.)

d) Características de la familia, vías utilizadas para la educación familiar.

Anexo # 4.

Guía para la observación a clases.

Observa clases de Educación Física y realizar el análisis metodológico en cuanto a las categorías de la Didáctica. (Copiar la clase planificada por el maestro)

Nota, Los estudiantes deberán realizar todas las actividades de la guía y será el tutor quien le designara por día lo que debe hacer, si le indicamos que todas las actividades deben venir resueltas y esto constatado en el diario de la práctica,

El estudiante traerá en el propio diario la evaluación del tutor con cuño y firma.

Primer año.

La práctica docente en primer año tiene un carácter de familiarización, las horas para su desarrollo están comprendidas dentro del fondo de tiempo, del contenido y las formas organizativas de las asignaturas, rectorando en el primer semestre del curso la asignatura Gimnasia Básica y en el segundo semestre Psicología, Pedagogía, Anatomía, Fisiología. Esta puede organizarse en escuelas primarias.

<u>Objetivos generales</u>

- Observar los procesos de la educación física, el deporte de base, la recreación física y la cultura física terapéutica en el eslabón de base, para reforzar la motivación profesional y la reafirmación profesional en la especialidad.

- Familiarizar a los estudiantes con las particularidades del funcionamiento de la institución educativa y la labor del profesor.

Indicaciones metodológicas: Los estudiantes cuentan con 30 horas para recibir orientaciones de las disciplinas del ejercicio a la profesión sobre el sistema de conocimientos previstos, la forma de realizar las visitas programadas y su realización.

Los profesores designados de las disciplinas del ejercicio de la profesión les impartirán los siguientes contenidos básicos

- Proceso- docente de la educación física y el deporte en el eslabón de base (programas, orientaciones metodológicas, sistemas de evaluación); relación alumno- profesor.
- La escuela comunitaria del deporte. Deporte participativo.
- Organización y servicios del área terapéutica.
- El promotor de recreación. Actividades físico deportivos y recreativas.

Educación física:

En el desarrollo de esta práctica, el estudiante visitará diferentes escuelas primarias, áreas deportivas, áreas terapéuticas y actividades de recreación en la comunidad, para que se familiarice con los procesos de cultura física en esas entidades. Los metodólogos de la Práctica Docente junto a los profesores de las disciplinas designados a tales efectos, organizan, supervisan y evalúan la labor del estudiante. Se enfatizará con los estudiantes en las habilidades: observación, reflexión, registro de la información, mediante la guía para el estudio de contextos.

En las visitas los estudiantes organizados en equipos, aplicarán la guía para el estudio de los contextos que se presentan a continuación:

- Guía del estudio para el contexto donde se realizan actividades de la cultura física.

Esta guía tiene como objetivo orientar a los estudiantes en el estudio de contextos típicos donde en los años subsiguientes realizará su práctica docente.

1. Localización del centro (municipio, barrio, zona).
2. Tipo de institución. Características.

3. Número de alumnos matriculados o personas que se atienden, por edad y sexo.
4. Equipamientos y materiales.

- ¿Qué tipo de equipamientos posee el centro? ¿Son suficientes o escasos? ¿En qué estado se encuentran? ¿Qué materiales o medios han sido construidos por los propios profesores y alumnos?

5. ¿Qué relaciones tiene el centro con otras instituciones u organismos del territorio?
6. Otros aspectos de interés que quisieras destacar

Esta guía para el estudio del contexto se aplicará en todas las esferas de actuación.

Evaluación:

Al finalizar su período de práctica deberán confeccionar un breve informe por equipos que contengan los aspectos más significativos de las visitas y sus vivencias sobre la práctica de familiarización. Estas últimas deben organizarse en positivas, negativas e interesantes.

Cronograma de actividades en Educación Física:

Semana 2:

- Taller en el centro

Tema 1: Caracterización de la esfera de actuación de la educación física.

Tema 2: programas y orientaciones metodológicas de los diferentes programas de enseñanza.

Tema 3: Sistemas de evaluación en los niveles de enseñanza primaria, secundaria básica

- Ubicación de los estudiantes en las escuelas.
- Trabajo de los profesores tutores para conocer la organización de la educación física en el centro escolar.
- Aplicación de la guía para conocer el contexto donde se realiza la familiarización.
- Estudio de los programas y las orientaciones metodológicas del grado.

- Observar clases al profesor tutor u otro de experiencia aplicando la siguiente guía de observación.

Parte inicial:

- Presentación de la clase.
- Preparación del área.
- Terminología.
- Selección de los ejercicios para el calentamiento general y especial, este último si la clase lo requiere.
- Corrección de errores. Organización del grupo.
- Explicación demostración.

Parte principal:

- Orden lógico de los ejercicios.
- Explicación y demostración.
- Atención a las diferencias individuales.
- Selección y uso de los procedimientos organizativos.
- Corrección de errores.
- Utilización de medios.
- Ubicación del profesor.
- Tono de voz.

Parte final:

- Recuperación adecuada.
- Análisis de la clase.
- Motivación de la próxima actividad.
- Despedida.

Semana 3

- Concluir con el contexto y entregar el informe al departamento de práctica docente.
- Estudio de los programas y orientaciones metodológicas del grado.
- Observar clases al profesor tutor u otro de experiencia aplicando la guía de observación.

Recreación:

En el caso de la recreación los contenidos que se atenderán son los del promotor de recreación, y las actividades físico- recreativas.

Sistema de evaluación:

- Caracterización de un proyecto recreativo. (estructura)
- Confeccionar un juego recreativo por su metodología.
- Aplicar el juego recreativo.

Semana 4

Taller:

Sistema de la recreación física a partir de los proyectos recreativos.

El juego recreativo, físico- deportivo o de animación, su metodología.

Tareas:

1. Ubicación de los estudiantes por distrito.
2. Trabajo con los especialistas de recreación.
3. Participación en las actividades del deporte participativo en las escuelas primarias.

Semana 5

1. Entrega del informa y el aval de participación en la semana de trabajo.
2. Trabajo con los especialistas de recreación.
3. Participación en las actividades de la escuela durante la semana.

Cultura física terapéutica:

En el caso de la cultura física terapéutica los contenidos que se atenderán son los relativos a la organización y servicios del área terapéutica.

En el desarrollo de esta práctica el estudiante visitará diferentes áreas terapéuticas, para que se familiarice con los procesos de la cultura física en estas entidades. Los profesores tutores designados a tales efectos organizan, supervisan y evalúan la labor de los estudiantes. Se enfatizará con los estudiantes en las habilidades:

Observación, reflexión y registro de la información mediante la guía para el estudio de contextos.

La evaluación de la práctica de familiarización se hará mediante un informe escrito

que los estudiantes deberán realizar al finalizar su período de práctica y que contenga los aspectos más significativos de las visitas y sus vivencias sobre la práctica de familiarización, que deben organizarse en positivas, negativas e interesantes.

Actividades a desarrollar

Semana 6:

Taller:

Tema 1: Alcance del trabajo de la esfera Cultura Física Terapéutica.

Tema 2: Métodos que se emplean en el trabajo de la CFT.

Tema 3: importancia de la intervención temprana en la CFT.

Semana 7:

Realizar una visita a áreas terapéuticas de la cultura física.

1. Determinación de las formas empleadas para la captación de los pacientes para las áreas terapéuticas de la CF.
2. Análisis de los contenidos de los programas de las áreas terapéuticas para establecer semejanzas y diferencias entre las clases de la EF y la CFT.

Deporte

Semana 8:

Taller:

Tema 1: caracterización de la esfera de actuación del deporte.

Tema 2: Caracterización del entrenamiento deportivo.

Tema 3: La ECD. Misión y entorno social

- Ubicación de los estudiantes en las Escuelas Comunitarias.
- Trabajo con los profesores tutores para conocer la organización del trabajo en las EC
- Aplicación de la guía para el estudio del contexto donde se efectúa la familiarización.
- Estudio de los programas de enseñanza.
- Observar las clases del profesor tutor u otro de experiencia aplicando la guía de observación anteriormente reflejada y luego analizar la clase observada.

Semana 9

Concluir el estudio del contexto y entregar el informe al profesor coordinador.

Evaluación:

Elaborar un informe de no menos de 2 cuartillas acerca de sus consideraciones acerca de la evolución del deporte en Cuba antes y después del triunfo de la revolución.

Escoger un deporte y realizar breve reseña histórica del mismo.

Habilidades a desarrollar: observar, resumir, caracterizar, fichar, describir, analizar.

Sistema de valores a trabajar en la práctica de familiarización:

Patriotismo, solidaridad, antiimperialismo, laboriosidad, responsabilidad, ejemplo personal en el uso y dominio de la lengua materna, identidad profesional, autoridad profesional

Segundo Año

La práctica docente en segundo año tiene un carácter sistemático, las horas para su desarrollo están comprendidas dentro del plan de estudio, teniendo un total de 44 horas. Se consideran en las actividades elementos de las asignaturas Psicología, Pedagogía, Gimnasia Básica, Atletismo, Futbol, Baloncesto, Voleibol. Esta puede organizarse en áreas terapéuticas y escuelas primarias seleccionadas del municipio.

Objetivos generales

Propiciar el desarrollo de habilidades pedagógicas generales.

Explicar el empleo de los fundamentos teóricos que sustentan las asignaturas del currículo para la dirección del proceso educativo y en particular el proceso de enseñanza aprendizaje en las áreas terapéuticas y escuelas primarias.

Aplicar técnicas para el diagnostico integral de los educandos, la familia y la comunidad.

Caracterizar al educando de acuerdo con factores biológicos, psicológicos y sociales.

Llevar la elaboración del diario del practicante.

Recreación:

En el caso de la recreación los contenidos que se atenderán son los del promotor de recreación, y las actividades físico- recreativas.

Sistema de evaluación:

- Determinar las habilidades recreativas en la naturaleza a trabajar en los educandos.
- Confeccionar la metodología para la contextualización de una base de exploración y campismo en las etapas escolares.
- Desarrollar actividades de cabuyería.

Semana 4

Taller:

Sistema de la recreación física a partir de los proyectos recreativos.

El juego recreativo, físico- deportivo o de animación, su metodología.

Tareas:

- Ubicación de los estudiantes por distrito.
- Trabajo con los especialistas de recreación.
- Participación en las actividades del deporte participativo en las escuelas primarias.

Semana 5

- Entrega del informa y el aval de participación en la semana de trabajo.
- Trabajo con los especialistas de recreación.
- Participación en las actividades de la escuela durante la semana.

Cultura física terapéutica:

En el caso de la cultura física terapéutica los contenidos que se atenderán son los relativos a la organización y servicios del área terapéutica.

En el desarrollo de esta práctica el estudiante visitará diferentes áreas terapéuticas, para que se familiarice con los procesos de la cultura física en estas entidades. Los profesores tutores designados a tales efectos organizan, supervisan y evalúan la labor de los estudiantes. Se enfatizará con los estudiantes en las habilidades:

Observación, reflexión y registro de la información mediante la guía para el estudio de contextos.

La evaluación de la práctica de familiarización se hará mediante un informe escrito que los estudiantes deberán realizar al finalizar su período de práctica y que contenga los aspectos más significativos de las visitas y sus vivencias sobre la práctica de familiarización, que deben organizarse en positivas, negativas e interesantes.

Actividades a desarrollar

Semana 6:

Taller:

Tema 1: Alcance del trabajo de la esfera Cultura Física Terapéutica.

Tema 2: Métodos que se emplean en el trabajo de la CFT.

Tema 3: importancia de la intervención temprana en la CFT.

Semana 7:

Realizar una visita a áreas terapéuticas de la cultura física.

- Determinación de las formas empleadas para la captación de los pacientes para las áreas terapéuticas de la CF.
- Análisis de los contenidos de los programas de las áreas terapéuticas para establecer semejanzas y diferencias entre las clases de la EF y la CFT.

Habilidades a desarrollar: Observar, resumir, caracterizar, fichar, describir, analizar, fundamentar, comparar, explicar, argumentar, valorar, diagnosticar.

Sistema de valores a trabajar en la práctica de familiarización:

Patriotismo, Solidaridad, Antiimperialismo, responsabilidad, laboriosidad, ejemplo personal en el uso y dominio de la lengua materna, identidad profesional, autoridad profesional

Resumir diariamente, el resultado de las actividades realizadas, de forma que le permita elaborar el informe final. Para ello deberá plasmar la fecha, actividad, descripción de la actividad, valoración del significado práctico para su formación profesional.

Tercer Año

Objetivos generales.

Se incorporan otras didácticas particulares con un carácter eminentemente práctico, al igual que se plantea en segundo año, con la posibilidad de dar mayor

independencia a los practicantes de acuerdo con el nivel de desarrollo individual que hayan alcanzado.

El objetivo fundamental se centra en la planificación, ejecución y el control de actividades docentes, y en específico las clases de Educación Física. El énfasis de la labor educativa debe estar en la obtención de un resultado práctico vinculado a la clase de Educación Física y el Trabajo de culminación de estudio, tales como el informe final y la impartición practica de una clase, con la utilización de medios didácticos.

Objetivos específicos:

1. Familiarización de los estudiantes con el modelo de las escuelas.
2. Planificar actividades del proceso de enseñanza-aprendizaje que demuestren el desarrollo de las habilidades pedagógico profesionales del futuro profesor de Educación Física.
3. Participar activamente, con el acompañamiento del tutor, en las actividades docente – educativas del Proceso Enseñanza Aprendizaje.
4. Ejecutar elementos relativos a la organización del grupo, el calentamiento y la recuperación, los ejercicios y actividades de la Gimnasia Básica y el programa en el grado ubicado, sobre bases psicopedagógicas y de las ciencias biológicas, bajo la orientación del profesor del centro.

Indicaciones metodológicas: Los estudiantes deberán actuar como auxiliares de los profesores de Educación Física, en la conducción de las partes de la clase, y la planificación de actividades a partir de objetivos previamente formulados por el profesor, organización de actividades masivas y deportivas, así como prácticas de equipos deportivos. Deberán atender un grupo clase y contar con la orientación del o los profesores del centro.

Resumir diariamente, el resultado de las actividades realizadas, de forma que le permita elaborar el informe final. Para ello deberá plasmar la fecha, actividad, descripción de la actividad, valoración del significado práctico para su formación profesional. Se destacan las actividades siguientes:

- Participación más activa en la colaboración con los tutores y otros educadores de los centros en actividades del proceso educativo.
- Elaboración conjunta de medios de enseñanza, evaluación y aplicación de la pruebas de eficiencia física y ayuda a los docentes en la calificación. Utilización de los registros para el control de la asistencia y evaluación de los educandos.
- Preparación y desarrollo de actividades extradocentes conjuntamente con los educadores de las instituciones, como matutinos, actividades patrióticas, de educación familiar, etc.
- Participación en actividades metodologicas que se desarrollen en el centro o a nivel municipal.
- Visitas conjuntas a los hogares de los niños para el intercambio con la familia y otros miembros de la comunidad.
- Estudio de expedientes de los educandos en preescolar, primaria y especial.
- Procesos de entrega pedagógica y seguimiento de los alumnos integrados. Realización de estudios de casos y diseños de la estrategia educativa que se derive de estos.

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA:

El tutor hará una valoración integral alcanzada por los estudiantes durante la práctica concentrada (aspectos más logrados y menos logrados) La evaluación del tutor será cualitativa, y debe incluir los siguientes aspectos:

- Asistencia, puntualidad, cumplimiento de la guía Anexos, uso correcto del vestuario, empleo del vocabulario, ética profesional, cumplimiento con calidad de las acciones desarrolladas, relaciones comunicativas que establecen con el colectivo, niños y familias

Estos aspectos estarán reflejados en el Diario del practicante, junto a la firma del tutor y la evaluación otorgada. Los estudiantes harán referencia a los elementos siguientes:

- Resumir diariamente, el resultado de las actividades realizadas, de forma que le permita elaborar el informe final. Para ello deberá plasmar la fecha, actividad, descripción de la actividad, valoración del significado práctico para su formación profesional.

Sugerencias para mejorar la formación del estudiante desde el desarrollo de su práctica docente concentrada y las recomendaciones que consideren.

Se evaluará además la presentación que incluye, limpieza, ortografía, coherencia en las ideas y respuesta integrada a las actividades desarrolladas.

BIBLIOGRAFÍA

1 ADDINE FERNÁNDEZ FÁTIMA. Didáctica y Optimización del Proceso de Enseñanza Aprendizaje. -- La Habana; Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño (IPLAC). 1999. (En soporte electrónico).

2 _____. Diseño Curricular. -- La Habana, 1998. -- 20 p.

3 _____ Principios para la dirección del Proceso Pedagógico. – La Habana: Ed. Pueblo y Educación. 2002.

4 _____. Principios para la dirección del proceso pedagógico. / A. M. Gonsalez, S. Recarey, -- La Habana: Ed. Pueblo y Educación,

5 ÁLVAREZ GUERRA, ANISIA D. Proceso de enseñanza aprendizaje en la Educación Física y el deporte. Dinámica y tendencias contemporáneas. -- La Habana: I.S.C.F. 2001.

6 ÁLVAREZ de ZAYAS, CARLOS, Metodología de la Investigación Científica. -- Santiago de Cuba: Ed. Pueblo y Educación.

7 _____Didáctica La escuela en la vida. – La Habana: Ed. Pueblo y Educación. 1999.

8_____, Fundamentos Teóricos de la dirección de los procesos de formación del profesional del perfil amplio. – Universidad Central de las Villas 1998.

9 ARTEAGA PUPO, FRANK. Sociología de la Educación. 2005. (en soporte magnético)

Título: Proyecto AFANEE / 2015. Una nueva mirada a la actividad física inclusiva desde la formación del profesional de la Cultura Física

Autoras: Dr. C. Nordis Sánchez Quintero. Prof. Titular. nordissq@uccfd.cu

MS c. Edilia Rodríguez Valdés. Prof. Auxiliar. ediliarv@uccfd.cu

MS c. Tania Martínez Evans. Prof. Auxiliar. taniame@uccfd.cu

Grupo gestor del Proyecto

Institución: Universidad de la Ciencia de la Cultura Física y Deporte "Manuel Fajardo R.". Centro Rector

País: Cuba

Resumen

Se centra en la implementación de un sistema de información y conocimiento que contribuye a la atención físico-educativa de las personas con necesidades educativas especiales (NEE) desde la formación inicial y permanente del profesional de la Cultura Física y dirigida por un proyecto de actividades físicas adaptadas para las personas con NEE (PRO-AFANEE/2015). La misma responde a la concepción actual de la Educación Especial en Cuba, que se convierte en una política del estado que se extiende a todos los contextos educativos donde la escuela especial se convierte en centro de apoyo y recursos para las estrategias de intervención acorde a las potencialidades y necesidades de las personas con necesidades educativas especiales.

Introducción

En la UCCFD, existen profesionales con categoría académica y científica interesados en profundizar en las características de las personas con NEE, a partir de investigaciones científicas, que permitan interactuar con los profesores, estudiantes, personal de apoyo de esta comunidad y también con el resto del personal de la provincia La Habana.

La comunidad del municipio Cerro es una comunidad con una rica tradición de actividades físicas deportivas que se ha transmitido de generación en generación.

Esta comunidad presenta potencialidades para el desarrollo de las actividades físicas, recreativas y terapéuticas.

A pesar de esta armonía las personas con NEE, presentan algunas insuficiencias y se buscan alternativas para mitigarlas o solucionarlas, como: necesidad de ampliar los conocimientos sobre estas temáticas, porque una alta cifra de los profesores que dirigen estas actividades tienen poca experiencias en la especialidad y se necesitan espacios para la preparación especializada. Necesidad de visualizar las problemáticas actuales (recursos materiales y humano), carencia de materiales especializados para la práctica de la actividad física y deportes adaptados. La falta de oferta recreativa para los diferentes grupos de personas con NEE y la disminución de espacios para la actividad física y deportes adaptados.

Problema científico. ¿Cómo contribuir a la atención físico-educativa de las personas con NEE?

Objetivo general

Implementar de un sistema de información y conocimiento que contribuye a la atención físico-educativa de las personas con necesidades educativas especiales (NEE), desde la formación inicial y permanente del profesional de la Cultura Física

Objetivos específicos

1. Diagnosticar potencialidades y necesidades en la actividad física de grupos de personas con NEE y del personal de profesionales que los dirigen metodológicamente.
2. Elevar el estado del arte sobre las actividades que realizan las personas con NEE a partir de la capacitación y superación de los profesionales y personal de apoyo.
3. Investigar sobre diferentes problemáticas que permitan conformar, la solución o base de datos (TIC)
4. Diseñar tareas para la toma de decisiones, utilizando como medio, la actividad física, recreación y los deportes.

Desarrollo

METODOLOGÍA A UTILIZAR PARA ENFRENTAR EL PROBLEMA (que garantiza la calidad en la ejecución y los resultados)

- **Acciones que se realizarán para garantizar la sostenibilidad de los resultados alcanzados una vez finalizado el mismo.**

La UCCFD continuará desarrollando una labor de monitoreo a través de:

- El desarrollo de actividades docentes.
- Despliegue de la actividad investigativa.
- Actividades comunitarias y de recreación por la Dirección de Extensión Universitaria de la UCCFD.
-Construcción de espacios para la práctica de actividades físicas en función de las potencialidades y necesidades de las personas con NEE y para el personal que los dirige.
- Concertación con otras instituciones educacionales y centros de salud.
- Aplicación de herramientas diagnósticas
- Elaboración de indicadores de factibilidad en la práctica.

RESULTADOS Y PLANIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES PRINCIPALES

- **Problema que resuelve:**

Este Proyecto pretende crear un espacio para la transformación local desde la comunidad de la UCCFD, con el fin de garantizar la preparación, superación al personal especializado y la integración de personas con NEE de los centros e instituciones para realizar talleres con diferentes temas referidos al trabajo correctivo y/o compensatorio y fomentarlas, a partir de la práctica de la actividades físicas.

Además de desarrollar vídeos, y eventos de audiovisuales en otras sedes, y en la propia comunidad, con el fin de divulgar la importancia de las actividades físicas adaptadas. En resumen este proyecto permitirá elevar la preparación de los profesionales y personal de apoyo para que les permita enfrentar con mayor rigor la atención físico-educativa a esta población, como una de las variantes para abordar este objeto desde el conocimiento científico-metodológico actual, a partir

de un enfoque pedagógico y una perspectiva inclusiva, además de incrementar la participación de las personas con NEE en actividades físicas.

Resultados planificados

1. Sistema de información para la atención físico-educativa de las personas con necesidades educativas especiales (NEE), desde la formación inicial y permanente del profesional de la Cultura Física
2. Involucrar a los actores locales, municipales con la problemática (NEE) y la importancia de su colaboración en la solución de esta, desde su campo de actuación.
3. Desarrollo de medios audiovisuales como sustento bibliográfico.
4. Creación de espacios para la práctica de actividad física y la recreación.

Principales resultados alcanzados

- **Principales ponencias en eventos internacionales: 15**
- **Principales ponencias en eventos nacionales: 22**
- **Publicaciones relacionadas:** 20 (8 en revista acreditadas)
- **Trabajos de Diploma:** 8 defendidos
- **Tesis de Maestría:** 2 defendidas
- **Tesis de Doctorado proyectadas:** 10 y 1 defendida
- **Temas de doctorado aprobados:** 11

Actividades principales

- Concertación y alianzas con los centros involucrados.

-Organizar un equipo de trabajo multidisciplinario y realizar concertaciones con las instituciones involucradas.

- Diseñar e impartir cursos, para graficar a partir de la metodología las problemáticas de forma participativa.
- Recopilar resultados para participación en eventos científicos e intercambio de experiencia.
- Vinculación con otros proyectos.
- Elaborar artículos científicos.
- Exponer en revistas, boletines, plegables.

- Insertar el mapa verde en la red
- Proponer los resultados al INDER y MINED.
- Concertación y alianzas con los centros involucrados
- Talleres con la población (profesores y personal de apoyo) para definir el orden jerárquico de la problemática existente. FAMILIA
- Actividades comunitarias con todas las edades para promover la educación ambiental.
- Seguimiento del proyecto a través de los metodólogos municipales.
- Realización de investigaciones científicas (Dr C, MS c, Lic y especialidad)
- Impartir el curso.
- Elaborar artículos científicos
- Exponer en revistas, boletines, plegables.
- Intercambio de experiencia.
- Vinculación con otros proyectos.
- Recopilar resultados para participación en eventos científicos.
- Recopilación de información digital.
- Visita a centros e instituciones de la educación especial.
- Crear juegos y medios alternativos (CCE, resultados de cursos de pregrado y postgrado).
- Realizar actividades prácticas con las personas con NEE, dirigido por CCE……
- Aplicar técnicas investigativas para conformar desde la práctica investigaciones científicas.
- (Trabajos de diplomas)
- - Recopilar resultados para participación en eventos científicos.

Indicadores verificables

Resultado del diagnóstico del estado actual del problema, producción científica:

Artículo, materiales docentes, trabajos de diploma, impartir un diplomado relacionado con la actividad como superación de posgrado y dos cursos optativos para los estudiantes de pregrado, talleres de creación de medios y festivales deportivos. Artículo, materiales docentes, trabajos de diploma, tesis de maestría y doctorado.

Recursos materiales e infraestructura disponible por las entidades para ejecutar el proyecto

Los recursos materiales para desarrollar el proyecto, están incluidos en la infraestructura de las entidades participantes: El CAF en la UCCFD, áreas deportivas comunitarias de las Escuelas y Combinados Deportivos.

Los recursos materiales para el desarrollo de las figuras académicas de posgrado (superación y formación académica de cuarto nivel); así como para la capacitación a la familia, también están disponibles (UCCFD y Dirección de Educación y Deportes).

Conclusiones

Este Proyecto pretende crear un espacio para la transformación local en la comunidad de la UCCFD, con el fin de garantizar la capacitación, superación e inclusión de las personas con NEE de los centros e instituciones cercanas, para realizar una serie de talleres con diferentes temas y fomentarlas, a partir de la práctica de actividades físicas inclusivas.

Además de desarrollar vídeos, y eventos de audiovisuales en otras sedes, y en la propia comunidad, con el fin de divulgar la cultura de las comunidades y la importancia de las actividades físicas adaptadas.

En resumen este proyecto permitirá incrementar la participación de las personas con NEE en actividades físicas y elevar el estado del arte de la comunidad de profesionales y personal de apoyo.

Bibliografía

1. Bell Rodríguez, R. Prevención, corrección-compensación e integración: actualidad y perspectiva de la atención de los niños con necesidades educativas en Cuba. Ministerio de educación.

2. Berruezo y A. Pedro P. 1995. El cuerpo, el desarrollo y la Psicomotricidad. Revista Estudios y Experiencias. España. No. 4. Vol. 1. (pág. 15) -

3. Espinosa, Y. (2011). marzo 5). Programa de ejercicios físicos para estimular el desarrollo psico-motriz en niños con discapacidad intelectual. E.F. Deportes.

Extraído el 20 de abril de 2015 desdehttp://www.efdeportes.com

4. Fernández Y. 2007. Prevención de las necesidades educativas especiales. Fundamentos teóricos básicos de la atención prenatal y temprana. La habana, Editorial deportes.(480 p).

5. Guerra S. 2006. Modelo educativo para la atención integral a educandos con retraso mental. – La Habana: Ministerio de Educación. En Soporte digital.

6. Rodríguez, A. 2006. La Educación Física más educación que física. -- La Habana : Ed. Pueblo y Educación,131 p

7. Pascual. A. (2007) Actividad Física Adaptada en las necesidades educativas especiales. Editorial Deportes. La Habana.

8. Sánchez, N. (2014). Concepción pedagógica de estimulación a potencialidades físicas en alumnos con retraso mental. Editorial Deportes. La Habana.

9. Vigotski, L.S. 1982. Pensamiento y Lenguaje. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana. (Pág.101).

Título: Proyecto para el mejoramiento de la actuación pedagógica de los profesores deportivos de EIDEs, desde la Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado"

Autora: M.Sc. Walkiria del Valle Recoder

Institución: Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado"

País: Cuba

RESUMEN

Las limitaciones que presenta la actuación pedagógica de los profesores deportivos en el desarrollo de los procesos de formación de atletas desde la base, dado por un incremento de la fuerza laboral joven, en formación y sin experiencia en los deportes en que trabajan, conducen al diseño de un proyecto de superación y capacitación con el objetivo de contribuir a su mejoramiento en las EIDEs y que se corresponda con las exigencias actuales de los procesos de formación de la Escuela Superior de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado".

Para lograrlo se tuvieron en cuenta las indicaciones del Presidente del INDER del curso escolar 2016-2017, las indicaciones metodológicas para el cumplimiento de las principales direcciones para el ciclo 2016-2020, así como, el uso de los métodos analítico-síntético, inductivo-deductivo, sistémico-estructural-funcional, entrevistas y diagrama de Ishikawa.

La propuesta es un proyecto con carácter flexible, participativo e intencional, que consta de una concepción general, acerca de la transformación de la ESFAAR como unidad de superación y capacitación hacia las EIDEs, la organización lleva implícito la descripción, objetivo y prioridades que determinan la concepción de un proyecto por procesos, con enfoque de sistema, determinado por 4 fases para su concreción y una técnica de instrumentación para determinar los impactos esperados en la formación deportiva de atletas de alto rendimiento en Cuba, sustentada en el perfeccionamiento del sistema de educación deportiva.

INTRODUCCIÓN

Los estudios, en torno a la actuación pedagógica de los profesores deportivos, desde diversos enfoques, abordados en las Indicaciones del Presidente del INDER del curso escolar 2016-2017,integrado por múltiples líneas de desarrollo en el Encargo social del INDER, como Organismo de la Administración Central del Estado, permiten constatar que las nuevas generaciones de atletas, que hoy se encuentran en los combinados Deportivos, en las Escuelas de Iniciación Deportiva (EIDE) y en las Escuelas Superiores de Formación de Atletas de Alto Rendimiento (ESFAAR) serán los protagonistas en los tres ciclos olímpicos que tendremos durante el período 2016-2028.

Actualmente existe un marco legal que define la responsabilidad de garantizar la actuación pedagógica de los profesores deportivos y su influencia directa en la formación deportiva de los atletas para todos los niveles de actuación del alto rendimiento en Cuba, definida por: Resolución 46/2002, Resolución 59/ 2008, Resolución 55/ 2012, Resolución 256/1989, Resolución No.29/ 2006,

No obstante, a pesar de los criterios anteriores y la evidente prioridad que en los últimos años se ha brindado en Cuba y en el INDER a la formación deportiva, así como las valoraciones derivadas de la efectividad alcanzada en el cumplimiento de los objetivos en los ciclos olímpicos 2008-2012 y 2012-2016, se identificaron insuficiencias en la formación de los atletas y actuación pedagógica de los profesores deportivos, lo que demuestra la necesidad de atender sistemáticamente, desde la ESFAAR, la transformación de tales manifestaciones y conduce al siguiente **problema de investigación:**

¿Cómo contribuir al mejoramiento de la actuación pedagógica de los profesores deportivos de las EIDEs que se corresponda con el proceso de formación de atletas de alto rendimiento en la escuela deportiva “Cerro Pelado”?

Con el objetivo: Diseñar un proyecto de superación y capacitación para el mejoramiento de la actuación pedagógica de los profesores deportivos de EIDEs que se corresponda con las exigencias actuales de los procesos de formación de atletas en la ESFAAR “Cerro Pelado”.

Métodos y técnicas empleadas:

Análisis-síntesis, se aplicó en la búsqueda y el estudio de diversos enfoques sobre las concepciones de la mejora de la actuación pedagógica de los profesores deportivos, sus características y sus relaciones, para arribar a conclusiones del tema.

• Inductivo-deductivo, permitió seleccionar, a partir de propuestas particulares, los elementos que deben conformar el proyecto para el mejoramiento de la actuación pedagógica de los profesores deportivos en las EIDEs.

• Enfoque Sistémico, en la determinación del diseño de un programa de superación y capacitación dirigido a los profesores de las EIDEs que aportan atletas a la ESFAAR, con una concatenación lógica de los componentes que lo integran.

• Entrevista, identificar el conocimiento de los directivos en el reconocimiento de las problemáticas para el proceso de formación de atletas, las prioridades para el reforzamiento de la actuación pedagógica de los entrenadores en la base y una valoración de la instrumentación de la superación y la capacitación desde la ESFAAR.

• Análisis DAFO, se aplica a un grupo de expertos reconocidos en el proceso de formación de atletas para conocer en la actualidad las debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades; resumir el diagnóstico y evaluar el resultado verificando el balance entre las variables internas y externas para concebir un proyecto de superación y capacitación.

DESARROLLO

El estudio de la práctica deportiva actual, emane como una necesidad, estar al tanto hacia dónde se dirige el resultado final desarrollado durante períodos con los atletas, pone de manifiesto la importancia que debe otorgarse a esa persona, que con su actuación, permite que la actividad deportiva llegue a lo más alto del conocimiento y los comportamientos humanos, representado socialmente el individuo y su imagen, dentro y fuera de las fronteras de nuestro país.

Los resultados deportivos alcanzados por un atleta, tienen una estrecha correspondencia con la formación recibida durante años, donde intervienen un grupo de factores de índole objetivo y subjetivo, es antecedido por una adecuada organización y planificación de los procesos sustantivos declarados por el INDER, materializados en el funcionamiento con calidad de las escuelas deportivas, indiscutiblemente los modos de actuación de profesores deportivos y atletas serán superiores, lo que nos lleva, entonces a la obtención de una formación deportiva de excelencia.

La formación deportiva actual se concreta en: "La dirección integral de los procesos pedagógicos (docentes y extra docentes), con énfasis en el proceso de entrenamiento deportivo, como una de las vías esenciales para transformar intencionalmente la labor política, ideológica y formativa a partir de sus objetivos y contenidos"[1], se concibe, como un proceso integral sobre la base del perfeccionamiento, del funcionamiento de los órganos técnicos y metodológicos correspondiente en sus niveles de actuación, direccionando para este fin un "adecuado trabajo de superación, capacitación, auto preparación y auto superación de los profesores en sus diferentes niveles de actuación" [2].

En todo este panorama, juega un papel decisivo el profesor deportivo, que a través de una adecuada actuación pedagógica, no solo, por sus conocimientos técnicos, sino, con una interrelación en la trasmisión de valores y sentimientos, lo conducirá a convertirse en el pedagogo de excelencia, que necesita la sociedad cubana actual.

El concepto de actuación pedagógica enlaza numerosos significados y para muchos entendidos en la temática significa:(…) "el profesional del deporte debe tener un buen conocimiento de la disciplina deportiva, tanto en sus aspectos técnicos como tácticos, puesto que debe saber asociar, de una manera coherente, los objetivos y las necesidades de los deportistas[3]

---

[1]XXVIII seminario INDER. 2017 PÁG. 122

[2]XXVIII seminario INDER. 2017 PÁG. 126, 127

[3]Claudia Maulini, Antonio Fraile Aranda, Rufino Cano. Competencias y formación universitaria del educador deportivo en Italia Estudios Pedagógicos XLI, N° 1: 167-182, 2015.

Podemos plantear la necesidad de mejorar la actuación pedagógica, mediante el desarrollo de modos de actuación, principios y la educación en valores, que permita a los profesores deportivos comprender el lugar de su profesión en la sociedad para gestionar adecuadamente la superación y capacitación profesional de forma continua y ser utilizada en la toma de decisiones y de perfeccionamiento del proceso de formación de atletas de alto rendimiento.

Teniendo en cuenta lo expresado y el hecho de que el concepto de actuación pedagógica constituye un aspecto primordial, se establece la propuesta de esta investigación, los autores consideran asumir la definición cuando plantean que es "Un profesional capaz de aplicar la preparación deportiva en el eslabón de base, es aquel, que pone en práctica mediante habilidades profesionales, que dan respuesta al "saber", "saber hacer" y "saber ser" (…), a partir del análisis funcional del ejercicio profesional para un desempeño acorde a las exigencias sociales"[4]

A partir de las indicaciones del presidente del INDER, para el curso 2016-2017, el presente trabajo tiene su fundamento esencial en alcanzar mayor calidad en la actuación pedagógica de los profesores deportivos en las EIDEs, en función del proceso de formación de los atletas de alto rendimiento que ingresan a la ESFAAR "Cerro Pelado", con enfoque de sistema. Esto integra los procesos desarrollados en la escuela, secuencias de actividades integradas, formas y relaciones de dependencia y condicionamiento existentes entre las acciones que componen la propuesta, para satisfacer los requerimientos del Sistema Deportivo Cubano y su papel en la aplicación del Nuevo Modelo Político, Económico y Social en Cuba.

Las técnicas aplicadas permitieron constatar que la situación actual presentada por el proceso de actuación pedagógica de los profesores deportivos de las EIDEs en las provincias y su correspondencia con el proceso de formación de atletas de alto rendimiento en la ESFAAR "Cerro Pelado", es favorable para hacer una propuesta, ya que existe aceptación en cuanto a la necesidad de diseñar un proyecto de superación y capacitación para su mejoramiento, como un proceso construido con la participación de los implicados que poseen una vasta

[4]IDEM

experiencia y nivel de preparación para enfrentar con potencialidades el cambio hacia la base.

Propuesta de un proyecto de superación y capacitación con carácter flexible, participativo e intencional, para el mejoramiento de la actuación pedagógica de los profesores deportivos de EIDEs.

Se propone analizar, un proyecto de superación y capacitación, que sirva como tránsito para los profesores recién incorporados en su actividad profesional, que facilite un intercambio con relación a profesores con experiencia, donde se proporcionen recursos y estrategias para la mejora de las actuaciones pedagógicas de los profesores deportivos en la base y para potenciar la calidad en la formación integral de los atletas de alto rendimiento.

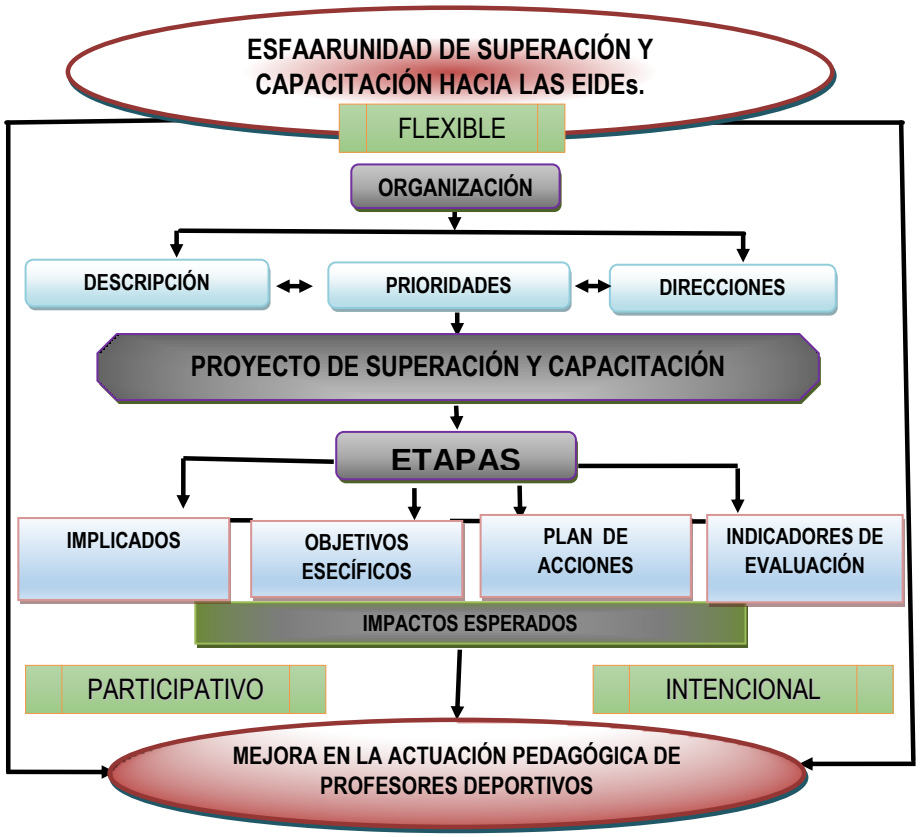
El proyecto consta de una concepción general, acerca de la transformación de la ESFAAR como unidad de superación y capacitación hacia las EIDEs, la organización lleva implícito la descripción, objetivo y prioridades que determinan la concepción de un proyecto por procesos, con enfoque de sistema, determinado por 4 fases para su concreción y una técnica de instrumentación para determinar los impactos esperados en la formación deportiva de atletas de alto rendimiento. (**Esquema No.1)**

La Organización se concibe como un proyecto con enfoque de sistema, teniendo en cuenta su carácter **flexible, participativo e intencional.** La idea surge a partir de la selección de los deportes que tienen un alto índice de ingreso de Atletas de Perspectiva Inmediata (API), dirigidos a líneas que tienen que ver con la actuación pedagógica.

- Carácter flexible: Permite mejorar las habilidades profesionales a través del intercambio grupal y podrá ser adaptado de acuerdo con los intereses y necesidades de los profesores, el contexto y la etapa en que se encuentre la preparación deportiva.
- Carácter participativo: Está presente desde su propia concepción ya que permite la participación de los profesores deportivos de una forma elegible, eficiente, ordenada para lograr una consecución de una actitud activa y consciente de los docentes y colaboradores que participan, teniendo en

cuenta la metodología funcional en la que se basa el proyecto, para que se puedan alcanzar los objetivos propuestos.

- Carácter intencional: Está dirigido hacia la mejora de la preparación pedagógica del docente que labora en las EIDEs, apoyado en las oportunidades que ofrece la ESFAAR para el fortalecimiento en la formación integral de nuestros atletas.



Esquema No.1 Gráfico del proyecto con enfoque de sistema para el mejoramiento de la actuación pedagógica de los profesores deportivos de las EIDEs, desde la ESFAAR "Cerro Pelado".

Descripción.

Aparece para potenciar la aplicación de la ciencia y la tecnología con los recursos humanos calificados o en formación en el desarrollo del deporte de alto rendimiento a nivel de territorios. Permite una correspondencia con las exigencias del Sistema de Educación Deportiva del INDER, relacionado con la preparación integral de atletas y la necesaria efectividad en la actuación pedagógica y

formativa de los profesores deportivos que permanecen durante varios años en el ciclo de formación.

Prioridades.

- ✓ Potenciar el trabajo en valores, la lucha contra la SPI y la atención a las manifestaciones psicosociales de los API, desde la preparación y auto preparación de los profesores deportivos.
- ✓ Fortalecer la superación, capacitación y actualización de los profesores deportivos en la especialización para el alto rendimiento y la aplicación consecuente de la ciencia y la tecnología a la preparación deportiva de los API.
- ✓ Potenciar el dominio y la aplicación en la práctica de las habilidades técnicas y pedagógicas con énfasis en el proceso de entrenamiento deportivo para el trabajo con los API en las EIDEs.

Direcciones.

- Partiendo de la agrupación de los conocimientos en las direcciones establecidas para la formación continua de los profesionales deportivos: Enfoques Psicopedagógicos para el trabajo formativo, Teoría y Metodología del proceso de entrenamiento deportivo, en las ciencias aplicadas al deporte, Metodología de la Investigación, en la formación básica específica, según las especialidades.
- Se perfeccionarán los indicadores de rendimiento de la preparación para su control y retroalimentación en áreas científicas establecidas y la sistematización de las investigaciones programadas en función de las necesidades de cada área.

Etapas:

1^{era}. Selección de los actores e implicados, teniendo en cuenta en el Sistema de Enseñanza Deportiva, los decisores, potenciales científicos y para la formación deportiva.

- Escuelas de Alto rendimiento (EIDEs y ESFAAR).
- Atletas de las Preselecciones Nacionales.
- Profesores deportivos de la ESFAR y las EIDEs.

- Directivos INDER en los territorios, Comisiones Nacionales y Escuelas de alto rendimiento.
- Instituciones científicas seleccionadas.

2da Determinación de los objetivos específicos.

1. Desarrollar las competencias educativas, éticas y profesionales; fundamentada en los conocimientos políticos- ideológicos, para reforzar, desde el proceso curricular y extracurricular, el trabajo de formación de valores y la lucha contra la subversión PI.
2. Contribuir a aumentar el nivel técnico metodológico y científico investigativo desde el "saber", "saber hacer" y "saber ser" a partir del análisis funcional del desempeño profesional acorde a las exigencias sociales.
3. Asesorar y controlar de manera integral la participación activa y reflexiva de los implicados, dirigida tanto al desarrollo de aspectos cognoscitivos, como formativos, durante el desarrollo del curso, como en el trabajo con los API de su deporte.

3ra Diseño del plan de acciones.

Se realiza a partir de una propuesta para la instrumentación, la que debe ajustarse a las características de la institución, el tiempo; así como los recursos materiales y humanos con los que se pueden llevar a cabo las acciones de:

1. Presentar en el consejo de dirección de la ESFAAR "Cerro Pelado" la propuesta del proyecto, como base de la preparación necesaria para el logro de una correcta planificación, organización, ejecución y control de las acciones del proyecto.
2. Crear un equipo de trabajo multidisciplinario que será el encargado de desarrollar el proyecto. Deberá conformarse con especialistas de la Subdirección Técnica, Departamento de Superación e Investigación y especialista coordinadores del IMD, UCCFD, CIDC y CRID.
3. Diseñar y aplicar un macro diagnóstico inicial, que revele la actualidad del estado del objeto de estudio y las condiciones para la instrumentación del proceso de formación profesional para cada una de las líneas de acción del proyecto.

4. Realizar un levantamiento del potencial científico de la ESFAAR de experiencia y resultados deportivos como actores e implicados que pueden participar como docentes asesores del proyecto.
5. Seleccionar las EIDEs, provincias, deportes y profesores deportivos, que permita caracterizar los futuros clientes - implicados en el proyecto.
6. Diseñar los procedimientos normativos que tendría que desarrollar el equipo de trabajo en diversas funciones, en las 4 etapas que se propone se estructure el proyecto. Se determinan tales etapas por las características propias del proyecto y con vista a facilitar su aplicación en dos momentos del curso escolar, en correspondencia con la planificación de la preparación de los atletas, teniendo en cuenta:

- Trabajar de forma permanente en la socialización del proyecto como vía fundamental para garantizar la vitalidad y continuidad de las acciones de transformación de la actuación pedagógica y su contribución a la formación deportiva. Acometer la integración de la ESFAAR como unidad de superación y capacitación hacia las EIDEs.
- Indagar en función de los indicadores para la definición de los niveles de actuación pedagógica que deben desarrollar los profesores deportivos con integralidad en el proceso técnico y pedagógico.
- Establecer los parámetros que las estructuras de la ESFAAR, deben integrar en el seguimiento y la evaluación de los API en el proceso de entrega pedagógica.
- Elaborar estrategias de la superación continúa de profesores deportivos en formación, noveles y de otras especialidades así como la capacitación técnica y actualización de los ya formados con ofertas atractivas y el uso de las nuevas tecnología de la información y las comunicaciones.
- Producir por los especialistas del proyecto, conocimientos que se generen a partir del propio resultado obtenido, donde se investiguen y generalicen las mejores experiencias y la incorporación de sus implicados en Diplomados, Maestrías, Especialidad y Doctorados.

7. Realizar un estudio de factibilidad y análisis de costo-beneficio del proceso de mejora de la actuación pedagógica desde la ESFAAR.

4ta Indicadores de evaluación.

Se tienen en cuenta todos los elementos de la base de datos elaborada, por los especialistas del grupo en tres momentos claves: antes, durante y después, que permita una evaluación integral del cumplimiento de los objetivos propuestos por cada participante.

Antes: Se realiza un diagnóstico y caracterización de las potencialidades y deficiencias en lo técnico y pedagógico. Se elaboran los instrumentos, que son confeccionados en las provincias, por parte del jefe inmediato de cada participante.

Durante: en el desarrollo del proyecto se valorará por el equipo multidisciplinario el desarrollo instructivo, participativo e innovador, utilizando variadas formas de trabajo y técnicas grupales.

Después: En su desempeño profesional como profesor deportivo de la EIDE mediante instrumentos que determinen con un nivel de precisión, la transformación de su práctica pedagógica.

Resultados esperados.

Se aspira a dar cumplimiento a las prioridades y a los objetivos específicos del proyecto, el tránsito por las direcciones, a través del cumplimiento previsto en su funcionamiento y sus acciones. Todo ello adaptado consecuentemente a las características de los participantes.

Posibles impactos económico-sociales de este trabajo:

En lo económico: Viabiliza la planificación prospectiva, teniendo en cuenta la base de la información, lo que permite una previsión estudiada y fundamentada; Facilita una mayor eficiencia en la utilización de los recursos materiales destinados a la formación de los estudiantes y la preparación y superación de los profesores deportivos; Mejora los índices de retención de inicio a inicio (un curso escolar) y en el ciclo de formación (cuatro años).

En lo social: Favorece la satisfacción de los Atletas de Perspectiva Inmediata (API) en el proceso de formación, a la familia; Se prestigia el sector deportivo, el sentido de pertenencia, la imagen de la institución deportiva y el compromiso con el crecimiento integral de sus profesionales.

CONCLUSIONES

- El estudio realizado en torno al objeto de la investigación, articula distintas posiciones con que ha sido abordado. En consecuencia, se asumen la necesidad de la mejora de la actuación pedagógica, desde la superación y capacitación de forma continua y ser utilizada en la toma de decisiones para el perfeccionamiento del proceso de formación de atletas de alto rendimiento.
- El trabajo demuestra la necesidad del mejoramiento de la actuación pedagógica de los profesores deportivos de las EIDEs en las provincias y su correspondencia con el proceso de formación de atletas de alto rendimiento, a partir de las insuficiencias detectadas en el diagnóstico aplicado, todo lo cual, sugiere un necesario acercamiento a convertir la ESFAAR en una unidad de superación y capacitación hacia las EIDEs, como un proceso para enfrentar con potencialidades el cambio hacia la base.
- El proyecto constituye un instrumento para los directivos y profesores encargados de dirigir y gestionar los procesos formativos de los atletas, facilita un modelo a implementar en las ESFAAR, necesarios para asegurar la dinámica en la formación continua de los profesores deportivos en la base, con un enfoque de sistema, con carácter flexible, participativo e intencional.

RECOMENDACIONES

1. Proponer al Grupo de Trabajo Político Ideológico, que en la Estrategia de Comunicación de la ESFAAR “Cerro Pelado”, se tenga en cuenta, el accionar del proyecto ya que se centra en escenarios que involucran a los públicos externos (Directivos, profesores, API, EIDEs, INDER provinciales) e internos (directivos, profesores, atletas, especialistas de la ESFAAR).
2. Continuar con el diseño de las normativas del proyecto para el logro de su efectividad en el establecimiento de las 4 etapas que se propone en la estructura del proyecto.

BIBLIOGRAFÍA

- Objetivos de trabajo del PCC aprobados por la Primera Conferencia Nacional. La Habana, 29 de enero del 2012.
- Fernández. L. (2008), La escuela deportiva. Organización básica del sistema deportivo. Gestión y Funcionamiento. I Cumbre Iberoamericana de Educación Física y Deporte Escolar. La Habana. Dirección de Educación Física y Deportes. La Habana.
- XXVIII Seminario INDER. 2017 pág. 122,126,127
- Claudia Maulini, Antonio Fraile Aranda, Rufino Cano. Competencias y formación universitaria del educador deportivo en Italia. Estudios Pedagógicos XLI, N° 1: 167-182, 2015.
- Marita Sánchez Moreno y Cristina Mayor. Universidad de Sevilla. Los jóvenes profesores universitarios y su formación pedagógica. Claves y controversias Revista electrónica educación 2015).
- Asamblea Nacional del Poder Popular (ANPP) Constitución de la República de Cuba. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba. 2009.
- Colectivo de autores Compendio de lecturas de temas de administración pública. Materiales docentes para el Diplomado en Administración Pública VIII Edición. Escuela Superior de Cuadros del Estado y del Gobierno, La Habana. Cuba. 2014.
- Pardo Fernández, A. Matriz de Balance de Fuerzas Innovada (BAFI) Premio Anual de Salud 2005. Facultad de Ciencias Médicas, Guantánamo. Cuba. 2005.
- Partido Comunista de Cuba (PCC). Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución. VI Congreso. Editora Política. La Habana. Cuba. 2011.
- Pons Duarte, H. Administración Pública y construcción socialista. Diplomado en Administración Pública VII Edición. Presentación en PowerPoint. Asociación Nacional de Economistas y Contadores de Cuba. (ANEC). La Habana. Cuba. 2014.

- Resolución 256, Normas para el desarrollo de la Preparación Metodológica en la Rama del Deporte, la Cultura Física y la Recreación. INDER. Ciudad Habana. 1989
- .Romero, R, Modelo de gestión del deporte cubano, un acercamiento a la organización deportiva cubana, Editorial deportes 2010.
- Sánchez Moreno, M. (1994): «La Supervisión Clínica como estrategia de formación de profesores mentores: Una aplicación práctica», en Innovación Educativa, 3, pp. 79-104.
- — (1994): «Inventario de Creencias del Supervisor (I.C.S.): un instrumento para estudiar los diferentes estilos de supervisión», en Enseñanza, 12, pp. 109-137.

Titulo: Proyectos integradores, primera aproximación a la investigación deportiva de los estudiantes de primer año del Programa Deporte y Cultura Física de la Universidad Autónoma del Caribe.

Autora: Marina Cecilia Hernández Quezada, maryher1216@hotmail.com. Profesor Titular

País: Colombia

Resumen:

La Universidad Autónoma del Caribe, desde su fundación, ha visionado ser un centro de cultura y ciencia, creado con el propósito de generar, validar, difundir y aplicar conocimiento en distintas áreas del saber dentro del marco de los desarrollos humanísticos, científicos y tecnológicos universales.

Teniendo en cuenta su misión institucional se incorporó dentro de los contenidos curriculares la figura de proyecto integrador, actividad que potencia el desempeño interdisciplinario de saberes de varios cursos alrededor de un problema real del contexto y tiene singular importancia en el área profesional, pues puede integrar cursos de contenidos diversos en torno a un problema profesional y evaluar el desempeño de competencias. No obstante, esta actividad ha venido desarrollándose a partir de semestres superiores y en la mayoría de oportunidades, las investigaciones realizadas por los estudiantes no son difundidas a nivel institucional, por ello, nace la iniciativa desde el programa de Deporte y Cultura Física, de realizar un evento anual donde se socialicen los proyectos integradores realizados por los estudiantes, con la principal particularidad que los estudiantes de 1 y 2 semestre también son involucrados y se convierte esta, en su primera aproximación a la investigación científica deportiva., Tras la realización del I Evento Científico de Proyectos Integradores del programa Deporte y Cultura Física en mayo de 2015 surgieron como resultado 2 investigaciones, las cuales serán publicadas como artículos en revistas indexadas, bajo la tutoría y orientación de docentes con trayectoria investigativa, sirviendo esta experiencia, de agente motivacional hacia la investigación científica, con el

propósito que a mediano plazo, esta iniciativa contribuya al incremento de publicaciones en el área del deporte formativo y de alto rendimiento.

En la presente ponencia se darán a conocer el proceso y resultados obtenidos de las investigaciones realizadas por estudiantes de 1 y 2 semestre, del programa de Deporte y Cultura Física.

Se incorporó dentro de los contenidos curriculares la figura de proyecto integrador, actividad que potencia el desempeño interdisciplinario de saberes de varios cursos alrededor de un problema real del contexto y tiene singular importancia en el área profesional, pues puede integrar cursos de contenidos diversos en torno a un problema profesional y evaluar el desempeño de competencias. No obstante, esta actividad ha venido desarrollándose a partir de semestres superiores y en la mayoría de oportunidades, las investigaciones realizadas por los estudiantes no son difundidas a nivel institucional, es por ello que nace la iniciativa desde el programa Deporte y Cultura Física, de realizar un evento anual donde se socialicen los proyectos integradores realizados por los estudiantes, con la principal particularidad que los estudiantes de 1 y 2 semestre también son involucrados y se convierte esta en su primera aproximación a la investigación científica deportiva. Tras la realización del I Evento Científico de Proyectos Integradores en mayo de 2015 surgieron como resultado 2 investigaciones, las cuales serán publicadas como artículos en revistas indexadas, bajo la tutoría de docentes investigadores en el área de Deportes. En la presente ponencia se darán a conocer el proceso y resultados de dichas investigaciones.

Título: Realidad y perspectiva de la Responsabilidad Social universitaria en la Universidad Metropolitana del Ecuador

Ponente: PhD. Freddy Montano Rodríguez

Coautores: PhD. Lisbet Guillen Pereira

MSc. Nelly Paola Arma Ramírez

Temática a abordar: Gestión y calidad de los procesos universitarios.

Modalidad de presentación: Ponencia oral

Institución: Universidad Metropolitana del Ecuador

País: Ecuador

Resumen

En el mundo actual el término “responsabilidad social” cada día alcanza mayor significación, sobre todo en la esfera empresarial, muy vinculada con la dimensión ética que toda organización o institución debería tener como visión y promover en su actividad diaria en función de contribuir al desarrollo social. Este término en los momentos actuales también se aplica a las universidades, lo que constituye sobre todo en las sociedades capitalistas, donde coexisten universidades públicas y privadas, un indicador que permite medir el alcance de gestión que realizan las mismas y que por supuesto no son, ni debemos verlas como empresas, sino como instituciones formadoras de profesionales, promotoras de la investigación, desarrolladoras de nuevos conocimientos e impulsoras de las prácticas renovadoras e innovadoras tanto en el marco social como en el empresarial, por lo que sería imposible desvincularlas del concepto de Responsabilidad Social, pues todas sus acciones y resultados tributan a este fin. Todo este accionar necesariamente debe contemplar una campaña de marketing social, donde se promuevan las acciones que la universidad desarrolla, donde se den a conocer a la propia sociedad los aportes que se están realizando, se refleje la importancia de las acciones desarrolladas en la formación de los nuevos profesionales y se garantice la cooperación de los distintos grupos y sectores sociales en la ejecución de las mismas. En este orden la investigación analizan los elementos que intervienen en la puesta en práctica de la Responsabilidad Social Universitaria (RSU), su proyección en los momentos actuales

a nivel mundial como necesidad para el desarrollo social y su proyección en Ecuador, tomándose como evidencia el cumplimiento de la RSU en la Universidad Metropolitana del Ecuador.
Palabras claves: Responsibility, social, university.

Introducción

En el mundo actual el término “responsabilidad social” cada día alcanza mayor significación, sobre todo en la esfera empresarial, muy vinculado con la dimensión ética que toda organización o institución debería tener como visión y promover en su actividad diaria en función de contribuir al desarrollo social, satisfaciendo de alguna manera sus necesidades y quedando ante la mirada de la propia sociedad como organización más competente y por tanto más reconocida.

Este término en los momentos actuales también se aplica a las universidades, lo que constituye sobre todo en las sociedades capitalistas, donde coexisten universidades públicas y privadas, un indicador que permite medir el alcance de gestión que realizan las mismas y que por supuesto no son, ni debemos verlas como empresas, sino como instituciones formadoras de profesionales, promotoras de la investigación, desarrolladoras de nuevos conocimientos e impulsoras de las prácticas renovadoras e innovadoras tanto en el marco social como en el empresarial, por lo que sería imposible desvincularlas del concepto de Responsabilidad Social, pues todas sus acciones y resultados tributan a este fin.

El concepto de Responsabilidad Social Universitaria (RSU) cada día toma mayor fuerza y constituye más que un deber institucional, una necesidad para su correcto funcionamiento y el logro de sus fines como institución formadora y desarrolladora de hombres capaces de utilizar la ciencia e impulsar el desarrollo.

El tratamiento de la Responsabilidad Social Universitaria no constituye un compromiso único de la dirección de la institución, sino de todos los grupos que participan en ella: directivos, profesores, estudiantes y trabajadores no docentes. Este término contiene en si un componente ético que en las universidades debe funcionar uniendo a las personas, grupos de trabajadores, organizaciones e entidades vinculadas, con la finalidad de enfrentar con éxito los complejos problemas

y retos que impone el desarrollo social, así como las diferentes ramas de la producción y los servicios para las cuales la universidad forma profesionales.

El desarrollo de este concepto de RSU conlleva al progreso de acciones debidamente planificadas sobre las bases de un diagnóstico de la sociedad, sus necesidades y demandas de profesionales, sus avances y males, así como de los diferentes problemas en el marco laboral, de la producción y de los servicios, lo cual implica un tratamiento científico. Contiene la subordinación de los propios proyectos de vinculación y de investigación de los profesores y estudiantes, así como el trabajo de extensión universitaria, para desde todas las aristas del trabajo de la universidad proyectar el beneficio social de conjunto con la labor académica.

Todo este accionar necesariamente debe contemplar una campaña de marketing social, donde se promuevan las acciones que la universidad desarrolla, donde se den a conocer a la propia sociedad los aportes que se están realizando, se refleje la importancia de las acciones desarrolladas en la formación de los nuevos profesionales y se garantice la cooperación de los distintos grupos y sectores sociales en la ejecución de las mismas.

La sociedad no puede estar a espaldas del accionar de la universidad en la construcción de su propio progreso, debe conocer cuánto le aporta y de qué maneras; y a la vez en esa relación recíproca, retroalimentar, involucrar sus instituciones, hacer visible los distintos problemas y viables sus propósitos, pues universidad y sociedad caminan de la mano.

Desarrollo

Las universidades ecuatorianas avaladas por la constitución de la República aprobada en el año 2008, la ley de Educación Superior establecida en el año 2010 y por el plan del buen vivir, desarrollado en el año 2013; ponen en práctica la Responsabilidad Social Universitaria, vista como una estrategia institucional que posee diferentes direcciones de trabajo que se encaminan al logro de impactos en el marco de la sociedad, los cuales en primera instancia forman parte de los propios fines que persigue la universidad: la formación de profesionales altamente

preparados y la producción de nuevos conocimientos como resultado de la actividad científica.

En este mismo sentido la Ley de Educación Superior ecuatoriana plantea que “la propuesta técnica académica debe contener en el modelo curricular y pedagógico, mallas, diseños macro y micro, perfiles profesionales, programas analíticos, contenidos, recursos, forma de evaluación, bibliografía, cronograma de actividades, número de créditos, atendiendo a la diversidad pluricultural, multiétnica y la responsabilidad social…” (Ley de Educación Superior, 2010)

No es admisible el análisis de la responsabilidad social de una universidad desde la ayuda económica que esta pueda aportar para sufragar gastos de instituciones pertenecientes a otras áreas de servicios sociales. Este concepto la universidad lo tiene que asumir desde sus propias actividades y razón de ser en la sociedad.

Dentro de los resultados de mayor significación que la universidad brinda a la sociedad encontramos los vinculados a la propia organización laboral y académica, en todas las atenciones y beneficios que poseen sus estudiantes, directivos, profesores y trabajadores no docentes, en la labor educativa y formativa que desarrolla, pues mediante la formación en pregrado y de postgrado permite de forma constante entregar a la sociedad, profesionales con una visión más abarcadora y actualizada de su realidad social y profesional. La universidad además propicia el desarrollo de proyectos de investigación donde participan profesores y alumnos, mediante los cuales se amplían los saberes y posiciones epistemológicas en las diferentes ciencias, haciendo accesible todo ese conocimiento.

La constitución de la República del Ecuador proyecta: “el derecho a desarrollar actividades económicas, en forma individual o colectiva, así como producir, intercambiar y consumir bienes y servicios conforme a los principios de solidaridad, responsabilidad social y ambiental…”(Constitución de la República del Ecuador, 2008)

La universidad mediante el proceso de vinculación y prácticas preprofesional inserta a sus estudiantes en las distintas esferas de la producción y los servicios que desarrolla la sociedad, donde se ponen en práctica los nuevos conocimientos adquiridos, los resultados obtenidos por el quehacer científico y a la vez, se

instrumentan nuevas investigaciones. Luego, los profesionales que gradúa cada año la universidad, se insertan a ocupar puestos de trabajos en las distintas empresas (públicas o privadas) que coexisten en la sociedad y sus niveles de preparación en una primera etapa, exigen de nuevos aprendizajes necesarios para llegar a un desempeño eficiente, más, una vez superada esta etapa, todos los conocimientos adquiridos en su formación profesional pueden impulsar la producción de nuevos saberes como resultado de la actividad científica. Estos podrán ser utilizados por las empresas en las que se insertan, en función de sus mejoras económicas, atendiendo a que puedan estar vinculados al desarrollo de la producción, los servicios, la dirección empresarial, el marketing o innovaciones en las áreas que las conforman.

El propio carácter de institución educativa y formadora, conduce a la entrega a la sociedad de mejores ciudadanos, con mejores hábitos, con un desarrollo intelectual avanzado, capaces de proyectar, promover y desarrollar proyectos que impulsen el desarrollo social, el cuidado y responsabilidad ambiental, así como el trabajo cooperado, siendo en este sentido que las universidades necesariamente, cada día, tienen que procurar un mejor funcionamiento de sus aulas, para lo cual y como parte de su responsabilidad social, deben velar por que se impartan mejores clases y que sus profesores tengan la adecuada preparación y actualización de sus conocimientos.

La universidad ecuatoriana como parte de su responsabilidad social debe atender la diversidad multiétnica y pluricultural, desarrollando acciones educativas inclusivas que permitan el desarrollo de todos los sectores sociales que coexisten, contribuyendo de esta forma al pleno acceso y difusión de la cultura como el contenido de la educación, aprovechando y desarrollando al máximo su talento humano e incorporando todos los elementos que aportan al saber las culturas ancestrales.

La responsabilidad social vista desde el Plan Nacional para el Buen Vivir menciona que hay que “fomentar el gobierno corporativo, las buenas prácticas empresariales y la responsabilidad social de las empresas públicas como agentes de transformación productiva…” ….. “prevenir, controlar y mitigar la contaminación ambiental en los procesos de extracción, producción, consumo y pos consumo, hay que promover y

regular el cumplimiento de prácticas de responsabilidad social y ambiental adecuadas, mediante acuerdos públicos y privados nacionales, con incidencia internacional…”(Plan Nacional para el Buen Vivir 2013-2017, Senplades, 2013: 122)

En este sentido la universidad conduce la formación de profesionales capaces, preparados para insertarse tanto en empresas privadas como públicas, con un pensamiento reflexivo y responsable ante los problemas medioambientales, éticos y sociales, con conocimientos actualizados, que garantizan las buenas prácticas que tanto necesita la sociedad para su evolución y desarrollo positivo.

Atendiendo a los elementos expresados con anterioridad se parte de la reflexión realizada de Responsabilidad Social Universitaria, donde es vista como “un enfoque ético del vínculo mutuo entre universidad y sociedad. Se trata de un compromiso moral irrenunciable que, a la par que genera nuevos conocimientos relevantes para la solución de los problemas sociales, permite la aplicación directa del saber científico y tecnológico, así como una formación profesional más humanitaria”. (Calle Ramírez & Santacruz Moncayo, 2011: 21)

En el análisis realizado vemos a la RSU como el necesario compromiso que posee la universidad con la sociedad, donde hace corresponder su accionar en función de las propias exigencias que demanda la sociedad para su desarrollo, mediante el perfeccionamiento constante de cada una de sus funciones: la docencia con alto grado de actualización, la investigación y producción de nuevos conocimientos, la extensión universitaria y la organización interna; todo esto acompañado del constante mejoramiento profesional pedagógico de sus profesores en función de promover el desarrollo humano.

Atendiendo al concepto anterior se asume la posición de bidireccionalidad entre universidad y sociedad en cuanto a que en ambas direcciones se aportan saberes: la sociedad produce procesos y soluciones a diversos problemas que en ella se presentan, la universidad profundiza en estos procesos y soluciones y a la vez produce nuevas soluciones aplicando la investigación científica, enriqueciendo la propia teoría a partir de los propios resultados obtenidos en la práctica enriquecedora. Todos estos resultados, la universidad los pone en función del propio

proceso de mejoramiento profesional, que de forma constante realiza como parte de sus funciones.

La Responsabilidad Social Universitaria no puede verse como proyectos a corto plazo, sino como un proceso continuo donde se incorporan paulatinamente nuevos objetivos y tareas, algunas con mayores facilidades para su ejecución, otras que requieren de mayor tiempo y esfuerzos, y otras que solo podrán ver resultados en plazos más largos, pues constituyen procesos de transformaciones que requieren de una continuidad y cuyos resultados dependen de su evolución. En estos casos los resultados no se dan de una vez, sino poco a poco y por etapas.

La Responsabilidad Social Universitaria se manifiesta en el proceso de formación del profesional mediante:

- El desarrollo axiológico: Este elemento forma parte de los fines que persigue hoy la formación de profesionales, tanto en pregrado como en postgrado y es evidente en sus planes y programas de estudios, competencias profesionales, comportamiento social y dominio de los elementos legales. Este aspecto persigue la formación humanista del profesional y cada día adquiere mayor significación para las sociedades que enfrentan hoy a nivel global una crisis de valores.
- La formación integral del profesional como ciudadanos responsables, capaces de dominar el ejercicio de la profesión para el cual se forman, pero a su vez, capaces de valorar los procesos naturales y sociales, de disfrutar el arte en sus diferentes manifestaciones, conocer el uso adecuado de la lengua y comunicarse correctamente, disfrutar del deporte y estar al tanto de los avances de la ciencia, la técnica y la tecnología.
- El dominio de las tecnologías de la información y las comunicaciones, así como la gestión social de la información y el conocimiento, como elementos que hoy son imprescindibles para cualquier profesional y que acompañan el desarrollo tecnológico, donde la calidad de vida de la propia sociedad en que vivimos depende del acceso que tengamos a la información que se socializa mediante el uso de los medios informáticos, el internet y mediante otras vías

que el profesional debe conocer. (bibliotecas, hemerotecas, discografías, medios de difusión masiva, entre otras)

- La participación y acompañamiento de la universidad a los diferentes procesos sociales, productivos y de servicios, garantizando la inserción de sus estudiantes y profesores en los mismos como elemento que facilita la producción de nuevos conocimientos, la investigación científica (tanto hacia los procesos externos como a los procesos internos de la universidad, la cual constituye también una institución social), el desarrollo de proyectos con fines sociales, ecológicos, medioambientales, productivos, entre otros, donde se desarrollen como elementos rectores la práctica como principio y fin del conocimiento y la ciencia como vía para la producción de nuevos conocimientos.

Es importante dejar esclarecido que en el vínculo que establecen las universidades con las distintas entidades y organizaciones sociales, productivas, científicas y de servicios, no se puede perder de vista, que las mismas también poseen Responsabilidad Social, elemento que debe ser visible desde el propio accionar y que debe estar proyectado; por lo que la universidad debe hacer coincidir sus acciones y propósitos enmarcados dentro de la Responsabilidad Social Universitaria con los que persiguen estas instituciones asociadas, lo cual se logra mediante el desarrollo de convenios de colaboración, debidamente establecidos, que expresen objetivos y acciones a desarrollar por ambas instituciones.

Las empresas destinadas a la producción, los servicios, así como las restantes instituciones sociales y científicas en su entorno cuenta con clientes, competidores, empleados, directivos, accionistas, proveedores, tanto del sector público, del privado y de la sociedad en general, así como partes interesadas que se benefician o se afectan en el accionar de las mismas. A estos se les denomina stakeholders o grupos de interés, los cuales no son estáticos, sino que se modifican constantemente ejerciendo influencia en la empresa, requiriendo capacidad competitiva para conservar equilibrio en las relaciones empresariales. Dentro de las instituciones sociales que conforman los grupos de interés referidos anteriormente, encontramos a

las universidades, las cuales se benefician, pues logran insertar como parte de la vinculación, a sus estudiantes y de esta manera constantemente están renovando los temas de investigación, cuyos resultados benefician tanto a la universidad como a la institución en que se producen.

Partiendo de un análisis de documentos que recogen el accionar y los resultados de la Universidad Metropolitana del Ecuador (UMET) en los años 2014 y 2015, (Informe de autoevaluación institucional 2015, Informes de proyectos de investigación, Manual de procedimiento de relaciones públicas, Manual de buenas prácticas de enfoques de programas y proyectos) podemos ahondar en los aspectos que evidencian la puesta en práctica del concepto de Responsabilidad social Universitaria, así como los aspectos que aún deben ser fortalecidos como parte del perfeccionamiento constante de los procesos que en ella se desarrollan.

- Las ofertas académicas de la UMET están sustentadas sobre datos aportados por un diagnóstico social realizado que recoge las necesidades y demandas en la formación de profesionales.
- La UMET desarrolla un proceso de mejoramiento profesional pedagógico en el que involucra a todos sus docentes, desplegando diferentes cursos de superación, así como un programa de formación doctoral, lo cual permite que de forma constante los docentes actualicen sus saberes.
- Se desarrollan proyectos de investigación donde participan alumnos y profesores, los que se vinculan con diferentes instituciones sociales y con empresas públicas y privadas, sumando una cantidad de diez, que responden a tres líneas de investigación, articulando a la vez con los planes de carrera y con el programa de formación doctoral, propiciando la nueva producción de conocimientos que se socializan mediante el desarrollo de eventos científicos, publicaciones de artículos, textos científicos y la inserción de estos nuevos conocimientos como contenidos de los programas de asignatura que desarrollan las diferentes carreras.
- En la UMET se desarrolla un plan de vinculación con la sociedad que responde a su misión y visión institucional, sincronizados con los objetivos y agendas zonales del Plan Nacional del Buen Vivir, en función de las zonas de

desarrollo en que interviene, contribuyendo al cambio de la matriz productiva, la reducción de brechas y desigualdades sociales y económicas y la sustentabilidad patrimonial, no solo con la intensión de elevar la calidad de los procesos académicos, sino también de contribuir al desarrollo social.

- La UMET cuenta con una total política inclusiva, donde ni la condición social, ni la raza, ni la preferencia sexual, ni las creencias, ni las discapacidades son obstáculos para que el estudiante desarrolle su carrera.

  "La Universidad Metropolitana es una de las seis universidades ecuatorianas que acogió en el año 2014 el proyecto de "Política de Cuotas", del Sistema Nacional de Nivelación y

  Admisión de la SENESCYT. En este año la UMET otorgó becas a 42 personas pertenecientes a grupos históricamente excluidos y discriminados que aceptaron su cupo en la universidad. De ellas, el 77% de personas pertenecen al nivel socioeconómico más bajo y cinco personas presentan algún tipo de discapacidad." (Informe de autoevaluación institucional, 2016: 22)
- La universidad desarrolla una campaña en función de elevar la calidad de cada una de sus clases, para lo cual, exige la suficiente autopreparación de cada uno de sus docentes, la actualización constante de la bibliografía que se utiliza, así la superación desde el punto de vista pedagógico en cada una de las carreras.
- La UMET ha implementado un plan de atención médica que incluye a todos sus estudiantes, profesores y trabajadores no docentes, donde en la propia institución se realizan las consultas médicas y atención psicológica, además de garantizar un seguro médico que cubre urgencias y tratamientos prolongados.
- En la carrera de Derecho y como un proyecto de vinculación con la sociedad se implementó un consultorio jurídico que brinda atención gratuita, garantizando viabilizar problemas a personas de bajos ingresos, así como la inserción de estudiantes en las prácticas de representación jurídica, asistidos por tutores.

Aunque todos estos elementos muestran el compromiso que posee la Universidad Metropolitana del Ecuador con la sociedad, haciendo corresponder su accionar en función de las propias exigencias que demanda la sociedad para su desarrollo, se considera que aún es necesario fortalecer y perfeccionar este accionar para así lograr resultados cualitativamente superiores. Entre estos aspectos encontramos:

- Debe ser fortalecido el plan de actividades de extensión universitaria, permitiendo ampliar el vínculo con la sociedad en general y con las instituciones sociales que la conforman, donde no solo sea la universidad quien se inserte en la vida de las mismas, sino también desarrollar actividades en la propia universidad donde estas instituciones participen y aporten a la formación de los nuevos profesionales.
- Deben incrementarse nuevos proyectos de investigación dirigidos tanto al área social como al área de la producción y los servicios, lo cual conduce al desarrollo de nuevos conocimientos, soluciones a problemas existentes y nuevos impactos en beneficio del propio desarrollo social.
- La UMET debe ampliar y desarrollar nuevas campañas publicitarias y de marketing social en aras de dar a conocer a la sociedad todas las acciones que desarrolla y los aportes que realiza a su desarrollo.

Es Importante destacar que la proyección de las políticas de Responsabilidad Social Universitaria de la UMET están centradas en el desarrollo de una ética ejemplar en cada una de las acciones que realiza y la formación de profesionales altamente preparados y competitivos, con alto compromiso social, lo cual necesariamente se logra mediante el desarrollo de un proceso de formación en valores, interdisciplinario, desarrollador y científico.

Conclusiones

Mediante el desarrollo del presente artículo se arriban a las siguientes conclusiones:

- El concepto de Responsabilidad Social Universitaria cada día toma mayor auge a nivel mundial pues constituye una necesidad para el correcto funcionamiento de las universidades, en el desarrollo de sus acciones y el

logro de sus fines como institución que responde a las propias demandas del desarrollo social.

- En Ecuador el concepto de Responsabilidad Social Universitaria se pone en práctica mediante estrategias institucionales cuya principal dirección se encaminan al logro de impactos en el marco de la sociedad, los cuales están en correspondencia con los propios fines que persigue la universidad: la formación de profesionales altamente preparados y la producción de nuevos conocimientos como resultado de la actividad científica, tanto en la formación de pregrado como en la actividad de postgrado.
- La Universidad Metropolitana del Ecuador conduce todos sus esfuerzos al cumplimiento de la Responsabilidad Social Universitaria mediante: una oferta académica sobre la base de un diagnóstico social, el impulso de la calidad de la docencia en cada una de sus carreras, el desarrollo de proyectos de investigación científica, el cumplimiento del plan vinculación con la sociedad, el cumplimiento de una total política inclusiva, el mejoramiento profesional pedagógico de sus docente, así como la entrega a la sociedad de profesionales altamente preparados y competitivos.
- La Universidad Metropolitana del Ecuador aún debe perfeccionar y enriquecer el proceso de Responsabilidad Social Universitaria como el incremento del número de proyectos de investigación científica, la planificación de acciones de extensión universitaria, así como el desarrollo de campañas publicitarias y de marketing social en aras de dar a conocer a la sociedad todas las acciones que desarrolla.
- La Responsabilidad Social Universitaria es un proceso que regularmente debe ser revisado, replanteando sus objetivos y tareas en función de las nuevas exigencias que la propia sociedad demande.

Bibliografía

American Marketing Association . (2011). Marketing News. New Orleans: Journals.

Calle Ramirez, D., & Santacruz Moncayo , T. (2011). Modelo de responsabilidad social universitaria apliocado en la Universidad Politecnica Salesiana sede Cuenca. Cuenca: Universidad Politecnica Salesiana .

Carroll, A. (1991). The pyramid of corporate social responsability. Routledg: Business Horizon.

Comision Europea. (2001). Libro Verde. Bruselas: Comision Europea.

Constitucion de la Republica del Ecuador. (2008). Constitucion 2008. Montecristi: CN.

Etnor. (2011). Guia de responsabilidad social de la empresa. Valencia: Etnor.

Fernandez Sanchez, E. (2010). Administracion de empresas Un enfoque interdisciplinar. España: Paraninfo.

Kotler, P., & Armstrong, G. (2001). Marketing. Mexico: Pearson Educacion.

Ley de Educacion Superior. (2010, Octubre 12). Ley de Eduacion Superior. Ley de Educacion Superior Registro Oficial No. 298. Quito, Pichincha, Ecuador: Registro Oficial.

Pesantez Merchan, M. (2013, Abril). Análisis de la Responsabilidad Social como modelo de gestión empresarial y ventaja competitiva aplicada al sector agroindustrial Ecuatoriano. Cuenca: Universidad del Azuay.

Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. Plan Nacional para el Buen Vivir 2013-2917, Senplades, 2013. Quito Ecuador.

Vallaeys, F. (2007). Responsabilidad Social Universitaria. Mexico: Tecnológico de Monterrey. UMET.2014. Instructivo del comité científico para la mejora de la retención inicial. Comisión de Innovación Institucional; Comité Científico; 29 de octubre de 2014.

UMET. 2016. Informe de autoevaluación institucional 2015 y recategorización. WWW/umet.edu.ec, (documento en formato digital)

UMET. 2015. Manual de procedimiento de relaciones públicas.

UMET. 2015. Manual de buenas prácticas de enfoques de programas y proyecto.

Título: Software educativo para el estudio de la Morfología en estudiantes de primer año de la carrera de Cultura Física.

Autor: Arnaldo Jesús Amaro Quiñones. aamaroq@fcf.uho.edu.cu. Estudiante
Institución: Facultad de Cultura Física de la Universidad de Holguín
País: Cuba

Resumen

La formación del profesional, proporciona a los estudiantes universitarios una amplia cultura científica y conocimientos avanzados en las áreas correspondientes del saber. La problemática parte de la ausencia de un producto informático que facilite el acceso y la utilización óptima de la información científico- técnica de los estudiantes. Se confecciona un software educativo para favorecer el autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la Carrera de Cultura Física en Holguín. En el proceso investigativo se utilizaron métodos en el orden teórico como el analítico- sintético, histórico-lógico, inducción-deducción y en los empíricos: la entrevista, la encuesta, la consulta de documentos oficiales, la medición y el criterio de especialistas. Para la confección del mismo se utilizaron como Tecnologías y Herramientas, Kiwix, Internet Explorer y Mach Ware Mediator 8.

Como principales resultados se encuentran que el diagnóstico aplicado permitió constatar las insuficiencias existentes en el aseguramiento de la bibliografía básica de la asignatura morfología, la multimedia diseñada facilita al estudiante de primer año de la carrera, consultar la bibliografía y los conocimientos actualizados, que forman parte de los contenidos que reciben para elevar la calidad de proceso enseñanza aprendizaje a este nivel, el método criterio de especialistas y la medición realizada demostraron la factibilidad y efectividad de la multimedia elaborada.

Palabras Claves: Morfología Funcional, software, aparato locomotor.

Introducción

Los procesos académicos y científicos desarrollados en las universidades en todo el mundo, está en estrecha relación con el desarrollo tecnológico alcanzado por la

sociedad, con la inserción del uso de las Tecnologías de la Información (TICs) y las Comunicaciones, lo que constituye una tendencia revolucionaria que transforma la manera tradicional de concebir el proceso de educación.

Actualmente en las condiciones en que se desarrolla la Educación Superior Cubana y sus modelos pedagógicos, es fundamental la integración de las (TICs) en la formación del profesional.

La formación académica se ha visto ayudada en gran medida por Internet, principalmente en las universidades en la creación o la utilización de modelos informáticos que constituyen herramientas novedosas en función de la información y el conocimiento en la educación de pregrado, ejemplo de ello lo constituye la plataforma Moodle, para la educación a distancia, modalidad de la Tecnología educativa.

Los cambios suscitados en los últimos años en las distintas formas de educación a distancia y de enseñanza semipresencial, mediatizadas por las nuevas tecnologías. Resultan evidentes especialmente, en lo que respecta a la tecnología multimedia, se han producido diversos materiales educativos de gran utilidad en las diferentes etapas del proceso de enseñanza aprendizaje, en cuanto a la motivación y participación activa de los estudiantes y también con impactos favorables en el aprovechamiento docente y rendimiento escolar.

Esta tecnología educativa ofrece materiales que propician el autoaprendizaje del sujeto, lo que es utilizado por diferentes disciplinas y asignaturas como la Morfología que cuenta con textos digitales, páginas web y Software , de autores como, González La Nuez (2003), que elaboró páginas web para la carrera de Medicina y para la carrera de Licenciatura en Cultura Física, se consultó un folleto digital de Morfología funcional y deportiva elaborado por colectivo de autores, pero el mismo es muy general y carece de herramientas para el autoaprendizaje de los estudiantes.

En múltiples revisiones bibliográficas realizadas por este autor no se evidencia hasta el momento, la existencia de un producto digital dirigido a la asignatura Morfología que se cursa en la Carrera de Cultura Física que les favorezca el autoaprendizaje a los estudiantes.

En un diagnóstico exploratorio y luego de haber aplicado instrumentos como entrevistas y encuestas a profesores que imparten la asignatura y estudiantes del Primer año de la carrera Cultura Física, para conocer cuáles son las necesidades de información especializada que demanda el contenido de la asignatura se pudo determinar las siguientes limitaciones:

- La bibliografía básica impresa aparece en ejemplares únicos.
- La información por temas de estudios se encuentra dispersa.
- Abundante información en portador digital del curso que dificulta su utilización por los alumnos.
- Escasa bibliografía que relacione el contenido de la asignatura con la actividad deportiva.
- No se dispone de un producto informático que esté dirigido al proceso de enseñanza aprendizaje dela asignatura.

Estos criterios permitieron declarar el siguiente **problema científico:**

¿Cómo desarrollar el proceso de autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la carrera Licenciatura en Cultura Física en la asignatura Morfología?

El anterior problema científico tiene como **objeto de estudio** el autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la carrera Licenciatura en Cultura Física

Para solucionar el problema científico se persigue el siguiente **objetivo**: elaborar un software para el desarrollo del autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la carrera Licenciatura en Cultura Física.

Para ello se delimita como **campo de acción**: las TICs en las demandas de acceso y utilización de la información científico- técnica en el autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la carrera Licenciatura en Cultura Física.

Para orientar el proceso de investigación se propusieron las siguientes **preguntas científicas:**

1. ¿Cuáles son los fundamentos teórico-metodológicos que sustentan el desarrollo del proceso de autoaprendizaje de los estudiantes de enseñanza universitaria?

2. ¿Cuál es el estado actual del desarrollo del proceso de autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la Licenciatura en Cultura Física en la asignatura Morfología?

3. ¿Qué componentes y elementos deben conformar el software para el autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la Licenciatura en Cultura Física en la asignatura Morfología?

4. ¿Qué nivel de pertinencia presenta el software elaborado para desarrollar proceso de autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la Licenciatura en Cultura Física en la asignatura Morfología?

Para lograr el objetivo de la investigación se plantean las siguientes tareas:

1. Determinar los sustentos teórico - metodológicos que justifican el desarrollo del proceso de autoaprendizaje de los estudiantes de la enseñanza universitaria.
2. Diagnosticar el estado actual del desarrollo del proceso de autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la Licenciatura en Cultura Física en la asignatura Morfología.
3. Determinar los componentes y elementos que deben conformar el software para el desarrollo del autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la Licenciatura en Cultura Física en la asignatura Morfología.
4. Evaluar el nivel de pertinencia que presenta el software para el autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la Licenciatura en Cultura Física en la asignatura Morfología.

Durante el proceso investigativo se emplearon como métodos y procedimientos:

Métodos del nivel teórico:

Análisis y síntesis: Se utilizó en la elaboración de los fundamentos teóricos, en el procesamiento de la información

Histórico y lógico: su aplicación permite conocer los antecedentes, evolución y el desarrollo actual del tema abordado, así como algunas propuestas realizadas por investigadores a nivel nacional.

Inducción- deducción: facilita el análisis del sujeto de investigación al aplicar la propuesta y valorar su efectividad.

Métodos empíricos:

Encuesta: a estudiantes del primer año de la carrera de Cultura Física dirigida a conocer el estado de opinión acerca de la construcción de un Software educativo para estudiantes de primer año de la carrera.

Entrevista: a profesores de la asignatura para obtener información acerca de la carencia de materiales de uso didáctico desde su experiencia por el proceso y la búsqueda de opiniones y conocimientos de expertos; además de recopilar elementos para el análisis del sistema.

Consulta de documentos oficiales: en la revisión de documentos como textos básicos, materiales de apoyo.

Criterio de especialistas: para valorar la pertinencia del Software educativo.

Procedimientos matemáticos:

La estadística descriptiva con distribución de frecuencia: para el procesamiento de los datos resultantes de la aplicación de los instrumentos.

Población y muestra:

Para la realización de la presente investigación, se consideró como población a 34 estudiantes de primer año de la Carrera de Cultura Física.

Se tomó como muestra intencional 24 estudiantes, los que representan el 70,28 % del total. Para la selección de la misma se tuvo en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- ✓ El interés por el empleo de la computación.
- ✓ Motivación por la asignatura
- ✓ Insuficientes conocimientos en la utilización de la información científico-técnica.

Novedad

Un software que contiene los principales conceptos y definiciones de la morfología funcional, de la estructura y función de los órganos y sistemas del organismo humano, el cual constituye una herramienta para el autoestudio y el autoaprendizaje de los estudiantes de primer año de la carrera Licenciatura en Cultura Física.

El aporte práctico se concreta en un software educativo que se utilice como guía para el auto estudio de la asignatura de Morfología Funcional.

Novedad científica radica en la organización de los principales contenidos de la asignatura, agrupando las temáticas de manera armónica en la relación inter-materia

Desarrollo

Los procesos de formación del profesional en Cuba se rigen por diferentes normativas y resoluciones. Es necesario resaltar que en la actualidad se establecen las principales direcciones de trabajo hacia un profesional altamente calificado, en la cual concurren varios procesos formativos y de desarrollo, no solo lo docente educativo, sino también la investigación, la innovación, la creación y otros, articulados armónicamente en una propuesta pertinente a este nivel.

El desarrollo social exige de procesos continuos de creación, difusión, transferencia, adaptación y aplicación de conocimientos. El saber, estrechamente vinculado con la práctica es una fuerza social transformadora que el en la formación del profesional fomenta permanentemente para promover el desarrollo sostenible de la sociedad.

El estudiante adquiere conocimientos, habilidades profundas y amplias en un campo del saber, así como madurez científica. Se propone como objetivo formar y desarrollar, a partir de los graduados universitarios el desarrollo de cada rama de actividad, de acuerdo con las necesidades presentes y futuras del país.

La evaluación final exige la demostración de las habilidades requeridas (investigación, innovación u otras), rigor teórico y metodológico y adecuado conocimiento del estado del arte nacional e internacional de los temas abordados.

La introducción gradual de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza- aprendizaje es una realidad en todas las formas de enseñanza en la educación cubana, por ello es necesaria la formación de los recursos humanos capaces de interactuar con ellos, ya sean docentes o estudiantes. Al respecto, Horruitiner (2006) en su libro: La universidad cubana: El modelo de formación, manifiesta en relación con el tema plantea que:

“No se trata, simplemente de introducir las TIC en las asignaturas; se trata, en

esencia, de transformarlas con el empleo de estos recursos. La palabra clave es transformar y esa transformación a la que se aspira es, ante todo, una transformación de carácter pedagógico".

El autor antes mencionado agrega:

"El impacto social de las TIC toca muy de cerca de las universidades, propiciando modificaciones en las formas tradicionales de enseñar y aprender.

"Entre las claves fundamentales para el éxito está el lograr que el aprendizaje se convierta en un proceso natural y permanente para estudiantes y docentes. Es tarea de los educadores utilizar las TIC como medios para propiciar la formación general y la preparación para la vida futura de sus estudiantes, contribuyendo al mejoramiento, en el sentido más amplio, de su calidad de vida."

La Universidad de Holguín y en ella Facultad de Cultura Física no está ajena al proceso de informatización, por ello cada día son mayores los esfuerzos para introducir las TICs en pos del aprendizaje y autoaprendizaje de las diferentes disciplinas, y muy especial en el campo de las Ciencias Aplicadas, que por la complejidad del contenido de las mismas se necesita de herramientas que le ofrezcan al estudiante una mejor autopreparación.

Es importante destacar que para el buen desempeño profesional de los graduados universitarios juega un papel fundamental la actualización en relación con los adelantos de la ciencia y la técnica. Preferentemente en las TICs una limitante evidente en estos momentos es la falta de bibliografía, lo que dificulta el autoaprendizaje de los alumnos, que se soluciona mediante la confección de productos informáticos dirigidos a darle respuestas a esta problemática.

Resulta de gran importancia hacer referencia a las tendencias pedagógicas actuales que fundamentan el uso de las TICs en la formación de los profesionales, de ellas las más importantes: la enseñanza desarrolladora y la tecnología educativa.

El término de enseñanza desarrolladora ha sido trabajado por autores clásicos en las Ciencias Pedagógicas como Pidkasisti, Danilov y Skatkin y Labarrere, citado por Romero (2005) como una de las funciones que constituye un requisito esencial para el proceso de enseñanza y recientemente, Castellanos (2006), Concepción y

Rodríguez
(2006). Se asume en la investigación las definiciones de Enseñanza desarrolladora trabajadas por Castellanos (2001), y la de Concepción y Rodríguez (2006), respectivamente, cuando manifiestan que es:

"...el proceso sistémico de transmisión de la cultura en la institución escolar en función del encargo social, que se organiza a partir de los niveles de desarrollo actual y potencial de los y las estudiantes, y conduce el tránsito continuo hacia niveles superiores de desarrollo, con la finalidad de formar una personalidad integral y auto determinada, capaz de transformarse y de transformar su realidad en un contexto histórico concreto."

"Es aquella que centra su atención en la dirección científica de la actividad práctica, cognoscitiva y valorativa de los escolares; que propicia la independencia cognoscitiva y la apropiación del contenido de enseñanza, mediante procesos de socialización y comunicación, que contribuye a la formación de un pensamiento reflexivo y creativo, que permita al alumno operar con la esencia, establecer los nexos, las relaciones y aplicar el contenido en la práctica social, que conlleva a la valoración personal y social de lo que se estudia, así como al desarrollo de estrategias metacognitivas y que contribuya a la formación de acciones de orientación, planificación, valoración y control, cumpliendo de esta forma funciones instructiva, educativa y desarrolladora."

Al analizar estas definiciones se puede constatar que tienen un alto grado de generalidad que permite que se puedan aplicar en cualquier nivel de enseñanza, teniendo en cuenta el encargo social de cada institución y su contexto ocupacional. Por lo tanto, se encuentra en correspondencia con la necesidad de la formación integral de los graduados universitarios de la República de Cuba. Se debe destacar la importancia de esta tendencia
en la formación integral de la personalidad de los estudiantes a través del proceso docente.

Por otra parte, Romero (2005) enfatiza en el término clase desarrolladora y considera que:

“Es la forma de organización donde se concretan los objetivos comunes, donde se ejecuta la acción fundamental para la formación de la personalidad a que está dirigida la enseñanza desarrolladora”

Es importante hacer referencia también al término Aprendizaje desarrollador trabajado por autores como Labañino y Del Toro (2002), Castellanos (2006), Concepción y Rodríguez (2006), quienes han emitido sus criterios al respecto del uso de las Tecnologías en este proceso. Labañino y Del Toro (2002), refieren que:

“Es necesario que en el ámbito educacional se gane conciencia de que los empleos de estos nuevos medios impondrán marcadas transformaciones en la configuración del proceso pedagógico, con cambios en los roles que han venido desempeñando los diversos actores del mismo. Nuevas tareas y responsabilidades esperan a estudiantes y profesores, entre otras, los primeros tendrán que estar más preparados para la toma de decisiones y la regulación de su aprendizaje y los segundos para diseñar nuevos entornos de aprendizaje y servir de tutor de los estudiantes, al pasarse de un modelo unidireccional de formación, donde él es el portador fundamental de los conocimientos, a otros más abiertos y flexibles en donde la información se encuentra en grandes bases de datos compartidas por todos”

“Lo anterior no supone que se abandone el concepto esencial del modelo de formación cubano- centrado en la labor educativa del profesor-, sustituyéndolo por la computadora o relegándolo a un segundo plano, por el contrario, esta labor se refuerza con estas herramientas, toda vez que el profesor pueda utilizarlas para extender su influencia educativa fuera de las aulas, utilizando los recursos informáticos disponibles en la universidad.”

“Un aprendizaje desarrollador es aquel que garantiza en el individuo la apropiación activa y creadora de la cultura, propiciando el desarrollo de su auto-perfeccionamiento constante, de su autonomía y autodeterminación, en íntima conexión con los necesarios procesos de socialización, compromiso y responsabilidad social.”

Por otro lado, Concepción y Rodríguez (2006) plantean que:

“Es una forma del proceso de apropiación de la experiencia histórico social de la

humanidad, expresada en el contenido de enseñanza, que se prepone que el alumno participe activa, consciente y reflexivamente, con la dirección del maestro o profesor en la apropiación de conocimientos y habilidades para actuar, en interacción y comunicación con los otros, y así favorecer la formación de valores, sentimientos y normas de conducta.

Por lo que un conocimiento adecuado de la Morfología funcional del cuerpo humano durante la realización de actividad física, es esencial para llevar una vida saludable; de la misma manera, lo es para comprender los estados patológicos estudiados por quienes trabajan en el campo de la medicina o el deporte.

La Morfología, conocida también como Anatomía, pertenece al grupo de Ciencias Biológicas, disciplina que trata de la estructura y las relaciones espaciales, de la constitución de los organismos y la arquitectura del organismo en acción y su relación con actividad deportiva, en la misma se aborda la estructura y funciones del Aparato Locomotor, particularizando en los movimientos de los segmentos corporales y las acciones musculares necesarias para realizarlos.

Esta asignatura posee gran importancia para la carrera, ya que tributa al resto de las asignaturas básicas, básicas específicas y del ejercicio de la profesión a través de la aplicación de los conocimientos morfológicos en las valoración de las técnicas durante la ejecución de las actividades deportivas teniendo en cuenta los cambios morfofuncionales de los diversos sistemas de órganos en el organismo humano sometidos a la acción de las actividades físicas sistemáticas, contribuyendo a la selección de sistemas de ejercicios para garantizar la movilidad muscular, la capacidad muscular y mantener el estado de salud de los individuos.

Esta asignatura cuenta con textos como Anatomía Humana de M. Prives y Atlas de Anatomía humana de R.L Sinelnikov, son excelentes libros de texto pues tiene un enfoque marxista de la ciencia, su contenido en general es bastante amplio y es tratado con muchos detalles lo que se adapta a nuestro sistema de enseñanza con un orden lógico pero muy extenso. Presenta, además, datos de la Anatomía funcional, aplicada y radiológica, pero requiere de actualización en algunos términos anatómicos y en determinados aspectos planteados en el libro.

Esta asignatura Morfología carece de textos básicos y complementarios, ya ha sido abordado en un material de apoyo elaborado por la MS.C Sara Pérez Cuadrado en el año 2000, pero no contempla todo contenido a tratar en clases y carece de láminas lo que dificulta su comprensión. Por la importancia del contenido correspondiente a esta temática y por la carencia de textos básicos y complementarios, se le confiere importancia a este material que como comprendio, lo aborda.

I. Para la realización del presente Software se utilizaron las Tecnologías y Herramientas

- Kiwix
- Internet Explorer
- Mach Ware Mediator 8

Este software educativo para el estudio de la morfología en estudiantes de primer año de la carrera de cultura física se ha elaborado con la finalidad de cubrir una necesidad en el estudio de la Anatomía en estos momentos, para actualizar y complementar algunos aspectos relacionados con estos temas tratados en los libros de textos vigentes en el plan de estudio de la Licenciatura en Cultura Física.

II. **Se presenta en dos temáticas según se organiza el programa de la asignatura para el plan E quedando de la siguiente manera**.

Tema I Introducción al estudio del organismo humano. Generalidades biológicas

- Célula: generalidad celular. Diferenciación y especialización celular.
- Tejido, concepto y clasificación.
- Tejido óseo, muscular, sanguíneo y nerviosos.
- Organismo: integridad, homeostasis, regulación y adaptación.
- Regiones y sistemas del cuerpo humano.

Tema II Estudio del sistema locomotor.

- El sistema locomotor y sus funciones.
- Consideraciones sobre la locomoción humana.
- Terminología anatómica: movimientos, planos y ejes.
- El hombre como sistema físico.

- Osteología. Artrología general: concepto y funciones de las articulaciones; clasificación de las articulaciones.
- Miología general: Tipos de tejido muscular
- Esqueleto y articulaciones de la cabeza, del tronco. Movimientos para la dinámica ventilatoria.
- Músculos del tronco.
- Esqueleto y articulaciones del miembro superior:
- Músculos del miembro superior.
- Esqueleto y articulaciones del miembro inferior.
- Músculos del miembro inferior:

En cada una de las temáticas se acompañan de láminas lo que posibilita su comprensión, además de imágenes radiológicas, videos, también se presentan tareas autoevaluadoras, y para su elaboración se tuvo en cuenta las asignaturas prácticas según currículo docente; estableciendo una relación de interdisciplinariedad

III. Análisis de los resultados de la aplicación del método Criterio de los especialistas

En la constatación de la factibilidad del Software, se aplicó el método Criterio de especialistas, en el que intervinieron 15 personas pertenecientes el claustro de profesores de la disciplina y especialistas en las TICS de la Facultad de Cultura Física de Holguín.

Para su ejecución se elaboró un instrumento en el que se tuvo en cuenta los siguientes indicadores para determinar la pertinencia del Software:

- Importancia
- Nivel científico
- Nivel didáctico.
- Sostenibilidad en la práctica
- Posibilidades de generalización

Para su evaluación se propuso la siguiente escala:

- Muy adecuado
- Adecuado

- No adecuado

Una vez realizada la presentación del Software a los especialistas se sometió a criterio y los resultados fueron los siguientes:

Tabla Resultados del criterio de los especialistas

Indicadores	Muy adecuado		Adecuado		No adecuado	
	Cant.	%	Cant.	%	Cant.	%
Importancia	18	100	-	-	-	-
Nivel científico	15	83.33	3	16.67	-	-
NIvel didáctico	16	88.89	2	11.11	-	-
Sostenibilidad en la práctica	18	100	-	-	-	-
Posibilidades de generalización	18	100	-	-	-	-

En el primer indicador *Importancia,* el 100 % de los participantes coincidieron en reconocer como Muy adecuado el medio elaborado para dar aseguramiento informativo al Software, plantearon, además, que este producto da salida a la Estrategia curricular de Computación para el pregrado.

Al referirse al *Nivel científico*, 15 especialistas, para un 83.33 % refieren que existe cientificidad en el producto elaborado, mientras que 3 de ellos que representan el 16.67 % plantearon que aún le falta contenido para garantizar al 100 % el aseguramiento necesario.

En lo relacionado con el *Nivel didáctico*, 16 especialistas (88.89 %) coinciden en plantear como Muy adecuado el medio de enseñanza diseñado para este nivel, pues cumple con los elementos esenciales para que el proceso sea bilateral y sirva para complementar las clases que imparte el profesor en el aula, no obstante, 2 participantes (11.11 %) ven como Adecuado el Software pues consideran que es necesario incluirle una ayuda y un evaluador para la retroalimentación con el profesor, dada por las limitaciones en cuanto a desarrollo de habilidades informáticas tienen los estudiantes de primer año.

En el indicador *Sostenibilidad en la práctica,* el 100 % de los especialistas consideró como Muy adecuado la elaboración del Software pues refieren que la

información (en portador digital). se actualiza con gran facilidad, lo que garantizaría mantener y enriquecer el medio para su consulta.

De igual forma el 100 % de los participantes en el instrumento valoraron como Muy adecuado el indicador *Posibilidades de generalización*, pues manifestaron que el medio se puede extender al resto de las facultades de Cultura Física.

No obstante, de la aplicación del Criterio de especialistas se derivaron las siguientessugerencias:

- Incluirle una ayuda o guía para su utilización por el usuario.
- Que sea hospedada en un sitio para su consulta por los estudiantes y profesores.

Conclusiones

- La sistematización de los fundamentos teóricos y metodológicos sobre el autoaprendizaje en la universidad cubana actual, el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) en este proceso y las características del software como sistema gestor de contenido educativo y sus potencialidades para la creación de aulas virtuales sustentaron la realización de la presente investigación.
- El diagnóstico aplicado permitió constatar las insuficiencias existentes en el aseguramiento bibliográfico para ser consultada por estudiantes de primer año de la Carrera Licenciatura en Cultura Física.
- El uso del Software constituye una vía para elevar la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje estudiantes de primer año de la Carrera Licenciatura en Cultura Física pues facilita el desarrollo de las habilidades en el uso de las TICs, mayor acceso al conocimiento y al aprendizaje creativo, la consulta de la bibliografía y los conocimientos actualizados.
- La creación de esta multimedia posibilitó realizar un resumen del contenido de la asignatura favoreciendo a una óptima búsqueda en los contenidos de la misma.

RECOMENDACIONES

- Qué el Software propuesto esté a disposición por estudiantes de primer año de la Carrera Licenciatura en Cultura Física, claustro de profesores y

de todos los usuarios interesados en el tema, en la red y situarlo en el Centro de Información Científico Técnica de la Facultad de Cultura Física de Holguín como un medio de enseñanza.

- Que se mantenga actualizado por parte de los especialistas del departamento Ciencias aplicadas de la Facultad, teniendo en cuenta las necesidades de bibliografía que surjan

BIBLIOGRAFIA

1. Adarraga, P. (1985) Criterios educacionales en la selección de software. En PFEIFFER, Amalia; Galván, Jesús. Informática y Escuela Madrid: Fundesco.
2. Álvarez de Zayas, Carlos. y Sierra, V. (1998) Metodología de la Investigación Científica. Centro de Estudios de la Educación
3. Álvarez de Zayas, Carlos. (1995). Metodología de la investigación científica. Centro de estudio de Educación Superior “Manuel P. Gran”. Santiago de Cuba. [En Base de Datos]
4. ArturGuyton. (1989). Fisiología Humana 6ta edición. Editorial Revolucionaria, La Habana,
5. Castellanos, D. (2001) La comprensión de los procesos del aprendizaje: apuntes para un marco conceptual. Centro de Estudios Educacionales. La Habana, ISPEJV.
6. CESOFTE (1992) Metodología para la evaluación del software educativo. Taller Nacional, La Habana.
7. Coloma, O. (2009) Concepción didáctica para la utilización del software educativo en el proceso de enseñanza aprendizaje. Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Holguín, Universidad de Ciencias Pedagógicas "José de la Luz y Caballero".
8. Concepción, García, María R. y Rodríguez Expósito, Félix (2006) Rol del profesor y sus estudiantes en el proceso de enseñanza aprendizaje. Holguín, Ediciones Holguín.
9. Colectivo de autores. (2005). Cuaderno de trabajo de Morfología Funcional. Empresa Gráfica de Villa Clara.

10. Córdova Martínez, Carlos A. (2006) Consideraciones sobre Metodología de la investigación. Holguín, Universidad “Oscar Lucero Moya”. Centro de Estudios sobre Cultura e identidad. [En Base de Datos].
11. Chacón F. (1994) Un modelo de evaluación de los aprendizajes en Educación a Distancia. Presentado en el Primer Simposio Internacional de Educación a Distancia. Bogotá.
12. Dolores Córdova, María. (s.f) Aprendizaje y desarrollo Pág. 12.
13. Fernández Rodríguez, Fernando T. (2007) Alternativa pedagógica para el desarrollo del autoaprendizaje, un imperativo actual en la educación integral de los adultos. Evento Pedagogía 2007. Ciudad de la Habana.
14. Horruitiner Silva, Pedro (2007) El problema de la calidad, el acceso y la pertinencia. En su: La universidad cubana: el modelo de formación. En Base de Datos. Revista Pedagogía Universitaria (Ciudad de La Habana) Vol. XII No. 4:92-132.
15. Hurtado Lurbelo, Fermin J. y cols. (2009) El uso del software educativo en la escuela cubana y su impacto en el aprendizaje de los estudiantes. Curso 40 Evento pedagogía 2009. Ciudad de la Habana. En CD-ROM.
16. Materiales de consulta y actualización elaborados por el colectivo de profesores de la asignatura.
17. Manzur, S. y cols. (2006). Guía de estudio de Morfología Funcional. 2^{da}edición. Morfología Funcional Deportiva. R. Hdez. Corvo. (1986). Editorial Científico Técnica. C. Habana.
18. Pérez Cuadrado Sara. (2000) Material de apoyo de Miología para la asignatura Morfología
19. Pérez Márquez, Raúl (2000) Funciones del Software Educativo. [En Base de Datos].
20. Prives, M. et al. (1984). Anatomía Humana. Editorial Mir, Moscú, 6^{ta}edición.
21. R. N. Sinélnikov. (1984). Atlas de Anatomía Humana, 4^{ta}edición. Editorial Mir, Moscú.v

22. Romero Ochoa, Cándida y cols. (2006) La enseñanza desarrolladora en la formación integral del profesional de la Cultura Física.Revista Deporvida (4) Holguín, Facultad de Cultura Física.

Título: Análisis Biomecánico de Beisbol para optimizar la técnica del Lanzamiento.

Autores: M.Sc. María Adela Ceballos Rubio
M.Sc. Sixto Conrado Martínez Fernández
Técnico: José Carlos García Bohigas
Cesar Deulofeu Salgado. Alumno de 5to año UCCFD

Institución: Centro de investigación del Deporte Cubano (CIDC). Laboratorio Biomecánica

País: Cuba

Resumen

El Béisbol es conocido como el Deporte Nacional de Cuba, proporcionándole al país grandes logros a nivel internacional durante toda la historia, mostrando al mundo su supremacía y elevada preparación técnico-táctica, siendo capaz de imponerse a grandes adversarios en diferentes latitudes del mundo.

Sin embargo, en estos momentos se requiere de una intervención directa en cuanto al trabajo del movimiento técnico de los lanzadores se refiere, por el alto nivel de ejecución y efectividad que presenta esta área a nivel internacional y lo que esto significa para asegurar la victoria en el juego, por lo que se hace imprescindible el uso de la tecnología en el análisis de los movimientos.

Se pretende por tanto, conocer las diferencias que existen cuando se realiza el lanzamiento de recta de frente con control visual del receptor y sin control visual del mismo, posibilitando esto realizar una comparación de los errores que se cometen en un caso y el otro.

Se contó con una población de dos lanzadores activos y de experiencias y se aplicó el método biomecánico de investigación, específicamente el procesamiento de los videos con el software HUMAN versión 5.0.

Se obtuvo diferencias en la ejecución de la acción además de determinarse errores en la ejecución del movimiento.

Introducción

El Béisbol constituye el deporte de mayor popularidad en Cuba, siendo reconocido como el Deporte Nacional, proporcionándole al país grandes logros a nivel internacional a través de la historia.

Se conoce que es un deporte de equipo y que cada jugador desempeña su función específica en el terreno.

Sin embargo, existe un desempeño específico que define en gran medida el logro de la victoria y este es el del lanzador.**Para Reynaldo (2006)**, el lanzador representa entre el 60% y el 70% de la capacidad defensiva de un equipo de pelota, por tal motivo se es de la opinión que debe contar con un correcto aprendizaje del movimiento técnico y un alto nivel de maestría de ejecución de las acciones que realiza.

La acción fundamental que realiza el lanzador es lanzar, partiendo el movimiento desde los miembros inferiores, transmitiéndose el impulso a través de la cadena cinemática por el resto de los segmentos del cuerpo hasta la mano y de esta a la pelota, permitiendo que se dirija durante su desplazamiento hasta el lugar previamente determinado.

Hoy en día, se hace necesario alcanzar una alta maestría técnica en las diferentes acciones del lanzador, debido a que se ha alcanzado un alto dominio de esta acción en el ámbito deportivo mundial y que es imposible lograr sin una representación clara y correcta ejecución del movimiento.De no ser así, traerá como consecuencias, la existencia de errores técnicos que no permiten que se cumpla el objetivo fundamental de la acción, desencadenando posibles lesiones físicas, obligándolos a abandonar los juegos por algunas semanas, meses, o incluso para siempre.

Cuando se ha alcanzado cierto grado de dominio del movimiento de una técnica deportiva, donde se logra un determinado nivel de maestría técnica en las categorías superiores, por la razón de realizarse los movimientos muy rápidos, el ojo humano es incapaz de advertir posibles posiciones inadecuadas de algunos miembros del cuerpo durante la ejecución del elemento técnico, como tampoco permite conocer las variaciones que producto a esto sufren los indicadores

cinemáticos como: valores de ángulos articulares, trayectoria de algún punto importante del cuerpo, y en su más alta expresión, indicadores como el desplazamiento, velocidades o aceleraciones en las diferentes fases del movimiento donde se cumplimenta el objetivo de la tarea motora.

Por tal motivo se hace necesario una intervención directa de la tecnología que sirva de ayuda a los entrenadores sobre la información de la ejecución de los movimientos de sus lanzadores.

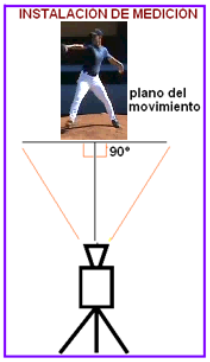
La Biomecánica como ciencia, contribuye al análisis de los movimientos de los lanzadores, auxiliándose de sus métodos de investigación, específicamente de la filmación de la acción motora, procesándose las imágenes con software especializados y adquiriendo datos de diferentes indicadores cinemáticos, que al ser analizados aporten los conocimientos necesarios, de los cuales parten las estrategias de trabajo para el entrenamiento individualizado de los lanzadores.

Se pretende por tanto analizar la cinemática del movimiento del lanzamiento de recta de frente con control visual del receptor y sin control visual del mismo en dos lanzadores con experiencias en el deporte.

Desarrollo

Para este trabajo se utilizaron los métodos de *análisis-síntesis,*permitiendo conocer el comportamiento de las características cinemáticas, identificándose las particularidades en cada una de ellas, así como relacionarlas entre sí y obtener sus generalidades. El método i*nductivo-deductivo* facilitó relacionar las generalidades del comportamiento de las características cinemáticas.La técnica biomecánica de *filmación* posibilitó captar las imágenes de los movimientos realizados por los atletas en el lanzamiento de recta quedando grabados en cuadros de filmación.

Se utilizó una cámara de filmación marca SONY con puerto USB con capacidad de tarjeta de memoria, un trípode, un listón de medidas de 1.80 muna computadora marca LG de fabricación Japonesa además del software deedición de imágenes TMPGEnc 4xp Portable. Se procesaron las imágenes con el software HUMAN, versión 5.0



Sobre el montículo, de lado al plano de lanzamiento, se situó una cámara de video fija sobre un trípode en forma perpendicular al plano del movimiento, de manera que el lente óptico formara un ángulo de 90º con la línea media del plano, quedando aproximadamente a la altura del centro de gravedad del cuerpo (CGC). (Instalación de medición). Se filmó un listón de medidas al inicio y al final del movimiento en posición horizontal para establecer la escala de medición. Se le orientó al atleta realizar varias repeticiones del movimiento, imitando la situación de juego. La filmación se realizó el mismo día en la sesión de la mañana.

Se obtuvo los datos de los indicadores cinemáticos de desplazamiento del CGC, comportamiento de la velocidad del CG de la mano derecha e izquierda y longitud del paso.

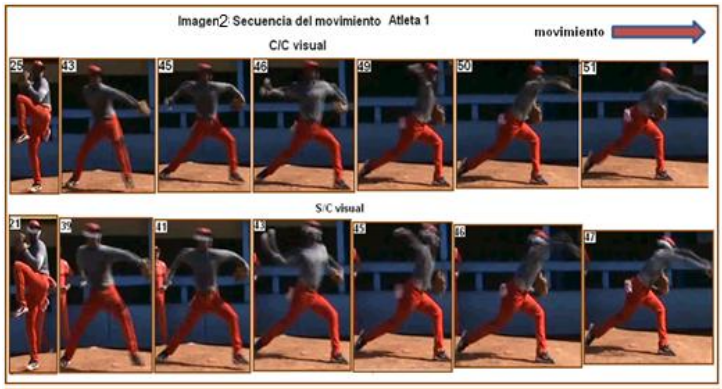
El movimiento se analiza bajo dos condiciones estrictamente definidas: una con control visual de la posición del receptor y sin control visual de la posición del receptor, aunque sí con control de la dirección y sentido hacia donde debe realizar el lanzamiento. Para la primera prueba, por la experiencia adquirida por los atletas analizados en el movimiento, se considera que no existen complicaciones durante su ejecución, no ocurriendo así para la segunda, instante donde se producen complejos procesos de representación del movimiento a nivel de corteza cerebral, que provocan variaciones significativas en el movimiento.

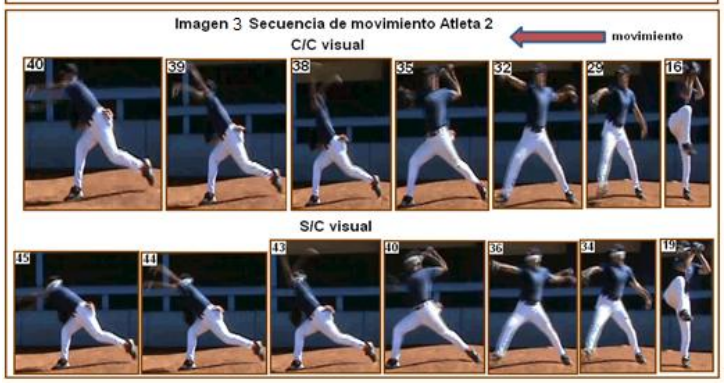
Imagen 1 . División del movimiento en fases c/control y s/control visual.

Se dividió la acción en cinco fases según la tarea del movimiento en: (Imagen 1) fase de ascenso de la pierna de péndulo, fase de descenso de la pierna de péndulo, fase de impulso de la mano de lanzar, fase de lanzamiento, fase de recuperación.

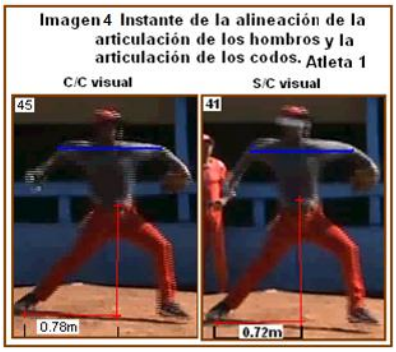
Cuando se analiza la secuencia del movimiento para ambos atletas en las pruebas, se observa que en la fase de descenso de la pierna de péndulo e impulso de la mano que lanza se traslada todo el peso del cuerpo hacia adelante,

sin embargo para Pérez Delgado y Aguilar Barrera (2012), a medida que lapierna de péndulo comienza a descender, debe mantenerse un pleno control del equilibrio del cuerpo, manteniendo la mayor parte del peso del cuerpo en la pierna de apoyo, manteniendo la mayor parte del peso del cuerpo en la pierna de apoyo.





En ambos atletas y en ambas mediciones se incluyen dentro de la fase de descenso la pierna de péndulo la alineación horizontal de las articulaciones de los hombros con las articulaciones de los codos, acción que debió haberse realizado durante el apoyo, por lo que se demuestra que se precipitan las fases, y no se realiza correctamente la transmisión del movimiento en la cadena cinemática. (Imagen 2 y 3)



En el instante en que se logra la alineación de las articulaciones de los hombros con las articulaciones de los codos, para el atleta 1 (imagen 4) en la primera prueba, logra desplazar al CGC antes de apoyar al pie de la pierna de péndulo a 0.78m del pie de apoyo, representando el 72% de la longitud del paso total, que es de 1.08m. En la segunda prueba, antes del apoyo, logra situar al CGC a 0.72m, que representa el 61%, cuando realiza una longitud total de paso igual a 1.17m, demostrándose que la situación del CGC instantes antes del apoyo ya ha sobrepasado el 50% de la longitud del paso total, considerándose esto por diferentes investigadores como un error técnico.

Imagen 5 Instante de la alineación de la articulación de los hombros y la articulación de los codos. Atleta 2

El atleta 2 (imagen 5), en ambas pruebas, logra alinear las articulaciones de los hombros con la de los codos, pero no en la horizontal, más bien en dirección diagonal, cuestión también que constituye otro error, porque es consideración de Pérez Delgado (2012), que la dirección de los codos se emplean como guía del lanzamiento, y este debe realizarse en la horizontal y no en la dirección diagonal. Además incluye en esta fase de descenso de la pierna de péndulo, el comienzo del impulso de la mano que lanza hacia el frente, sin haber apoyado el pie de la pierna de péndulo.

Instantes antes de apoyar el pie, traslada el CGC a 0.48m del pie de apoyo, representando el 41% de la longitud del paso total que fue de 1.15m. Sin embargo cuando realiza la segunda prueba traslada el CGC a 0.54m del pie de apoyo representado el 50% de la longitud del paso total, que fue de 1.06m. Con esta explicación se demuestra, que aunque la situación del CGC en las dos pruebas están incorrectamente situados antes del apoyo del pie de péndulo, existe mejor control del peso del cuerpo por este atleta que por el anterior.

En este atleta, en ambas pruebas comienza el apoyo con el talón del pie, provocando que no se logre situar al segmento del tronco sobre la pierna de apoyo en el instante del comienzo de la tercera fase, siendo considerado por Reynaldo (2006) como un error técnico, lo que provoca que no se estabilice correctamente la posición del cuerpo.

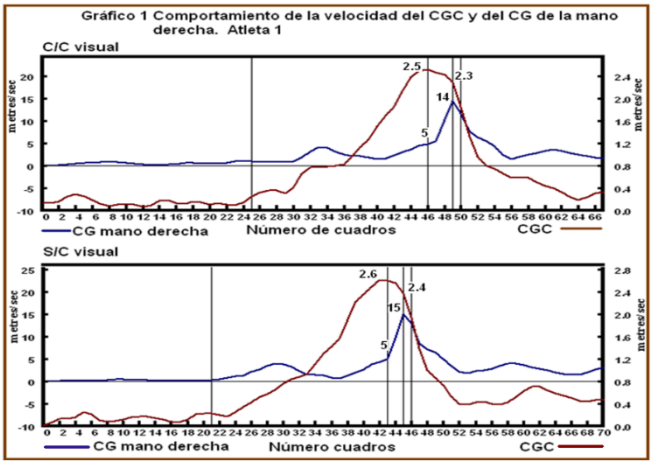
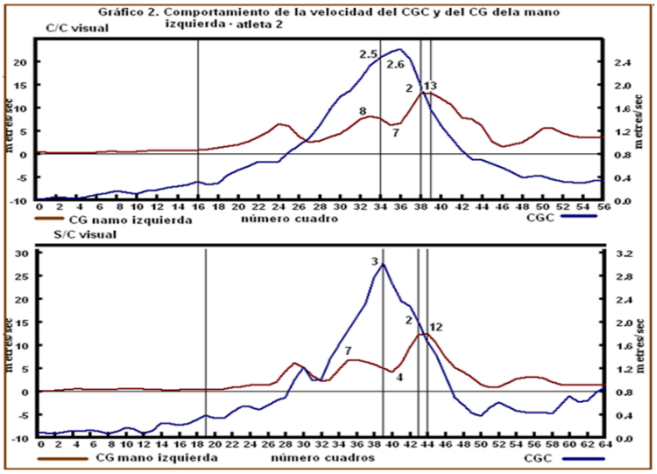


Gráfico 1 Comportamiento de la velocidad del CGC y del CG de la mano derecha. Atleta 1

El comportamiento de la velocidad el CGC y el CG de la mano derecha en el atleta 1 cuando realiza el movimiento con control visual, logra disminuir la velocidad del CGC de 2,5m/s en el instante del comienzo de la fase de impulso de la mano que lanza hasta 2,3m/s, momento en que la mano

aumenta su velocidad del 5m/s a 14m/s en el instante de lanzar, velocidad que es transferida a la pelota al comienzo de su movimiento. Sin embargo en la prueba de lanzamiento sin control visual, en comparación con la primera prueba, alcanza valores mayores de velocidad. En el comienzo de la fase de impulso de la mano que lanza hacia el frente, el CGC se movió a 2,6 m/s, disminuyendo en el instante del lanzamiento hasta 2.4m/s. La velocidad del CG de la mano comienza a aumentar hacia el frente durante su impulso de 5m/s a 15m/s en el instante de soltar la bola. (Gráfico 1)

La rotación de la cadera para ambos atletas se adelanta, comenzando antes de realizarse el apoyo.



El atleta 2 durante la primera prueba comienza a mover el centro de gravedad a 2.5 m/s durante la fase de impulso de la mano que lanza, aumentando bruscamente a mediación de la fase para disminuir hasta 2 m/s su movimiento. La velocidad de centro de gravedad de la mano izquierda comienza a aumentar su velocidad de 7 m/s y 13 m/s en el instante de soltar la bola. En el lanzamiento sin control visual el CGC logra alcanzar una velocidad de 3 m/s al comienzo de la tercera fase, para disminuir hasta 2 m/s en el instante de soltar la bola. La velocidad del CG de la mano izquierda aumenta al comienzo del impulso de la mano que lanza a 4 m/s, aumentándola a 12 m/s en el instante del lanzamiento. Durante el lanzamiento sin control visual se logra aumentar la velocidad de la mano que lanza con respecto a la primera prueba.

Conclusiones

1.-Los atletas analizados incluyen dentro de la fase de descenso de la pierna de péndulo la alineación horizontal de las articulaciones de los hombros con las articulaciones de los codos, además del comienzo de la fase de impulso de la mano que lanza, antes de producirse el apoyo del pie de la pierna de péndulo.

2.-Se desplaza el CGC durante toda la fase de descenso de la pierna de péndulo, acción esta que debió haberse hecho con la mayor parte de peso del cuerpo sobre la pierna de apoyo.

3.-La fase de impulso de la mano que lanza comienza cuando aún no ha terminado la fase de descenso de la pierna de péndulo, lo que provoca un movimiento anticipado del movimiento del lanzamiento del brazo antes de apoyar la pierna de péndulo.

4.-No se logra en todos los casos frenar correctamente el CGC antes del lanzamiento, perjudicando la transmisión correcta de los impulsos parciales por toda la cadena cinemática hacia el brazo que lanza, perjudicando la velocidad de salida de la pelota.

Recomendaciones

Se recomienda que se tenga en cuenta esta forma de ejecutar los movimientos de lanzamiento sin control visual del receptor durante los entrenamientos, sobre todo en categorías inferiores, para contribuir a la concientización y concentración del movimiento por parte de los atletas.

Bibliografía

1.-Cañizares Hernández, M. (2004). Psicología en la Actividad Física. Su aplicación en la educación física, el deporte, la recreación: Editorial deportes Ciudad Habana.

3.-Ealo de la Herrán, Juan. (1984). Béisbol. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.

4.-Reinaldo, Frangel. (2006) Del Béisbol, casi todo. Editorial. Deporte. Ciudad Habana.

5.-Pérez Delgado y Aguilar Barrera (2012). La técnica del lanzamiento en Béisbol. Material para la preparación de los entrenadores. PDF.

6.-Zatsiorski, V. Y D. Donskoi. (1988). Biomecánica de los ejercicios físicos. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana.

ANÁLISIS BIOMÉCANICO DEL TOP SPIN EN ATLETAS CON DISCAPACIDAD FÍSICO-MOTORA DE TENIS DE MESA

Autores: Dr.C Bárbaro Oliva Concepción

Licenciado en Cultura Física. Máster en Actividad Física Comunitaria. Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Profesor de Nivel 1 ITTF-PTT. Profesor asistente. Comisionado Nacional de Tenis de Mesa. Miembro del grupo nacional de Biomecánica.

barbarooliva@inder.cu

barbaro.oliva@gmail.com

Temática: la biomecánica en el deporte adaptado.

Medios audiovisuales: Computadora con procesador para video MPEG.

Institución: INDER. Nivel Central

RESUMEN

La investigación se lleva a cabo por la necesidad de favorecer a los entrenadores en el proceso de entrenamiento de los atletas con discapacidad físico-motora mediante el análisis biomecánico, que les permita lograr metas en sus vidas y eleven su autoestima; se pretende lograr a través de una metodología para el entrenamiento de la técnica del top spin en el Tenis de Mesa, donde la velocidad de los tenistas de mesa son cualidades relevantes en este deporte, porque las acciones se ejecutan con elevada rapidez como resultado de la velocidad de la pelota que puede alcanzar valores hasta 180 Km/h y el golpeo debe realizarse desde una posición correcta, con movimientos adecuados y potentes para que la pelota sea devuelta a altas velocidades de traslación y rotación. La presente investigación se detectan deficiencias del movimiento de Top Spin contra pelotas con efecto abajo, por lo que se realiza un diagnóstico pormenorizado, donde se utilizaron los métodos empíricos de encuesta, entrevista, guía de observación y un test técnico. La metodología fue valorada mediante el criterio de expertos, así como por los profesionales del deporte. Además a través del método Estudio de Caso se corroboró el modo de contribuir a la preparación deportiva integral de los atletas discapacitados físico-motores de las categorías competitivas de la Provincia Camagüey.

ABSTRACT

The investigation is carried out by the necessity of favoring the trainers in the process of the athletes' training with discapacidad physical-motorboat by means of the analysis biomechanics that allows them to achieve goals in its lives and elevate its self-esteem; it is sought to achieve through a methodology for the training of the technique of the top spin in the Tennis of Table, where the speed of the table tennis players is outstanding qualities in this sport, because the actions are executed with high speed as a result of the speed of the ball that can reach values up to 180 Km/h and the one hits he/she should be carried out from a correct position, with appropriate and potent movements so that the ball is returned to high adjournment speeds and rotation. The present investigation is detected deficiencies of the movement of Top Spin against balls with effect below, for what is carried out an itemized diagnosis, where the empiric methods of survey were used, he/she interviews, observation guide and a technical test. The methodology was valued by means of the approach of experts, as well as for the professionals of the sport. Also through the method Study of Case the way was corroborated of contributing to the preparation sport integral of the athletes handicaps physical-motors of the competitive categories.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad se han aplicado nuevas transformaciones entre las que se encuentran, el trabajo preventivo - correctivo - compensatorio a través de todo el desarrollo tecnológico alcanzado; por lo antes expuesto se hace necesario que el deporte adaptado se inserte en estas transformaciones y en las nuevas concepciones de la Educación Especial.

Es una necesidad del deporte contemporáneo para lograr mayores resultados deportivos y lograr un mayor control de la preparación del deportista siendo la Biomecánica una de las ciencias que ha permitido sentar las bases científicas para un verdadero entrenamiento técnico y puede resumirse en que, ***"la Biomecánica es la ciencia de las leyes del movimiento mecánico en los sistemas vivos", además, la biomecánica deportiva estudia los movimientos del hombre en el proceso de los ejercicios físicos, analizando las acciones motoras del deportista como sistemas de movimientos activos recíprocamente relacionados. Donskoi y Zatsiorski (1990).***

La técnica es definida por Meinel, K. (1990) (citado por Blázquez, D 1999) como procedimientos que conduce de una manera directa y económica a la consecución de altos resultados, por otro lado para Verjoshansky, Y. (2000) la técnica deportiva es un sistema de movimientos para la resolución de una tarea motora concreta, que en una serie de modalidades deportivas esta fuertemente determinada por la reglas de la competición.

Varios autores internacionales y nacionales han tratado temática tan importante con personas con discapacidad, por citar algunos: Arráez, J, M(1998), Allué, M (2003), Álvarez, J (2001), Archidona, J (2001), Bernal Ruiz, J (2001), Borman Fink, J(2000), Cano Remesal, C (2000) Cebrian de Miguel (2003), Bofill Ródenas A(2008), Nacionales: Bell Rodríguez (1997- 2002), Salazar(2002), Hernández (2005), Naranjo(2004), Gayle Morejón (2005), Guerra Iglesias (2005), Ruiz (1989), Muñoz (2005), Garcés (2005), López (2006), Rangel A (2006), Báez (2007), Giceya Maqueira (2005), Nordis (2009), Gómez Cardoso (2010), Núñez Rodríguez (2010) Figueredo Frutos (2011), abordan en sus investigaciones todo lo referente a los discapacitados desde varias aristas, y siempre con una visión positiva sobre el trabajo con niños con discapacidad, sin embargo existe algunos aspectos que no se han declarado y que pueden constituir punto de partida para el trabajo con los atletas con discapacidad sobre el deporte adaptado, en este caso el tenis de mesa donde se espera suplir sobre la base de los resultados deportivos integrales de estos atletas mediante el análisis biomecánico.

OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN: Aplicar la metodología mediante el análisis biomecánico para mejorar el trabajo con la técnica de top spin en los atletas con discapacidad físico-motora de Tenis de Mesa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1.- Seleccionar los atletas a investigar con la aplicación de la metodología CTE para el control de la técnica deportiva y la evaluación por los expertos.

2.- Determinar el comportamiento de los atletas seleccionados en la base de entrenamiento.

3.-Mejorar el dominio de los indicadores de la técnica de los atletas investigados.

MATERIALES Y METODOS

Se utilizaron como materiales mesas, pelotas, raquetas especializadas, software Kinovea, cámara zony para procesar datos obtenidos de la práctica y los métodos de observación, encuestas a entrenadores y atletas con discapacidad físico-motora, test y el estudio caso para comprobar la factibilidad del estudio realizado.

Aspectos generales del diagnóstico realizado:

1. Insuficiente valoración técnica de los atletas con discapacidad físico-motora en el movimiento de top spin, La evaluación se realiza al terminar cada período de entrenamiento. Se utiliza sólo el método de observación. Se trabaja más intensamente próximo a la competencia Consideran muy importante el top spin. Se evalúa la técnica en los partidos jugados. Se desconocen las fases del top spin, si manifestado una estado de nulidad sobre el estudio biomecánico.

Pasos para la aplicación de la metodología CTE

1. Definición de los objetivos.
2. Selección de los expertos.
3. Selección de la muestra.
4. Definición de los indicadores a evaluar y el peso relativo de cada indicador (%).
5. Construcción del Árbol de Calidad.
6. Puntuación, por parte de los expertos de la ejecución práctica.
7. Procesamiento de datos.
8. Análisis de los resultados.

Análisis con cada uno de los casos estudiados.

Caso 1 **Caso 2** **Caso 3**

Atleta TT-10 **Atleta TT-10** **Atleta TT-7**

<u>Simbología:</u>

TT-10 y TT-7: corresponden al tipo de categoría por su grado de discapacidad que esta aprobada a nivel internacional.

La clasificación en diez clases corresponde con la del reglamento internacional para este tipo de organización, se hace referencia a las 10 clases por la importancia de conocer las características y profundidad del estudio de todas, pero solo se trabaja en esta tesis con las categorías de parados, que comprende desde la clase 6 hasta la clase 10. En el presente trabajo la muestra incluye la clase 7 con un atleta masculino y la clase 10 con uno femenino y uno masculino.

El manual IPC (2006, p. 55) describe las características de las clases de parados son las que siguen:

Clase 7: Impedimentos muy severos de las piernas (pobre balanza estática y dinámica):

- Polio severa de las piernas.
- Amputación por encima de las rodillas o amputaciones por debajo de las rodillas de ellos.
- Nivel de trauma medular incompleto de características incomparables.
- Balance dinámico y estático pobre.

Impedimentos severos a moderados en el brazo de jugar:

- Amputación simple por encima del codo del brazo de jugar o ambos brazos.
- Amputación simple por debajo del codo pero con muñón corto (1/3 del largo normal.

- Antrogriposis de los brazos (5) Dismelia.

Parálisis Cerebral moderado incluido hemiplejía del brazo (5) de jugar:

- Impedimento moderado del brazo de jugar y moderado impedimento de las piernas.
- Moderado impedimento en el brazo de jugar o impedimentos en las piernas.

Clase 10: Muy leves impedimentos de las piernas:

- Simple tobillo tieso.
- Amputación de antepié a través de todos los metatarsianos.
- Leve impedimento del brazo de jugar.
- Amputación de los dedos, dismelia pero con agarre funcional.
- Muñeca rígida con agarre funcional.
- Debilidad de la mano o articulación del brazo.

Impedimento severo o moderado en el brazo libre:

- Amputación simple debajo del codo, con muñón no más largo que la mitad del antebrazo.
- Lesión del plexo braquial.

Cuadriplegía: Trastorno en los cuatro miembros.

Importante resulta distinguir que en esta clasificación es significativo destacar que no se producen saltos entre las clases sino que la misma es progresiva, se puede pasar de una clase a la otra ya que todas las clases evalúan todas las partes que puedan estar afectadas en un jugador y no solo en determinados segmentos.

La preparación técnica y táctica de los atletas con discapacidad físico-motora en el tenis de mesa adolece de una bibliografía especializada, ya que se ha estudiado muy poco acerca de la ejecución de los golpes por atletas con discapacidad. No obstante es obvio que los movimientos ejecutados por este tipo de persona carecen de las características que le proporcionan las personas sin discapacidad en las cuales están presentes una mayor fuerza, velocidad, resistencia y elevada coordinación de los movimientos, todo lo cual redunda en golpes muy técnicos y efectivos.

La técnica del top spin de los atletas con discapacidad físico-motora se evidencia en los golpes con efectos pero no fuertes con una rotación progresiva, son movimientos ejecutados desde la zona central y lejana de la mesa dependiendo de la discapacidad. Estos atletas, con características muy particulares, de acuerdo a su discapacidad, pueden lograr

sorprendentemente un dominio de la técnica. Por otra parte también el recibo de las bolas se ve matizado por la presencia de la discapacidad, por lo que las respuestas resultan mucho más insuficientes que en las personas sin discapacidad. Si un atleta paralímpico logra alcanzar un alto nivel en sus ataques de top spin tiene asegurado prácticamente el tanto en juego, por ello es tan importante el dominio de este movimiento.

Para ejecutar un golpe fuerte de top spin de derecha el jugador tiene que actuar rápida y activamente desde la posición de base, al ejecutar un movimiento rápido y dinámico en muy poco tiempo, es muy importante que el jugador tenga una musculatura en las piernas, tronco y brazos bastante fuertes. Durante el desplazamiento, los músculos de las piernas juegan un papel superior.

En esta fase preparatoria del golpe, cuando el brazo se extiende para atrás, se estiran los músculos del brazo. Durante la fase de la ejecución del golpe, la velocidad y la fuerza dependen de la optimización del trabajo muscular; la actividad motriz es muy importante para realizar un top spin. El objetivo del jugador consiste en darle a la pelota una rotación hacia adelante con una velocidad máxima para producir una trayectoria plana y muy rápida. La rotación de la pelota hacia adelante, la velocidad de la trayectoria y la curva descrita, dependen de la velocidad inicial del movimiento del brazo y de la aceleración del brazo en el momento del golpe de la pelota, y también del ángulo de elevación.

La velocidad de la trayectoria de la pelota depende de la velocidad periférica del brazo durante el golpe; se trata de un movimiento de rotación. En la rotación del brazo, se considera la velocidad periférica (velocidad circular) como dependiente de la velocidad angular. Si el radio aumenta, lo hace también la velocidad periférica. La velocidad periférica del gesto del brazo con la raqueta depende del ángulo de acción (desde el inicio de la extensión hasta terminar el golpe), y después del aumento de la velocidad angular y del incremento del radio de rotación del tronco y del brazo durante su movimiento circular.

A juicio del autor de esta investigación la técnica del top spin de los atletas con discapacidad físico-motora se evidencia en los golpes activos pero no fuertes con una rotación progresiva; son movimientos ejecutados desde la zona central y cerca de la mesa. Estos atletas, con características muy particulares, de acuerdo a su discapacidad, pueden lograr sorprendentemente un dominio de la técnica y vencer las barreras más allá de las expectativas. Por otra parte también el recibo de las bolas se ve matizado por la presencia de la discapacidad, por lo que las respuestas resultan mucho más deficientes que en las personas sin discapacidad.

Si un atleta paralímpico logra alcanzar un alto nivel en sus ataques de top spin tiene asegurado prácticamente el tanto en juego, por ello es tan importante el dominio de este movimiento cuando de competencia se trata.

Ejercicios propuestos en la investigación después del resultado del análisis.

Objetivo específico básico 1: Fortalecer sistemáticamente el eslabón más débil de la cadena biocinemática del top spin hasta lograr un desarrollo armónico de la misma.

a) Ejercicios de apoyo:

1. Ejercicio de muñeca.

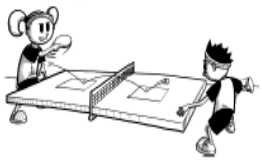
Objetivo específico básico 2: Incrementar la carga a vencer acorde a las diferencias individuales en el desarrollo de la técnica de top spin, para elevar los niveles de la misma, alternando el trabajo del tren superior e inferior.

b) Ejercicios con medios auxiliares:

1. Imitación del top-spin con raqueta en el lugar.

Objetivo específico básico 3: Mantener una elevada motivación en el desarrollo del top spin y mejorar la técnica elevando el amor hacia este deporte e incrementando su dedicación al mismo.

c) Juegos especiales del tenis de mesa con el movimiento del top spin:



1. Relevos en el Tenis de Mesa.

Objetivo específico fundamental 1: Ejercitar el movimiento competitivo con dificultades en las cualidades de la técnica para mejorar las sinergias musculares de la cadena biocinemática de la misma utilizando las diferentes zonas de la mesa

d) Ejercicios especiales en el multibola:

1. Top spin desde la zona 6.

PRINCIPALES RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA

Principales resultados por cada caso y particularidades del entorno: En la comprobación práctica se aplica la propuesta teniendo en cuenta la planificación realizada con el entrenador del equipo, los directivos y especialistas de la provincia Camagüey para ejecutar el sistema de ejercicios técnicos y el análisis morfo-biomecánico para el mejoramiento del top spin, y se les

entrega una copia de la metodología a los entrenadores y del manual de entrenamiento como instrumento que sirva de orientación para el proceso de entrenamiento.

A lo largo del transcurso de un curso de preparación deportiva, entre los meses septiembre y abril de los años 2010 - 2013 respectivamente, se aplican cada tres meses las evaluaciones establecidas por el test técnico, las que se realizan siempre en la Sala Polivalente Rafael Fortúm Chacón del municipio Camagüey hoy establecida como la academia provincial, así como la evaluación de las dimensiones técnicas del top spin y los resultados del mismo.

Resultados generales de la aplicación del test a cada uno de las cuatro situaciones de entrenamiento estudiadas

Se observa que en el top spin contra bolas sin efecto desde una misma zona, los por cientos de variaciones fluctúan entre el 8,7 y 21 % en el test intermedio para un valor medio el 15 %, y alcanzan entre el 23 y 37 % en el test final, por lo que el movimiento de top spin después de la aplicación de la metodología es mucho más efectivo. El valor medio en el postest mejora en un 30 %., justamente el doble que en el test intermedio, por tanto se puede asegurar que la mejoría se produce paulatinamente y de manera notable.

Valoraciones finales del estudio realizado. La metodología de ejercicios y juegos está conformado por tres grupos de ejercicios y dos grupo de juegos; el primer grupo llamado. Ejercicios de Apoyo está basado en la descomposición del movimiento de Top Spin en cada una de las fases del movimiento, estableciéndose un ejercicio para cada una, de manera tal que la ejecución de todos ellos contribuye de manera general al desarrollo en el movimiento objeto de estudio (Top Spin), pero a la vez esta descomposición permite la realización de ejercicios para las partes aisladas lo que puede ser utilizado para atender las diferencias individuales en el desarrollo de este movimiento, aquí se puede destacar el efecto particular que tiene este grupo de ejercicios y su influencia en la reducción de las diferencias individuales. En resumen, este grupo desarrolla el nivel básico del elemento técnico y permite la eliminación del eslabón más débil de la cadena biocinemática.

Resultados científicos más relevantes:

- La concepción de la metodología propuesta, en la que se sistematizan las diferentes posiciones teóricas y metodológicas a asumir en la organización del proceso para la enseñanza deportiva de los atletas con discapacidad físico-motora, la comprensión alternativa, participativa y desarrolladora del aprendizaje, que logra la potenciación de la preparación del proceso de entrenamiento de Tenis de Mesa atletas con discapacidad físico-motora, no abordada con anterioridad en estudios precedentes en Cuba.

- Las precisiones metodológicas que abordan los elementos técnicos básicos y fundamentales, así como las fases de cada movimiento con la finalidad de lograr el eficaz movimiento del top spin y consecuentemente mejoras en el resultado deportivo integral.

CONCLUSIONES

- En el diagnóstico realizado mediante el estudio documental y entrevistas a profesionales se evidencian insuficiencias en la preparación metodológica de los profesores acerca de las características físicas y la preparación en la técnica del top spin de los tenistas de mesa discapacitados físico-motores.

- A partir del criterio de expertos se reafirma la factibilidad de la metodología para el mejoramiento de la técnica del top spin en discapacitados físico-motores de Tenis de Mesa.

- El estudio de casos y el análisis biomecánico confirma la valoración práctica positiva de la metodología para el mejoramiento de la técnica del top spin en atletas con discapacidad físico-motora de Tenis de Mesa a través del estudio de casos.

BIBLIOGRAFÍA

1) Manuel Ortiz: Apoyos, Autodeterminación y Calidad de Vida, p. 636.

2) Garrido, Mario L. Fidel y el deporte. Editorial Deportes, 2005 IL 2-036. 87 p.

3) ITTF. Manual Oceanía Nive1 para entrenadores. Francia 2005. 8 p.

4) Dr P.L. Castro Alegret (1994) La preparación del adolescente con discapacidades físicn-motoras para su integración labora experiencias de la escuela ¨Solidaridad con Panamá¨

5) ACSM. Guidelines for exercise testing and prescription. 3ra Edición. Editorial Williams & Wilkins. 1998.

6) Matveev, I. Fundamento del Entrenamiento Deportivo. Moscú: Editorial

7) Raduga, (1983). p. 331.

8) Utkin, V.L. (1986). Aspectos biomecánicos de la táctica deportiva. Moscú. Editorial, Vneshtorgizdat. p 7.

9) Zuleta, C. (2005). Manual de capacitación en iniciación deportiva. p.9.

10) Zatsiorski, V. (1988). *Biomecánica de los ejercicios físicos*.. Ciudad de La Habana. Editorial Pueblo y Educación. pág.34.

Título: Aproximación a una metodología para evaluar los test pedagógicos, mediante Excell, judo masculino del Equipo Nacional de Cuba

Autores: M.Sc. Senen Ramos Benítez y MSc Julio Alderete Reyes

Institución: Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado"

País: Cuba

INTRODUCCIÓN

Todas las investigaciones que se han de realizar sobre Control Pedagógico, Médico, y Psicológico, tendrán que garantizar un buen estado de salud en los atletas para asimilar las cargas de entrenamientos, siempre crecientes que exige la competición del Alto Rendimiento.

El proceso de entrenamiento deportivo actual requiere una atención equilibrada a los distintos tipos de preparación (física, psicológica, pedagógica, técnica y táctica), que se corresponda con las exigencias del combate. A ello se debe que el control médico de la preparación de las deportistas se tenga que adecuar al nuevo ritmo de trabajo, para proporcionar la información requerida del efecto de las cargas en el organismo y los cambios provocados por estas. Solo de este modo se podrán disponer de medios, métodos y procedimientos que permitan evaluar la respuesta fisiológica a las cargas, como fiel reflejo de la adaptación a ellas

La herramienta actual del Excel, ya se quedó detenido en el tiempo y no ofrece toda la seguridad necesaria por lo que existe la necesidad de incorporar nuevas ideas, desde el punto de vista informático para proteger y establecer ciertas normas de seguridad sobre la información.

Lo anterior permite formular el siguiente problema: ¿Cómo mejorar el control del proceso de entrenamiento de los Judocas de Cuba?

Con el objetivo de diseñar un sistema automatizado para el control del proceso de entrenamiento de los Judocas de Cuba

DESARROLLO

Los Test Pedagógicos son instrumentos metodológicos para evaluar, controlar y eliminar dificultades que limitan el rendimiento tienen comoobjetivos .

1. Evaluar las capacidades psicomotoras generales y especiales
2. Analizar, comprobar y evaluar los diferentes Test Ped. S/ Meso.
3. Exigir al máximo de la calidad de ejecución de los Test Pedag.
4. Comprobar el criterio de veracidad de los Test Pedagógicos.
5. Controlar y analizar, las evaluaciones de los Test Pedagógicos.

Los tipos de Test son:

1. Test de velocidad General: 50 metros.
2. Test de fuerza máxima: Pron.
3. est de fuerza máxima: Halón de Clin.
4. Test de resistencia General. 1500 m
5. Test de resistencia a la fuerza general: Barra.
6. Test de resistencia a la fuerza general: Paralela.
7. Test de resistencia a la fuerza general: Escalera.
8. Test de resistencia a la fuerza general: Soga.
9. Test Veloc. Espec.: Proyecta. en 10” hasta 1’ a Veloc.
10. Test de resistencia especial: Entrada en 2’ y 4’.
11. Test del Esfuerzo máx.: Velocidad c/10” hasta 1’ y 30 ”hasta 2’
12. Test de Resistencia Competitiva: 30s hasta 4’ min

Metodología utilizada

Para automatizar la Evaluación de los Test Pedagógicos, en Excel, se utilizó la herramienta de Visual Basic para Aplicaciones (VBA) integrada en Microsoft Excel, la misma fue el objetivo de extender esta funcionalidad.

Aplicamos un módulo con funciones específicas para la evaluación los Test Pedagógicos. Este módulo es reutilizable, facilito la evaluación específica de cada una de la capacidad física específica y de cada Judoka.

Entre los beneficios de la propuesta se pueden citar:

- Es reutilizable,
- Simplifica la implementación,

- Fomenta la abstracción,
- Analiza y controla las actividades que se realizan en cada sesión de entrenamiento,
- Controla respuestas cardiovasculares, en correlación con el tiempo de trabajo, respuestas metabólicas y el por ciento de intensidad de trabajo al que se puede someter al atleta.
- Controla y evalúa los objetivos del entrenamiento mediante los Test pedagógicos, esto permite eliminar las dificultades del entrenamiento.
- Evalúa el nivel de desarrollo de las capacidades psicomotoras generales y especiales.
- Además se podrán analizar y evaluar los Test Pedagógicos según el tipo de Mesociclo.
- Esta página Web, será un sistema automatizado para el control del proceso de entrenamiento de los Judocas Cubano, y se propondría ser insertada y subordinada a la página central de INDER.

A partir de reconocer nuestras limitaciones informáticas puesto que nuestra especialidad es la metodología del entrenamiento deportivo y no la elaboración de herramientas informáticas, es que busco información, asesoramiento de especialistas, para trazar de conjunto una línea a seguir.

Luego de sesiones de trabajo de mesa, logramos incentivar la motivación de un estudiante de ingeniería informática, de 4º año, de ahí, al empezar a interactuar nuestros conocimientos psicopedagógicos como entrenador y sus conocimientos y habilidades en informáticas, de una pequeña idea, nos dimos cuenta que nos encontramos ante un gran proyecto para:

- La Federación Cubana del Judo, el cual quiere automatizar lo más posible, todos sus procesos de control para perfeccionar la toma de decisión.
- Dar solución a uno de los grandes problemas que consiste en procesar un gran volumen de información en el menor tiempo posible y con la máxima eficiencia, permitiendo a la vez la colaboración, asesoría y retroalimentación con otros especialistas.

- Creación de un sitio web, que va a estar estrechamente relacionado con una base de datos que se ubicara en el servidor.
- Busca agilizar, facilitar y controlar, en un sistema automatizado para controlar el proceso de entrenamiento de los Judokas cubanos.
- Dar facilidad de poder acceder a toda la información, desde cualquier máquina a la que se le dé accesoy además poder dar respuesta rápida a alguna duda o pregunta que surja.

Para controlar este flujo de muestra, se utilizaran herramientas que nos facilitaran el trabajo, entre estas podemos mencionar que para el diseño se utilizar BootStrap, para la Base de Datos (BD) se utilizara SQL Server, como gestor de base de datos y para relacionarlas se utilizara Larabel, que es un *framework*. Basado en PHP, (Lenguaje de programación web).

CONLUSIONES

Como colofón se establecería un instrumento metodológico muy eficaz que constituiría una herramienta de trabajo para todos los colectivos interesados en el mejoramiento del rendimiento del Judo cubano.

Una vez concluido el sistema y demostrada su seguridad, estamos convencidos que la idea será aceptada con mucha motivación para todos los especialistas y técnicos del Judo Cubano, dentro y fuera del territorio nacional.

RECOMENDACIONES

Este sistema automatizado para el control del proceso de entrenamiento de los Judokas de Cuba, será tan flexible que será capaz de absorber todas las informaciones técnicas, y las experiencias acumuladas y a su vez de trasmitirla de forma segura, confiable y compartimentada.

Este trabajo está en proceso, y se pretende de ser aceptado por los rectores de la CUJAE, como el trabajo de tesis de un estudiante de 4º año en Ingeniería Informática.

Título: Caracterización Técnico–Táctica de las luchadoras de pesos olímpicos del Top 6 del Campeonato Adulto Las Vegas 2015

Autora: Yudelis Leonardo Torres Álvarez, yleonardo.7@gmail.com

País: Venezuela

Resumen:

El análisis de la lucha en el contexto de competición deportiva real ha sido uno de los factores preocupantes para determinar sustancialmente el rendimiento técnico–táctico de los luchadores sobre el tapiz durante los últimos cinco años. Por lo tanto, el propósito de la presente investigación consiste en describir las características técnico–tácticas de las luchadoras de peso olímpico del top seis del campeonato mundial adulto Las Vegas 2015. El estudio se basó en una investigación de campo, de nivel descriptivo y de corte transversal; se contó con una muestra de 36 luchadoras, las cuales se posicionaron entre el primer y sexto lugar obteniendo su cupo a los Juegos Olímpicos de Río 2016. Con el apoyo del software de actuación deportiva Dartfish Pro, se analizaron todas y cada una de las acciones efectuadas por este grupo de luchadoras con las que ellas anotaron y cedieron puntos, resultando un total de 133 combates y 638 eventos de puntuación (entre movimientos técnicos y decisiones arbitrales). Los datos fueron tratados en el paquete estadístico SPSS Versión 21 para Windows. Como resultado, se describen los valores promedios de un total de diez indicadores de rendimiento técnico–tácticos producidos por este grupo de luchadoras, así como también datos gráficos y posicionales. Se llegó a la conclusión que las características de rendimiento técnico–tácticas de este grupo de luchadoras élite, sirven de base como sugerencia e implicaciones prácticas para el proceso de entrenamiento de luchadoras jóvenes promesas o para aquellas que poseen un más bajo rendimiento.

Título: Comparison of achievement rate between two techniques of shot put at competitions

Autor: Kato Tadahiko, m157004@sky.nifs-k.ac.jp Máster en Ciencias

Tipo de presentación: Poster Digital

País: Japón

Resumen:

Shot put has two different throwing techniques; glide technique and rotational technique. Some of the coach says that rotational technique is too difficult to get successful result because of its instable of technique. However, in world class, the number of throwers who use the rotational technique is more than half of all. And it is unfounded that rotational technique is too difficult to get successful result. Therefore, we compared the achievement rate of shot put performance between glide technique and rotational technique at competitions. Analyzed competitions were international games and Japanese national games from 2003 to 2016. The achievement rate was the rate of official record against athlete's season best before the competition. Using the Welch's T-test to compare the achievement rate between two techniques. As results, there was no significant difference between the techniques. And the number of failed trial was also not significantly different. Thus, we conclude that both of glide technique and rotational technique are successful and effective technique in shot put. And

Título: Control multifuncional para el entrenamiento en el atletismo

Autores: Dr. C. Fabio Villafrades-González (fabiovillafrades@yahoo.com)
Universidad Industrial de Santander. Bucaramanga, Colombia
Dr.C. Lianell Jova-Elejalde (lianell.jova@nauta.com.cu)
Ph.D. John Faber Archila-Diaz (faber24@gmail.com)

Resumen

El presente artículo presenta la propuesta de un sistema para el control del entrenamiento de atletas, a partir del comportamiento de un parámetro fisiológico y/o variable física, se regula el ritmo o velocidad de desplazamiento de un dispositivo marcador de paso, según la etapa de la preparación en la que se encuentre, garantizando la obtención de una óptima forma deportiva; por la motivación que genera en el atleta el empleo de un dispositivo en el proceso de entrenamiento que exigirá acertadamente el cumplimiento de las cargas de entrenamiento sin violentar la etapa de preparación o el potencial de entrenamiento del atleta y por su utilización en los test pedagógicos del deporte. El sistema comprende: un sensor, un dispositivo receptor-emisor, una estación de control y un dispositivo marcador de paso que permite mayor efectividad en el control del entrenamiento deportivo desde el desempeño físico motriz del atleta en las pruebas de pista en el Atletismo donde el tiempo, la distancia, la velocidad y la frecuencia cardíaca como respuesta fisiológica, constituyen índices que permiten valorar de manera objetiva la carga de entrenamiento.

Palabras Claves: Control multifuncional, Entrenamiento, Atletismo

Título: Curvas de referencia para valorar la potencia aeróbica en atletas jóvenes talentos del Estado Barinas

Autor: M.Sc. José Rafael Padilla Alvarado, joserafael.pa@gmail.com. Magister en Educación Física Mención: Fisiología del Ejercicio

País: Venezuela

RESUMEN

El objetivo del estudio fue desarrollar curvas referenciales para valorar la potencia aeróbica en 481 atletas jóvenes pertenecientes a la Unidad Educativa de Talentos Deportivos del estado Barinas, de los cuales 300 pertenecientes al sexo masculino y 181 al femenino, en función de la edad cronológica y la maduración somática. La potencia aeróbica se evaluó a través del test de Course Navette, estimándose el VO2máx a través de la fórmula de Leger-Lambert. Para la estimación de la maduración somática se empleó el pico máximo de velocidad en estatura. Las curvas de referencias percentilares fueron construidas con el método LMS a través del software LMS Chartmaker Pro versión 2.3. En general, hay un incremento del Vo2máx estimado en los chicos en las edades comprendidas de 12-16 años para luego mantenerse estable, caso contrario cuando se analiza en función del pico de crecimiento en talla en donde se produce un declive luego de alcanzar dicho pico. En las chicas, por su parte, existe un descenso del Vo2máx aproximadamente a partir de los 13 años y antes de alcanzar el pico de crecimiento en talla, destacándose que ellos siempre presentan valores superiores que su contraparte de las femeninas en todas las edades. Estos resultados sugieren la utilización de las curvas percentilares como recurso pedagógico para evaluar la potencia aeróbica en atletas jóvenes.

Palabras clave: potencia aeróbica, maduración somática, curvas, percentiles, evaluación.

Título: DAVID_1 Software para el estudio de contrarios en el boxeo.

Autor: Dr. C. Rafael LazaroTamarit Medrano, ritamarit@inder.cu. Profesor Titular.

Institución: Universidad de Camagüey “Ignacio Agramonte Loynaz”

País: Cuba.

Resumen.

El estudio de contrarios constituye en todos los deportes una necesidad actual y forma parte del procedimiento normal seguido por muchos equipos en todo el mundo, como parte de las acciones de inteligencia deportiva que llevan a cabo todos ellos. La realización del estudio de contrarios en el deporte de boxeo implica la observación del combate y la tabulación de las diferentes acciones desarrolladas para a partir de allí poder determinar los índices que caractericen al boxeador en cada una de las acciones, tanto ofensivas como defensivas realizadas durante el combate. Este proceso resulta muy complicado si se tiene en cuenta el volumen de información que se genera de la observación del combate, por lo que usualmente no se realiza una caracterización exhaustiva del boxeador por lo que se asume como problema, ¿cómo optimizar el proceso de estudios de contrarios en el boxeo escolar? siendo el objetivo diseñar una herramienta informática que permita optimizar el proceso de estudios de contrarios en el boxeo escolar. El presente software permite determinar diferentes indicadores del desempeño de los boxeadores durante el combate permitiendo así la realización del estudio de contrarios a fin de realizar la planificación de la preparación táctica y teórica durante el entrenamiento y la elaboración del plan táctico de combate durante la competencia. la aplicación está concebida para que los usuarios utilicen conocimientos básicos de informática y los resultados del análisis son exportados a un archivo compatible con excel donde podrán realizarse otros análisis posteriores.

Título: Deportes estratégicos locales. Su identificación a partir de patrones fenotípicos poblacionales

Autor: M.Sc. Luis Alberto Sancesario Pérez

Coautor: Dr. C. René Jorge Romero Esquivel

País: Cuba

RESUMEN

Se expone una metodología para identificar deportes estratégicos en municipios de montaña, a partir de patrones fenotípicos poblacionales, así como los resultados obtenidos tras su aplicación práctica en el municipio Buey Arriba. Se efectuó un estudio no experimental con niños de 9-14 años del municipio Buey Arriba, para el que se aplicaron, como métodos teóricos, el histórico-lógico, el inductivo-deductivo, el análisis-síntesis y la modelación. Como métodos empíricos: la observación y la medición. Se emplearon como técnicas estadísticas fundamentales: el Análisis Factorial por el método de Componentes Principales, Análisis de Conglomerados Jerárquicos, las pruebas Medida de Adecuación Muestral de Kaiser-Meyer-Olkin, Esfericidad de Bartlett, y T-student para una muestra. Se identifican como los deportes para los cuales la población local posee patrones fenotípicos favorables, a los deportes de fuerza rápida, sobre todo aquellos que requieran de gran flexibilidad y no exijan estaturas muy elevadas.

Título: Diagnóstico y análisis técnico de la arrancada de Libre en un atleta cubano.

Autores: Dr. C. Hery Leyva González * herylg@inder.cu

M.Sc. Luis M. Leyva Cedeño ** leyvanatacion@gmail.com

Lic. Imaday Núñez González*** imadayswimming@nauta.cu

* Profesor de Natación de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana, Cuba.

** Profesor de Biomecánica de la Escuela Internacional de Educación Física y Deporte. Mayabeque, Cuba.

*** Entrenadora del equipo nacional de natación.

País: Cuba.

Resumen:

El presente trabajo informa al lector de los indicadores alcanzados por un atleta cubano durante la arrancada de natación en eventos de libre en distancias cortas, mediante la variante de salida de atletismo. Estos indicadores son comparados por los alcanzados por otros destacados deportistas que han alcanzado registros excelentes, obteniendo en reiteradas ocasiones, records mundiales. Se han tomado los mejores indicadores para que sirvan de modelo con la finalidad de realizar comparaciones con los obtenidos por el atleta objeto de estudio. Los indicadores fueron calculados mediante el uso de un sistema de análisis de movimiento en 3D, utilizando dos cámaras digitales. Se exponen las principales características de las fases técnicas, así como los errores detectados.

Palabras claves: análisis biomecánico, salida, patrón cinemático, natación, arrancada, técnica libre.

Summary:

The present work informs the reader of the indicators reached by a Cuban athlete during the start of swimming in events of freestyle in short distances, by means of the variants of athletics start. These indicators are compared by those reached by other outstanding sportsmen that have reached excellent registrations, obtaining in having reiterated occasions, world records. They have taken the best indicators so that they serve as

model with the purpose of carrying out comparisons with those obtained by the athlete study object. The indicators were calculated by means of the use of a system of movement analysis in 3D, using two digital cameras. The main characteristics of the technical phases are exposed, as well as the detected errors.

Introducción

El trabajo parte de una necesidad que tiene la natación cubana debido a los excelentes resultados que alcanza Hanser García, quien con un tiempo de 48,34 llega en segundo lugar de los 100 metros, luego del campeón mundial, Cesar Cielo en los juegos Panamericanos de Guadalajara en México. Con este resultado las perspectivas y esperanzas del buen desempeño en los JJOO de Londres se convirtieron en metas, allí logra el mejor tiempo de su vida (48,04). El gran problema a vencer sería la arrancada, dado que es el último nadador de los Juegos Panamericanos en entrar al agua (*Figura 1*) y, en llegar a la distancia de los 15 metros. En el presente ciclo olímpico el retorno a los primeros lugares del área centroamericana y panamericana, responde a detalles específicos de su preparación que le permitan obtener parámetros semejantes de rendimiento competitivo.

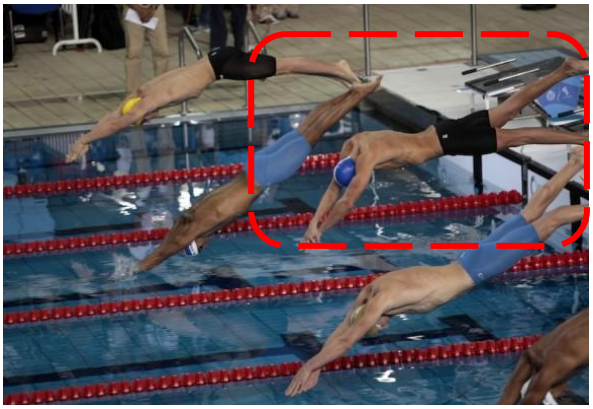


Figura 1. Fase de vuelo durante la arrancada de los 100 metros Libre, XVI Juegos Panamericanos. (Guadalajara 2011)

La arrancada, al ser el primero de los momentos de cualquiera de los eventos, ha sido estudiada con minuciosidad. Este fundamento técnico representa, aproximadamente, el 10% del tiempo total en distancias de 50 metros y el 5 % para distancias de 100 metros (Thayer y Hay citado en Maglischo, 2004).

Durante el nado subacuático, luego de la salida no aparece la resistencia en forma de olas, la profundidad óptima para reducir este tipo de resistencia debe estar entre 0,35 y 0,45 metros Little & Blanksby (2000) otros estudios demuestran que la velocidad de avance durante el nado subacuático disminuye, solamente, a velocidades superiores a 1,9 m/s Blanksby (1999)

Del estudio de las relaciones entre nivel de resultado y eficiencia de los componentes en la actividad competitiva se ha visto que la arrancada, el comportamiento sobre el propio tramo verdadero de la competencia, las vueltas y el tramo final, tienen influencia distinta en el nivel resultado en los 50, 100 y 200 metros, de este análisis se ha revelado que todos los componentes tienen un rol elevado, pero relativamente equivalente, en la obtención de grandes resultados en los 50 m. Cuando la distancia aumenta, existe un cambio en el rol de los componentes: aumenta gradualmente la importancia de la velocidad de nado en el tramo central de la competencia y se reduce la eficacia en la distancia afectada al tramo final Platonov y Bulatova (2004).

La arrancada para la técnica libre, tiene dos variantes de realización (Costill, Maglischo, y Richarson, 1994), ellas son: la arrancada de agarre, donde ambos pies son colocados de manera simétrica en el bloque, y la de atletismo, donde se adopta una posición de las piernas en forma de paso. Según Maglischo (2004) no hay diferencias significativas, para un mejor resultado, entre ellas. Las ventajas principales de que en los últimos años la variante de atletismo sea la más utilizada son dos: los nadadores pueden entrar antes en el agua; esto ocurre porque su centro de gravedad se desplaza prácticamente en línea recta hacia adelante más allá de la plataforma de salida hasta alcanzar el punto en el que empieza a caer hacia el agua. La segunda ventaja radica en que las piernas del nadador pueden desarrollar una mayor impulsión hacia adelante al recibir dos impulsos en vez de uno, empujando primero con la pierna que está situada detrás y después con la adelantada.

Las fases técnicas de esta variante de arrancada son: posición preparatoria, tirón y empuje, vuelo, entrada al agua, deslizamiento e inicio de la propulsión Maglischo (1992). Siguiendo estas mismas fases, se realizará el análisis al nadador cubano Hanser García que luego de una arrancada deficiente presenta una potencia de nado

en la distancia de 100 metros que lo ha llevado a resultados destacados en competiciones nacionales e internacionales.

Materiales y métodos

Se realizará un estudio biomecánico de la arrancada Hanser García teniendo como referencia la descripción técnica de Costill, Maglischo, y Richarson (1994), comparando posteriormente sus resultados con dos nadadores campeones olímpicos. Para el análisis aéreo se utilizan tres cámaras digitales de 30 cuadros por segundo, fijas y colocadas en un ángulo de 90 grados a una distancia de 5 metros del bloque de arrancada; el zoom en primer plano. Se le ubicaron al atleta puntos resaltados en cada articulación que son utilizados como referencias en el sistema de análisis de movimientos. La referencia espacial se toma con una caja de referencia tridimensional de 12 puntos y se instala un kit de luces de 1000 w con el fin de visualizar, sin dificultades, los puntos deseados.

Para el estudio subacuático se utilizan dos cámaras de 30 cuadros por segundo, la primera a una distancia de 3 metros de la pared de salida, la segunda separada a 8 metros de esta, ambas colocadas fijamente a una distancia de 5 metros de la línea de nado de Hanser García y a una profundidad de 0,6 metros por debajo de la superficie. Se utiliza una referencia bidimensional de 4 puntos.

Se realizan tres arrancadas con los mismos requisitos competitivos hasta una distancia de 15 metros. Una vez tomados los videos, se almacena en una computadora personal con un microprocesador Corel i3 en la cual son digitalizados los puntos en cada estudio (tridimensional y bidimensional) y procesados utilizando el programa de análisis de movimientos H-uman.

Desarrollo

Básicamente la arrancada se puede dividir en dos periodos generales: el ejecutado fuera del agua o aéreo y el periodo subacuático. Según Maglischo (2004) las diferencias entre las arrancadas de los diversos eventos y las formas de nado, ocurren en el segundo. Sin embargo, en los eventos cortos (50 y 100 metros) se precisa de velocidades mayores, por lo que los atletas están urgidos de movimientos enérgicos desde la señal de salida y de igual manera comenzarán a nadar accionando sus brazos

y piernas más precozmente que en los eventos de distancias más largas donde el ritmo es más moderado: 90,7% de la velocidad de 100 metros para los 200 metros hasta llegar a un 83,1 % para los 1500 metros Lacoste (1998).

Por este motivo las mediciones realizadas a Hanser García durante el periodo aéreo se comparan con las del nadador Michael Phelps quien ostenta una de las mejores arrancadas de los últimos años. Como las condiciones técnicas y físicas de Phelps son extraordinarias durante los movimientos subacuáticos y los eventos donde participan son otros que los de Hanser García, las mediciones realizadas en estos planos se comparan con las del nadador Peter van den Hoogenband quien participó en los JJOO de Sídney y Atenas en la distancia de 100 metros Libres obteniendo medallas de oro en ambos.

Resultados

Posición preparatoria: Posición que ocupa el nadador luego de que se da la señal de “a sus puestos”.

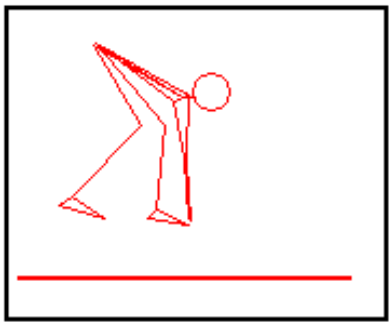


Figura 2. Diagrama biomecánico de Hanser García en la fase de posición preparatoria.

	Tronco con la pierna delantera (grados)	Brazos con respecto al tronco (grados)	Pierna delantera (grados)	Pierna trasera (grados)	Tiempo de reacción (segundos)
Phelps	16	110	135	95	0,13
García	18	122	127	134	0,13

Tabla 1. Mediciones angulares de los diferentes segmentos corporales en la posición preparatoria de Hanser García y Michael Phelps, además del tiempo de reacción.

Tirón y empuje desde el bloque de salida: desde que el atleta realiza el tirón hasta que el pie trasero deja de hacer contacto con el bloque**.**

Duración del tirón y empuje hasta que las manos abandonan el agarre del bloque de salida 0,50-0,60 segundos Haljand (2016)

	Hasta que las manos abandonan el agarre (segundos)	Brazos con respecto al tronco (grados)	Pierna delantera (grados)	Tronco con respecto a la pierna delantera (grados)	Pierna Trasera (grados)
Phelps	0,50	65	95	38	110
García	0,50	85	117	42	126

Tabla 2. Duración y ángulos de segmentos corporales hasta que las manos abandonan el bloque de arrancada en la fase tirón y empuje.

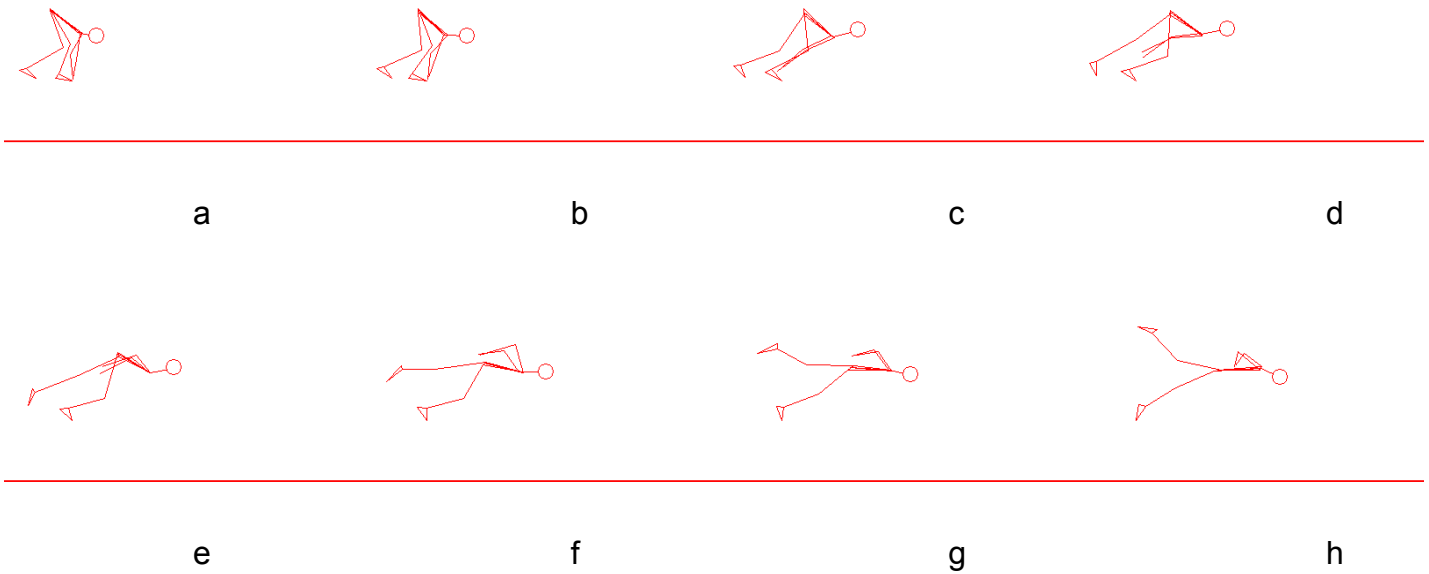


Figura 3. Fotogramas con los diagramas de la salida de García desde el inicio del tirón hasta el final del empuje

El empuje luego del abandono de las manos tiene una duración de 0,20-0,12 segundos Haljand (2016)

	Hasta el abandono de la pierna trasera del bloque (segundos)	Empuje luego del abandono de las manos del bloque (segundos)	Pierna delantera en la salida del pie trasero (grados)	Pierna trasera en su salida (grados)	Pierna trasera con respecto a la horizontal en su salida (grados)	Tronco con respecto a la pierna delantera en la salida del pie trasero (grados)	Tronco con respecto a la pierna trasera en salida (grados)	Sumatoria del ángulo del cuerpo con respecto a la horizontal (grados)
Phelps	0,13	0,23	117	190	30	100	155	18
García	0,10	0,26	120	180	34	65	111	18

Tabla 3. Duración del empuje hasta el abandono de la pierna trasera del bloque y ángulo de los segmentos corporales.

La velocidad de la cabeza durante el empuje: 4,2 – 5,5 m/s Haljand (2016)

Hanser García alcanza una velocidad de 4,3 m/s.

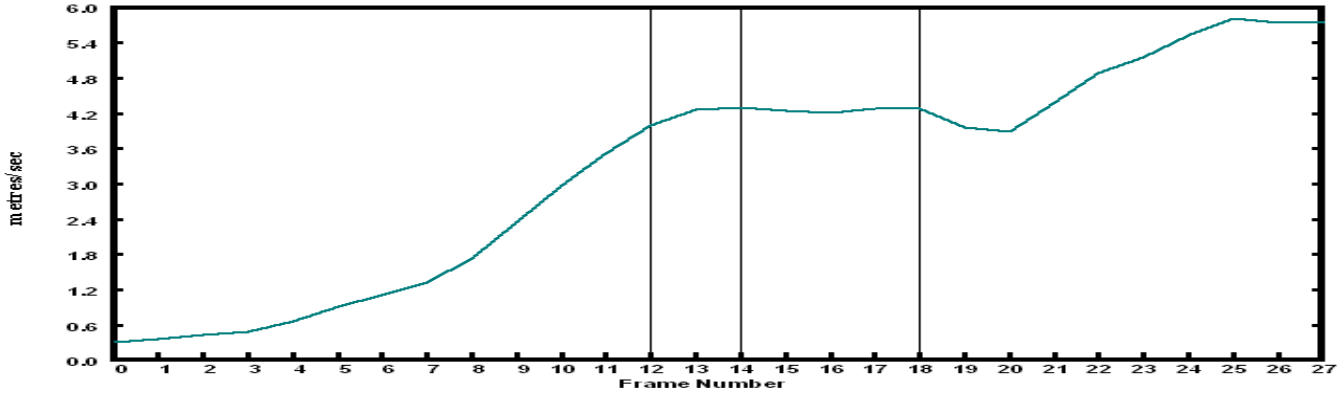


Figura 4. Velocidad de la cabeza durante el periodo aéreo, señalado los momentos de empuje de la pierna trasera (12), empuje de la pierna delantera (14) y inicio del vuelo(18).

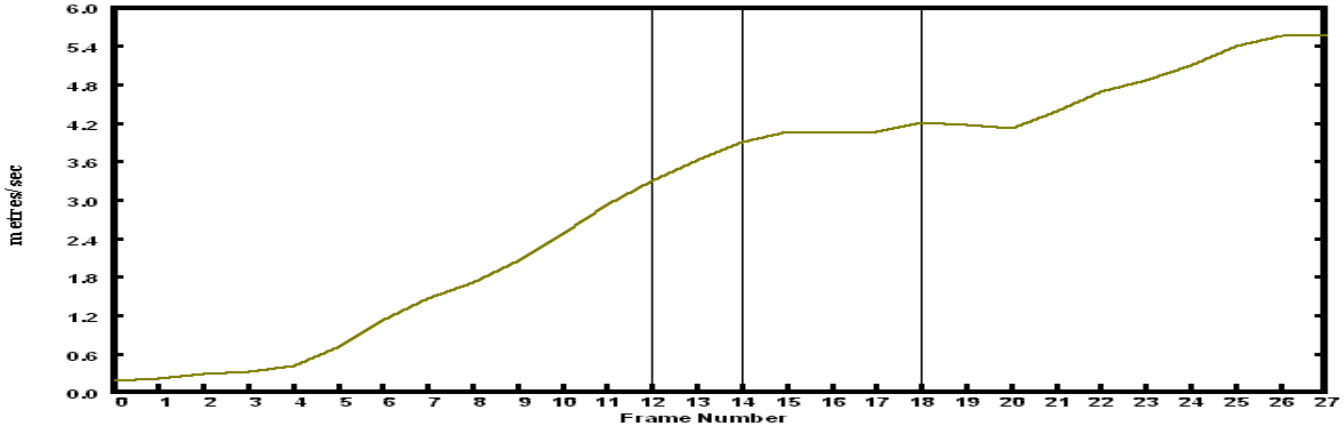


Figura 5. Velocidad frontal del cuerpo. (medido por el punto medio de las caderas) señalado los momentos de empuje de la pierna trasera (12), empuje de la pierna delantera (14) y inicio del vuelo (18).

El vuelo: desde que se ha perdido el contacto con el bloque hasta que las manos hacen contacto con el agua.

Figura 6. Inicio de la fase de vuelo de Hanser Gar

Figura 7. Final de la fase de vuelo de García

Velocidad frontal del cuerpo para atletas de la élite: 4,25 - 6,0 (m/s) Haljand (2016)

Hanser García alcanza 5,6 m/s

Distancia para atletas de la élite: 2,8 - 3,5 m Haljand (2016)

Hanser García obtiene 3,36 m

Entrada y deslizamiento: desde que las manos hacen contacto con el agua hasta que se inicia el primer movimiento propulsivo.

Ángulo de entrada (con respecto a la horizontal):

Phelps: 33 ^{0}

García: 44 ^{0}

Velocidad frontal de las manos a la entrada para atletas de la élite: 4,8-5,5 (m/s) Haljand (2016)

Hanser García: 5,6 (m/s).

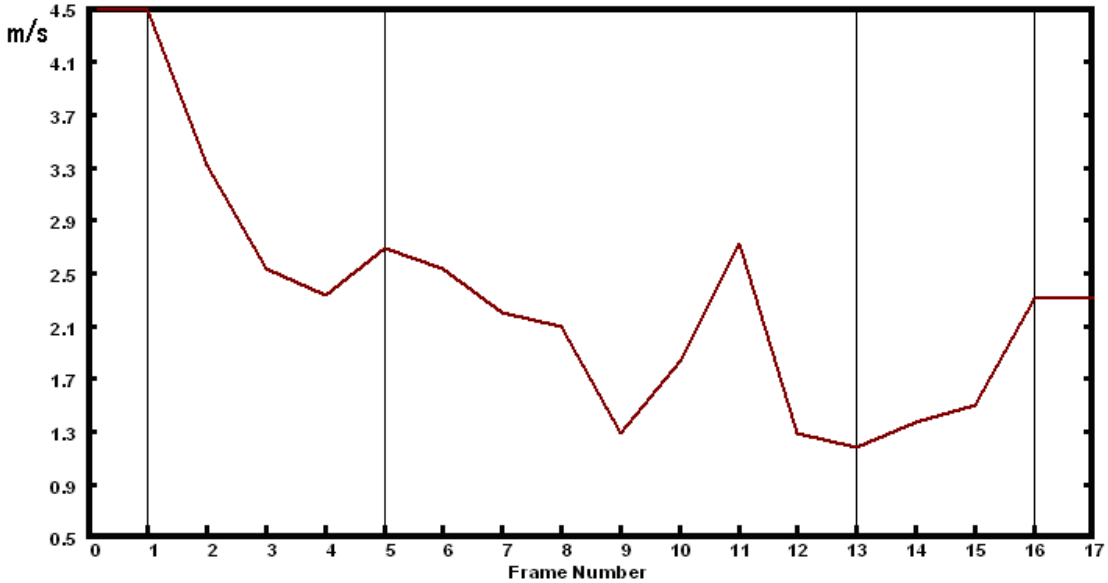


Figura 9. Velocidad frontal de la cabeza luego de la entrada al agua y hasta concluida la primera patada.

Los momentos específicos señalados en el eje de las abscisas se corresponden con:

(1) entrada de los brazos

(5) el cuerpo ha entrado por completo

(13) primer barrido ascendente de piernas

(16) primer barrido descendente de piernas

Velocidad frontal del cuerpo después de la entrada: 3,0 - 4,0 (m/s) Haljand (2016)

Hanser García: 2,55 m/s

<u>Inicio de la propulsión y la salida a la superficie:</u> Desde el inicio de la primera patada hasta el inicio de la primera brazada.

Velocidad frontal: 2,1- 2,7 (m/s) Haljand (2016)

Hanser García: 1.6 m/s.

Esta fase perdura para el nadador Peter Van den Hoogenband: 1,06 segundos, mientras que Hanser García utiliza 0,90 segundos.

Movimientos de piernas

Primera patada ascendente luego de la entrada:

Peter Van den Hoogenband la realiza a los 0,20 segundos

Hanser García a los 0,13 segundos

Cantidad de movimientos de piernas para salir a la superficie:

Peter Van den Hoogenband: cuatro simultáneos y uno alterno.

Hanser García: tres simultáneos y tres ciclos alternos.

Discusión

Posición preparatoria

Una vez revisados los resultados de esta fase, se nota que hay una posición con un potencial mayor de acumulación de energía en Michael Phelps dado que tiene una agrupación mayor de su tronco con respecto a la pierna delantera, igualmente la flexión lograda en la pierna trasera propicia un mejor momento de fuerza. Phelps se encuentra en mejor disposición de ejecutar el empuje en la horizontal durante esta fase al colocar la pierna delantera más extendida que García quien tiende a una mayor flexión y de esta manera los movimientos subsiguientes tendrán una componente mayor en la vertical, si por el contrario trabajara en la horizontal su impulso estaría limitado por una posición excesivamente flexionada lo que generará que no se utilice el máximo potencial de energía.

La reacción a la señal de salida es exactamente igual en los dos nadadores, por lo que se entiende que las diferencias de esta fase entre estos sujetos, en cuanto a la eficiencia alcanzada, son producto de una mejor colocación y posiblemente, de la fuerza de impulso realizada, elemento este que no es determinado en este estudio.

El tirón y empuje del bloque:

Esta fase debería realizarse de manera única, como se explica por los modelos ideales de la arrancada. El tirón en este tipo de arrancada está fusionado con el empuje del pie trasero y es un movimiento que debería únicamente romper la inercia estática para facilitar la salida, por lo que se debería ejecutar rápido y corto. Sin embargo, García lo ha dividido en dos: primero hay un movimiento de tirón por las manos demasiado

prolongado que provoca el descenso del centro de los hombros. (Véase en el modelo señalado), donde el centro se encuentra por debajo de la horizontal. Dicha posición perdura hasta que las manos abandonan el agarre. Al descender el centro de gravedad del cuerpo producto de esta acción, una parte de la energía del empuje tiene, inicialmente, que dedicarse a contrarrestar el impulso descendente, para luego, desplazar el cuerpo en la horizontal. Por otra parte, la posición de todos los segmentos corporales, es decir, los ángulos de la posición corporal hasta el vuelo se verán afectados.

Figura 8. Modelo de la arrancada de Hanser García hasta la entrada del cuerpo al agua. Luego aparece el empuje de la pierna trasera. Este provoca que la velocidad del cuerpo aumente progresivamente llegando a los 4 m/s, a partir de este momento comienza el empuje de la pierna delantera y como se puede apreciar surge un estancamiento de este indicador. Esto muestra que dicha acción no es efectiva, posiblemente por un débil empuje. La explicación puede encontrarse en la figura 5. Luego del inicio de la fase (cuadros 14-15) y el final de la misma (cuadros 17-18), cuando los ángulos de las piernas están en mejor posición de generar fuerza, aparece una meseta en el comportamiento de la velocidad corporal (cuadros 15-17).

<u>El vuelo:</u> Este se encuentra dentro de los valores de los modelos internacionales, García se desplaza hasta penetrar con las manos a una distancia de 3,36 m. del extremo de la piscina. Por supuesto de mejorarse los aspectos anteriores se incrementará esta distancia. Existe otro elemento que puede dar al traste con un vuelo más prolongado: el ángulo entre las piernas en el momento del despegue es de 71 grados; un ángulo de esa magnitud provoca que una vez el cuerpo se encuentre en el aire, el torso y la cabeza son proyectados hacia abajo como contrapeso de esta acción. (Phelps adopta un ángulo de 40 grados).

La entrada: Es realizada con un ángulo de 44 grados respecto a la horizontal, demasiado agudo para eventos de velocidad como en los que García participa. Las mediciones de diversos atletas plantean ángulos entre los 25 - 35 grados Maglischo (2004) mientras que Haljand (2016) en su modelo técnico plantea un rango entre los 30 - 40 grados para cualquier técnica. Por su parte Phelps realiza la entrada con 33 grados.

La entrada con dicho ángulo, provoca que se tenga que realizar una acción inmediatamente que se entre en el agua de ajuste de la posición corporal para impedir hundirse de más y con ello perder tiempo en llegar a la superficie, pero ello se crea una resistencia frontal que disminuye la velocidad frontal de manera importante.

El deslizamiento: Una vez que penetra, busca inmediatamente la colocación horizontal posicionándose en ángulo de 25 grados con la horizontal y finalmente alcanza los 14 grados antes de comenzar los movimientos propulsivos. Este cambio repentino provoca que se modifique la posición del cuerpo para la entrada, incrementando la distancia entre el punto por donde penetró la cabeza y por donde entraron los pies, la cual es de 1,4 m. Este defecto crea una pérdida inmediata de la velocidad frontal por rozamiento que se traduce de unos 5,6 m/s. al hacer contacto con el agua, a 3,95 m/s. que logra una vez que se ha sumergido completamente y en fracciones de segundos a 2,55 m/s. debido fundamentalmente a este defecto mecánico sobre el componente horizontal. Esta pérdida de impulso provoca que los movimientos subacuáticos tengan que realizarse precozmente dado que se aproxima a la velocidad de nado del atleta en la distancia (aproximadamente 2,1 m/s) y por lo tanto se realizan una serie de movimientos que generan resistencia hasta llegar a la superficie desaprovechando el impulso de la arrancada.

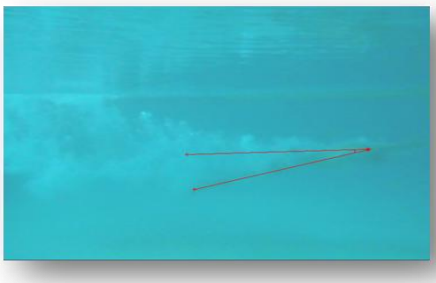
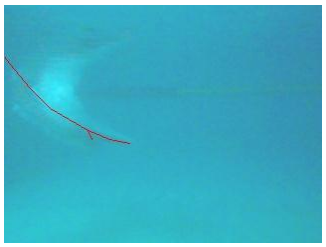


Figura 9. Ángulo con que Hanser García busca la superficie.

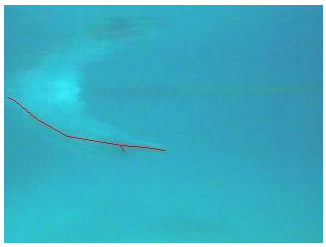
Figura 10. Componente horizontal, distancia entre el punto más cercano a la superficie y el más alejado de esta durante el deslizamiento (0,78 m)

<u>Propulsión y salida a la superficie:</u> Esta fase se ve afectada porque el García realiza la primera patada ascendente demasiado rápido (0,13 s) Láminas (f y g) subacuáticas. En la prueba de 100 m se deberá aprovechar más el impulso de la arrancada, sino se provocará pérdida de impulso por resistencia que luego tiene que alcanzarse con movimientos propulsivos (brazadas) lo que al final es más gasto energético. En eventos cortos este accionar no es extraño pero el defecto de García es el pronunciado ángulo de entrada para posteriormente modificar su postura, lo que a la postre es doblemente perjudicial.

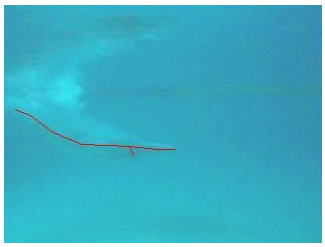
Otro elemento que deberá trabajar es el movimiento de piernas subacuático, las patadas de delfín que realiza parten desde las rodillas, creando una gran resistencia frontal cada vez que se realizan los movimientos ascendentes (recuperación de las piernas) véase láminas f-g y m-n.



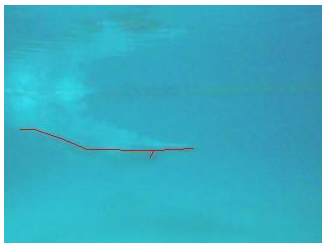
a



b



c



d

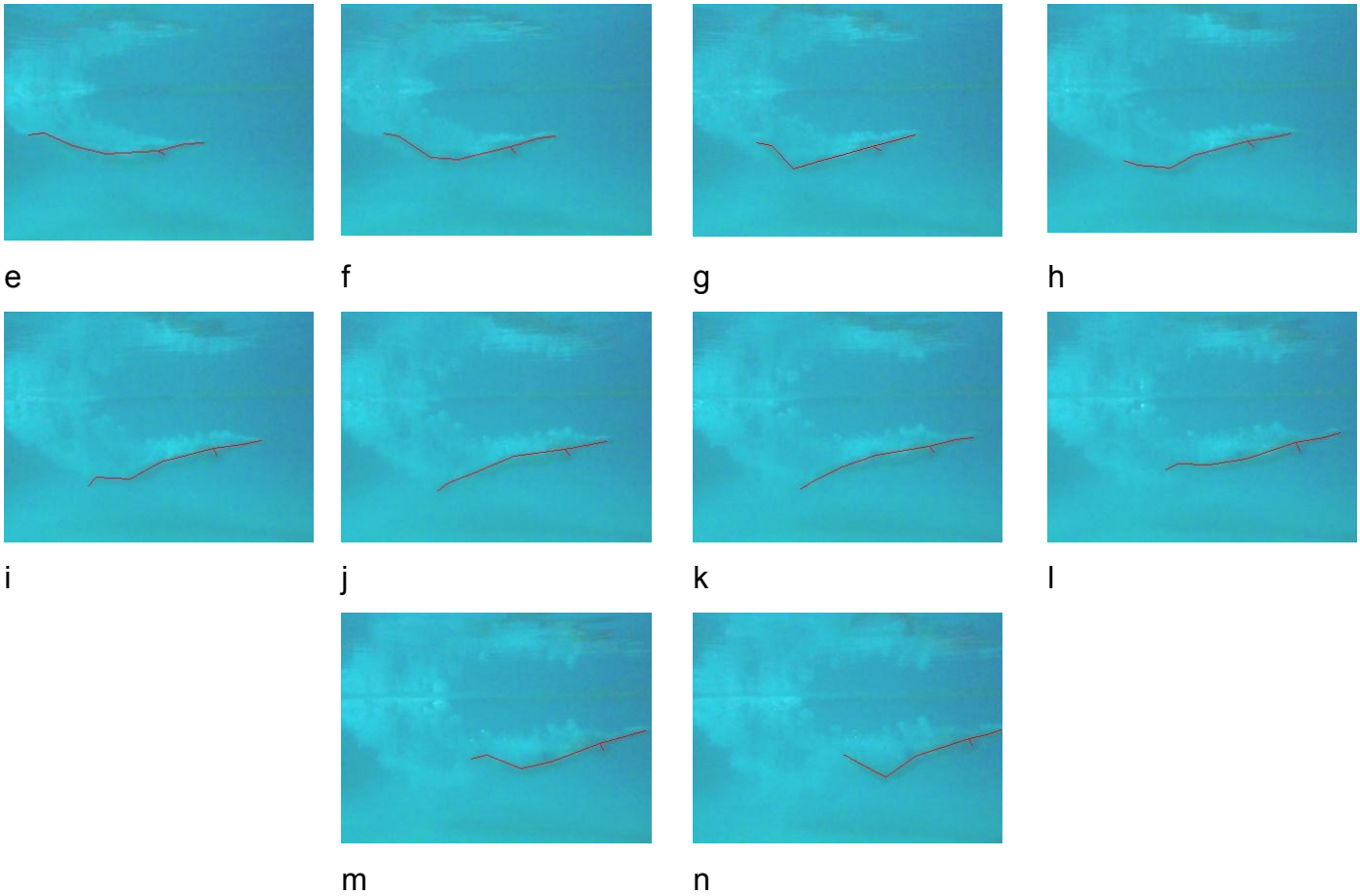


Figura 11. Fotogramas con los diagramas de la entrada al agua, deslizamiento e inicio de la propulsión y salida a la superficie de Hanser García.

Conclusiones

1. La posición preparatoria de Hanser García presenta dificultades técnicas que le provocan pérdida de fuerza de empuje.
2. La rapidez de reacción de Hanser García está al nivel de los patrones de ejecución y del realizado por Michael Phelps.
3. Durante el tirón y el empuje el centro de gravedad desciende sobradamente, lo que genera pérdida de tiempo y potencia, al mismo tiempo el empuje con la pierna adelantada es escaso; el ángulo formado entre las piernas al final de esta fase es excesivo.

4. El vuelo es realizado con un ángulo muy agudo lo que le provoca deformar la posición corporal al entrar al agua y aumentar así, la resistencia frontal.
5. La fase inicio de la propulsión y salida a la superficie es ejecutada con insuficiente técnica lo que crea una pérdida de velocidad frontal significativa.

Bibliografía

1. Absaliamov, T. M. y Timakoba T. C. (1990). Aseguramiento científico de la preparación de los nadadores. Moscú, Ed. Vneshtorgizdat.
2. Blanksby, B. (1999). Gaining on turn. Disponible en www.educaction.ed.uk.
3. Costill, D., Maglischo, E. y Richarson, A. (1994). Natación. Barcelona, Ed. Hispano Europea.
4. Haljand, R. http://www.swim.ee/, revisado 2012.
5. Lacoste (1998). El ejercicio muscular. Barcelona, España. Ed: Paidotribo
6. Little, A. y Blanksby, B. (2000). A look at gliding and underwater kicking in the swim turn. Disponible en www.education.ed.ac.uk
7. Maglischo, E. (1992) Swimming Even Faster. Londres, Ed. Mountain View.
8. Maglischo, E. (2004) Swimming Fastest. Londres, Ed. Mountain View.
9. Platonov, V. y Bulatova, M. (2004). El Entrenamiento de los Velocistas en Natación. Ed: Standard.
10. Reischle, K. (1993) Biomecánica de la natación. Madrid, Ed. Gimnos

Título: Diferencias biomecánicas en la patada AP Chagüi entre taekwondocas de cinturón blanco y negro

Biomechanical differences in AP Chagüi between whitebelt and black of taekwondo

Autores: MSc. Eduardo Marcelo Loachamin Aldaz* (emloachamin@espe.edu.ec)

Lic. Fanny Mariela Mena Pila*. (menamariela23@gmail.com)

Lic. Erika Estefanía Durán Portilla*(duran.estefania27@gmail.com)

Dr.C. Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo** (giceyamc@gmail.com)

*Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE

**Universidad de Guayaquil

País: Ecuador

RESUMEN

Introducción: La biomecánica al estudiar las estructuras de carácter cinemático y mecánico posibilita detectar supuestos que potencian un movimiento motriz en función de optimizar la técnica deportiva y por ende elevar el rendimiento. **Objetivo:** Determinar las diferencias biomecánicas en diversas variables del movimiento técnico de la patada Ap Chagüi en deportistas de taekwondo con cinturón blanco y negro. **Métodos:**Se estudia a una población de siete deportistas de cinturón blanco y siete de cinturón negro, investigando las variables cinemáticas del ángulo del brazo en sus tres fases, ángulo de la pierna en sus tres fases, centro de gravedad en sus dos ejes, velocidad inicial y final, y tiempo total y de impacto. **Resultados:**Se estableció la existencia de diferencias significativas entre la posición uno de la pierna (p=0,053), eje X del centro de gravedad (p=0,026), velocidad inicial (p=0,038) y velocidad final (p=0,017), así como el tiempo de impacto de la patada (p=0,053) a partir de la Prueba U de Mann-Whitney (α=0,1). Mientras que no existieron diferencias significativas en la posición uno del brazo (p=0,259), posición dos del brazo (p=0,535), posición tres del brazo (p=0,318), posición dos y tres de la pierna (p=0,209; p=0,53), eje Y del centro de gravedad (p=0,456) y tiempo total de la patada (p=0,805), aunque si se manifestaron diferencias en los rangos promedios. **Conclusiones:**Las

descripciones y correlaciones de las variables cinemáticas de la patada Ap Chagüi permitirán conformar futuros baremos del rendimiento técnico del deportista de taekwondo en diferentes categorías de formación.
Palabras clave: Tae Kwon Do,Ap-chagui, Biomecánica, Cinturones blanco y negro.

ABSTRACT

Introduction: Biomechanicsstudythestructures of kinematic and mechanicalcharactermakesitpossible to detectsupposedthatpromote a motor movement in function of techniqueoptimizing in sports and therefore to performance increase. **Objective:** To determine thebiomechanicaldifferences in variables of technicalmovement in Ap Chagüi kick in taekwondo athleteswithblack and whitebelt.**Methods:**Westudied a population of sevenwhitebelt and sevenblackbeltathletes, investigatingthekinematic variables of armangle in itsthreephases, legangle in itsthreephases, center of gravity in itstwoaxes, velocityinitial and final, total time and impact time.**Results:**Thereweresignificantdifferencesbetweenleg position ($p = 0.053$), X axis of gravity center ($p = 0.026$), initialvelocity ($p = 0.038$) and final velocity ($p = 0.017$). As well as theimpact time of thekick ($p = 0.053$) with Mann-Whitney U-Test ($\alpha = 0.1$). Whiletherewere no significantdifferences in arm position one ($p = 0.259$), arm position two ($p = 0.535$), arm position three ($p = 0.318$), leg position two and three ($p = 0.209$; $P = 0.53$), Y axis of thegravity center ($p = 0.456$) and total time of thekick ($p = 0.805$), althoughdifferenceswereobserved in theaverageranges.**Conclusions:**Thedescriptions and correlationskinematic variables in Ap Chagüi kickwillallowfuturedesign of technical performance scale in taekwondo athletefromdifferent training categories.
Keywords: Tae Kwon Do, Ap-chagui, Biomechanics, Black and whitebelts.

INTRODUCCIÓN

El deporte es uno de los fenómenos sociales más importantes en el mundo, ya que conlleva una serie de intereses económicos de gran magnitud, siendo su máxima expresión las olimpiadas y campeonatos del mundo(1). Los parámetros antropométricos como talla, envergadura y longitudes de los deportistas son importantes en cada una de las disciplinas(2), al igual que la aplicación de la biomecánica para identificar los principios y leyes mecánicas que intervienen en la ejecución de una destreza motriz(3,4).

El trabajo de los biomecánicos deportivos está orientado básicamente a mejorar el rendimiento deportivo y a disminuir el nivel de incidencia de las lesiones en los diferentes deportes(5,6,7). Por esta razón, la mayoría de ellos determinan que el rendimiento deportivo se caracteriza por tener un bajo nivel de variabilidad cuando se implementa un movimiento determinado en deportes eminentemente técnicos, aunque en deportes eminentemente técnico-tácticos dicha variabilidad aumenta, al aumentar la movilidad del oponente en términos de incertidumbre(8,9). Esto ha llevado a los investigadores biomecánicos a crear valores de variables como principales estándares en el rendimiento del gesto deportivo(10), contribuyendo a la teoría y metodología del entrenamiento en un deporte específico, creando así la técnica ideal(11,12).

La cultura asiática posee numerosos puntos en común. En cuanto a la historia en un principio las formas del Taekwondo fueron una versión Coreana del karate shotokan. Años más adelante las formas del Taekwondo le darían las características únicas que llevaron al arte del General Choi a ser uno de los deportes más practicados en el mundo(13).

La biomecánica consiste principalmente en el estudio que coexiste entre dos elementos, el biológico y el mecánico(14,15). De esta manera se han acuñado términos para definir esta área, por esta razón en libros o revistas el nombre genérico de biomecánica se estudian problemas como microcirculación, prótesis, movimiento humano y mundo del deporte. Por ello, la biomecánica es aquella disciplina que utiliza instrumentos de la mecánica para el estudio del movimiento humano(16).

El estudio de diferencias biomecánicas esta direccionado en lo fundamental a los deportistas con cinturones blancos(17,18), deportistas que inician en el deporte, y que le permite ver el proceso de forma concreta hasta llegar a cinturón negro, donde su conocimiento es más teórico y práctico(19), además de la aplicación de los valores que les enseña la disciplina.

La fuerza de una patada se relaciona con la velocidad de ejecución del movimiento(20), bajo la teoría de proyectiles, un material blando con masa como el plomo, a grandes velocidades puede atravesar materiales tan fuertes y resistentes como el acero(21), aspecto basado en la segunda ley de Newton.

El Taekwondo contiene una serie de principios, teorías y conceptos. Este deporte es de un desarrollo completo el cual mejora las cualidades volitivas y cualidades físicas, los cuales son factores muy determinantes en cualquier deporte. El desarrollo armonioso de la musculatura, las cualidades motrices, trabajo del sistema cardiorrespiratorio, así como el desarrollo de las capacidades coordinativas generales y una mejora física son importantes al momento de practicar Taekwondo.

Por las características mencionadas, éste deporte influye directamente sobre la salud y otros factores(22), tomando en cuenta que a diferencia de otros deportes, éste desarrolla diversos aspectos mentales, entre ellos, la autoestima, la confianza en sí mismo y la seguridad(23).

Los requisitos más relevantes en un movimiento de patada se relacionan con la flexibilidad(24), luego la posición natural del cuerpo, agilidady discreción(2),este último como acción a realizar relacionada con el centro de gravedad el cual eleva el nivel de ataque o defensa (25,26).

La potencia muscular, es el tipo de fuerza que viene de la actividad muscular, y esta es resultado de la energía generada por la contracción muscular (concéntrica y excéntrica) en el tae kwon do su base es el golpeo y el bloqueo, y es necesario el entrenamiento de la rapidez y de la potencia(27).

Existen dos acciones que se realizan en Taekwondo: técnica y táctica, estos se relacionan directamente con los elementos técnicos y tácticos respectivamente. Los elementos técnicos sonesenciales e imprescindibles en la estructura funcional

de la acción técnica, que al relacionarse con el sistema de entrenamiento es la base de la estructura del movimiento deportivo para la aplicación de estas acciones(28).

En cuanto a la acción técnica es el resultado de la ejecución del gesto deportivo como modelo ideal, el cual no es una decisión que dependa solamente del adversario, si no del mismo deportista que la ejecuta(29). Estas acciones son un proceso de ejecución de todos los elementos técnicos, los cuales se basan en los modelos de entrenamiento, capacidades y condiciones que posea cada deportista(28,30), donde se incluye la longevidad deportiva como variable potenciadora del movimiento motriz y que por demás en un requisito para el cambio de cinturón en taekwondo.

El objetivo de la presente investigación en encontrar las diferencias biomecánicas en varias variables cinemáticas de la técnica Ap Chagüide taekwondo entre deportistas de cinturón blanco y negro. Los datos obtenidos en la investigación permitirán establecer a futuro comparaciones pertinentes entre deportistas de iniciación y expertos, construyendo baremos basados en un modelo superior de nivel técnico-táctico, lo cual permitiría corregir movimientos técnicos a entrenadores y optimizar el proceso de dirección del entrenamiento deportivo.

MÉTODOS

En la presente investigación se aplicó el programa Kinovea, para evaluar los ángulos en cada fase de la patadaAp Chagüi y el movimiento acompañante de brazo (tres fases), velocidad inicial y final, tiempo total y tiempo en realizar el impacto, y centro de gravedad de una población de siete deportistas de cinturón blanco y siete deportistas de cinturón negro, integrantes de alto rendimiento del Ecuador según su edad.

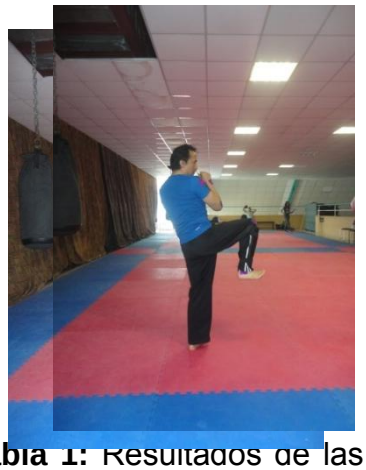
Se empleó el SPSS para comparar las variables estudiadas, aplicando la pruebaU de Mann-Whitney ($p \leq 0,1$). Se empleó un nivel de significación aceptado para las ciencias sociales (90% de margen de confianza) dado el carácter de la investigación, donde las diferencias entre las variables biomecánicaspuede ser

estadísticamente pequeñas pero igual de influyentes en términos de rendimiento motriz.

La patada ap-chagui, se divide en tres impactos a los genitales (el impacto se lo realiza con el empeine del pie), el estómago (el impacto se lo realiza con la planta del pie en el área de los metatarsos) y a la cara (el impacto se lo realiza con la planta del pie en el área de los metatarsos).

Se estudia precisamente la patada al estómago, las fases tomadas en cuenta para el estudio biomecánico son:

1. Posición inicial 2. Elevación de rodilla 3. Impacto.



RESULTADOS

Tabla 1: Resultados de las mediciones realizadas a los deportistas con cinturón blanco.

NOMBRE	**Ángulos brazo**			**Ángulos Pierna**			**Centro de gravedad**		**Velocidad m/s**		**Tiempo**	
CINTURON BLANCO	P1	P2	P3	P1	P2	P3	**X**	**Y**	inicial	Final	Total	impacto
Atleta1	46	99	161	169	121	166	148,72	115,25	1,53	5,16	1,6	0,56
Atleta2	77	134	161	173	87	162	169,42	124,46	1,99	3,95	0,8	0,4
Atleta3	40	99	147	179	89	179	174,78	142,05	2,33	6,21	0,9	0,4
Atleta4	93	138	134	176	87	172	163,78	111,73	2,53	5,3	1,6	0,43
Atleta5	43	65	51	175	81	156	168,3	111,11	1,68	2,95	1,46	0,53
Atleta6	60	71	65	152	77	172	163,05	112,47	2,13	5,35	1,3	0,43
Atleta7	71	96	131	161	81	186	169	114,57	2,36	3,82	0,76	0,33
PROMEDIO	**61,43**	**100,29**	**121,43**	**169,29**	**89**	**170,43**	**165,29**	**118,81**	**2,08**	**4,68**	**1,2**	**0,44**

El ángulo promedio de brazos se estableció en la posición 1 (P1) en 61,43° grados, en la posición 2 (P2) en 100,29° y la posición 3 (P3) en 121,43°. El ángulo promedio de piernas se estableció en la posición 1 (P1) en 169,29°, en la posición 2 en 89° y la posición 3 en 170,43°. Por otra parte, el centro de gravedad en el eje X se estableció como promedio en 165,29 y en el eje Y en 118,81, con una velocidad promedio inicial de 2,08m/s y final de 4,68m/s, con un tiempo total de 1,2 e índice de impacto promedio de 0,44.

Tabla 2: Resultados de las mediciones realizadas a los deportistas con cinturón negro.

NOMBRE	**Ángulos brazo**			**Ángulos Pierna**			**Centro de gravedad (cm)**		**Velocidad m/s**		**Tiempo**	
CINTURON NEGRO	P1	P2	P3	P1	P2	P3	**X**	**Y**	Inicial	Final	Total	Impacto
Atleta1	75	100	103	176	87	173	161,36	119,71	0,96	5,87	0,9	0,43
Atleta2	77	130	160	168	87	165	192,41	103,7	1,87	2,26	1,2	0,36
Atleta3	75	60	54	184	73	192	250,54	106,64	1,67	0,47	1,4	0,4
Atleta4	61	68	68	185	74	181	197,66	113,23	1,78	1,3	1,4	0,33
Atleta5	83	81	76	182	76	199	251,87	116,03	2,04	1,45	1,1	0,33
Atleta6	73	124	146	174	85	187	216,45	103,61	1,48	2,12	1,16	0,33
Atleta7	51	69	50	187	82	183	172,68	118,17	0,93	1,15	1,1	0,33
PROMEDIO	**70,714**	**90,286**	**93,857**	**179,429**	**80,571**	**182,857**	**206,139**	**111,584**	**1,628**	**1,458**	**1,180**	**0,359**
U de Mann-Whitney	0,259	0,535	0,318	0,053	0,209	0,53	0,026	0,456	0,038	0,017	0,805	0,053

El ángulo promedio de brazos se estableció en la posición 1 (P1) en 70,714° grados, en la posición 2 (P2) en 90,286° y la posición 3 (P3) en 93,857°. El ángulo promedio de piernas se estableció en la posición 1 (P1) en 179,429 en la posición 2 en 80,571° y la posición 3 en 182,857°. Por otra parte, el centro de gravedad en el eje X se estableció como promedio en 206,139 y en el eje Y en 111,584, con una velocidad promedio inicial de 1,628m/s y final de 1,458m/s, con un tiempo total de 1,180 e índice de impacto promedio de 0,359.

DISCUSIÓN

Un análisis de los elementos biológicos y mecánicos de la patada ApChagui posibilitó determinar características básicas a tener en cuenta en la futura modelación del entrenamiento deportivo, tal y como se afirma en la literatura base(14,15) y la especializada(17,18,19).

Al aplicar la Prueba U de Mann-Whitney, se demostró las diferencias entre los gestos técnicos en la población objeto de estudio, permitiendo entre otros aspectos, determinar variables que como la velocidad posee influencia en el éxito motriz(20). En ese sentido, se determinó la no existencia de diferencias significativas entre el ángulo del brazo en la primera fase de la Patada ApChagui (p=0,259) entre deportistas de cinturón blanco y negro. No obstante, los rangos promedios establecieron que los atletas de cinturón negro poseen un mayor ángulo en la técnica descrita (8,79) que la muestra de cinturones blanco (6,21). Igualmente se demostró que no existen diferencias significativas entre el rendimiento técnico en el ángulo del brazo en la segunda fase de la Patada ApChagui (p=0,535) entre deportistas de cinturón blanco y negro, estableciéndosemayores rangos promedios en los atletas de cinturón blanco (8,29) que en cinturones negro (6,21). Para el caso del ángulo del brazo en la tercera fase de la Patada ApChagui entre deportistas de cinturón blanco y negro tampoco de establecieron diferencias significativas (p=0,318), siendo mayor el rango promedio establecido en los deportistas de cinturón blanco poseen un mayor ángulo en la técnica descrita (8,71) que la muestra de cinturones negro (6,29).

El estudio biomecánico realizado en los miembros superiores que intervienen en esencia como factor coordinativo (equilibrio)(31) en la técnica de patada ApChagui, demostraron que en ningún caso existió diferencias significativas. En parte lo anterior se justifica por el efecto secundario de los miembros superiores en el rendimiento de miembros inferiores, aun existiendo diferencias en los rangos promedios obtenidos, y la influencia en términos de velocidad de la rotación de los

brazos(32), lo que implica una técnica menos depurada en términos biomecánicos, ya que los deportistas de cinturón negro llegan a tener un estilo de pelea independiente de un modelo general.

Por otra parte, el estudio de miembros inferiores demostró la existencia de diferencias significativas entre el rendimiento técnico en el ángulo de la pierna en la primera fase de la Patada ApChagui (p=0,053) entre deportistas de cinturón blanco y negro, estableciéndose un rango promedio mayor en los deportistas de cinturón negro (9,64) que en los deportistas de cinturones blanco (5,36). Para el caso de la segunda fase en el ángulo de pierna, la U de Mann-Whitney demostró la no existencia de diferencias significativas (p=0,209) entre los deportistas comparados, siendo mayor el rango promedio en los cinturones blanco (9,00) que en la muestra de cinturones negro (6,00). Para el caso de la tercera fase del movimiento angular de piernas sí se demostró diferencias significativas (p=0,053), siendo mayor el rango promedio en deportistas de cinturón negro (9,71) que en cinturones blanco (5,29).

Las diferencias significativas detectadas pueden relacionarse con el grado de destreza técnica presentes en los deportistas estudiados, en lo que influye la longevidad deportiva, que implica a su vez mayor potenciación en las capacidades físicas determinantes como es el caso de la flexibilidad(24), la posición natural del cuerpo, agilidad, discreción(2), potencia y rapidez(27), así como la influencia del centro de gravedad en los movimientos de ataque y defensa (25,26).

Para el caso del estudio del centro de gravedad, la Prueba U de Mann-Whitney demostró la existencia de diferencias significativas en el eje X (p=0,026) entre deportistas de cinturón blanco y negro, estableciéndose un rango promedio mayoren los atletas de cinturón negro (10) que en cinturones blanco (5); mientras que en el eje Y no se establecieron diferencias significativas (p=0,456) entre las muestras independientes estudiadas, aunque si se determinó diferencias en los rangos promedios en los atletas de cinturón blanco (8,43) y cinturones negro (6,57). Tal y como afirma Estevan, Jandacka, & Falco(18) la postura de la posición puede afectar la efectividad técnica en la ejecución de las patadas del taekwondo,

un aspecto que diferencia técnicamente a deportistas de diferentes cinturones, siendo probabilísticamente peor adoptar un ángulo de 90°, aspecto característico en taekwondocas de iniciación.

Para el caso del estudio de la velocidad, como aspecto esencial en el rendimiento del taekwondo(20), La Prueba U de Mann-Whitney demostró la existencia de diferencias significativas en la velocidad inicial (p=0,038) entre deportistas de cinturón blanco y negro, siendo mayor el rango promedio en deportistas de cinturón blanco (9,86) que en cinturones negro (5,14), lo cual se justifica dado un menor bajo rendimiento técnico en los primeros, que realizan menores fintas y por ende mayores patadas con inefectividad (patadas al aire sin contacto con el oponente). Por otra parte, en la velocidad final también se determinaron diferencias significativas (p=0,017), estableciéndose un rango promedio mayor en los deportistas de cinturón blanco (10,14) que en la muestra de cinturones negro (4,86).

Finalizando, el estudio del tiempo total estableció la no existencia de diferencias significativas (p=0,805), con un rango promedio mayoren deportistas de cinturón blanco (7,79) que en cinturones negro (7,21), mientras que el tiempo de impacto fue significativamente diferente (p=0,053), siendo mayor el rango promedio endeportistas de cinturón blanco (9,71) que en deportistas de cinturones negro (5,29).

A pesar de la existencia de algunas diferencias no significativas, es útil aclarar que el rendimiento deportivo es multifactorial, por lo cual es necesario considerar que el éxito deportivo depende también de otros aspectos que deben analizarse junto a las variables estudiadas de forma integral, incluyendo las influencias ejercidas por variables tales como los modelos de entrenamiento, las características de los oponentes, el desarrollo alcanzado en las capacidades físicas, y los condicionantes individuales entre otros(28,33).

A modo de conclusión, luego de la comparación biomecánica entre deportistas de cinturón blanco y negro, se establecieron la existencia de diferencias significativas entre la posición 1 de la pierna (p=0,053), eje X del centro de gravedad (p=0,026), velocidad inicial (p=0,038) y velocidad final (p=0,017),y tiempo de impacto de la

patada (p=0,053) a partir de la Prueba U de Mann-Whitney, bajo un nivel de significación de 0,1. Mientras que no existieron diferencias significativas en la posición 1 del brazo (p=0,259), posición 2 del brazo (p=0,535), posición 3 del brazo (p=0,318), posición 2 de la pierna (p=0,209), eje Y del centro de gravedad (p=0,456) y tiempo total de la patada (p=0,805), aunque si se manifestaron diferencias en los rangos promedios.

El presente estudio permite sentar las bases comparativas para conformar futuros baremos del rendimiento técnico del deportista de Taekwondo en diferentes categorías de formación.

AGRADECIMIENTOS

Al proyecto de investigación “Gestión de competencias para publicaciones científicas en estudiantes de pregrado y postgrado de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE”.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alonso J, Grande I. Comportamiento del consumidor: decisiones y estrategia de marketing. Madrid: ESIC Editorial; 2013.
2. Bridge CA, da Silva Santos JF, Chaabène H, Pieter W, Franchini E. Physical and physiological profiles of taekwondo athletes. Sports Medicine. 2014; 44(6): p. 713-733.
3. Blazevich AJ. Sports biomechanics: the basics: optimising human performance. 2nd ed.: A&C Black; 2013.
4. León S, Calero S, Chávez E. Morfología funcional y biomecánica deportiva. 2nd ed. Quito: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE; 2016.
5. McBain K, Shrier I, Shultz R, Meeuwisse WH, Klügl M, Garza D, et al. Prevention of sports injury I: a systematic review of applied biomechanics and physiology outcomes research. British journal of sports medicine. 2012; 46(3):

p. 169-173.

6. McIntosh AS. Biomechanical considerations in the design of equipment to prevent sports injury. Proceedings of the Institution of Mechanical Engineers, Part P. Journal of Sports Engineering and Technology. 2011; 226(3-4): p. 193-199.
7. Estevan I, Jandacka D, Falco C. Effect of stance position on kick performance in taekwondo. Journal of sports sciences. 2013; 31(16): p. 1815-1822.
8. Casolino E, Lupo C, Cortis C, Chiodo S, Minganti C, Capranica L, et al. Technical and tactical analysis of youth taekwondo performance. The Journal of Strength & Conditioning Research. 2012; 26(6): p. 1489-1495.
9. Tornello F, Capranica L, Minganti C, Chiodo S, Condello G, Tessitore A. Technical-tactical analysis of youth Olympic Taekwondo combat. The Journal of Strength & Conditioning Research. 2014; 28(4): p. 1151-1157.
10. Puentes E, Calero S. Fundamentals for a biomechanical analysis of aikido. Lecturas: educación física y deportes. 2014 Marzo; 18(190): p. 1-13.
11. Estevan I, Jandacka D, Falco C. Effect of stance position on kick performance in taekwondo. Journal of sports sciences. 2013; 31(16): p. 1815-1822.
12. McGinnis P. Biomechanics of sport and exercise.. 3rd ed.: Human Kinetics.; 2013.
13. Iriarte L. Introducción. In Iriarte L. Un Día en la Eternidad. La Historia de Las Formas del Taekwondo. Argentina: Dunken; 2013. p. 15.
14. Fung YC. Biomechanics: mechanical properties of living tissues. 2nd ed.: Springer Science & Business Media; 2013.
15. Winters JM, Woo SL. Multiple muscle systems: biomechanics and movement organization. 2nd ed.: Springer Science & Business Media; 2012.
16. Redín MI. Biomecánica de la Actividad Física y El Deporte. In Redín MI. Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte.: Médica Panamericana; 2008. p. 3.
17. Tan YL, Krasilshchikov O. Diversity of attacking actions in Malaysian junior and

senior taekwondo players. International Journal of Performance Analysis in Sport. 2015; 15(3): p. 913-923.

18. Estevan I, Falco C, Silvernail JF, Jandacka D. Comparison of Lower Limb Segments Kinematics in a Taekwondo Kick. An Approach to the Proximal to Distal Motion. Journal of human kinetics. 2015; 47(1): p. 41-49.
19. Abad F. Tae Kwon Do Buenos Aires: Editorial Lea; 2012.
20. Bercades LT, Pieter W. A biomechanical analysis of the modified taekwondo axe kick. Revista de Artes Marciales Asiáticas. 2012; 2(1): p. 28-39.
21. Monterrosa A. Análisis biomecánico de la técnica shonal chigüí en cinturones negros del arte marcial Taekwondo. Lecturas: educación física y deportes. 2007 Mayo; 12(108): p. 1-5.
22. Cárdenas YA, Zamora XA, Calero S. Incidence of the practice of taekwondo in the academic performance of 6-16 year old students. Lecturas: educación física y deportes. 2016 Abril; 21: p. 1-14.
23. Abad F. Taekwondo: Ediciones LEA; 2005.
24. Kwok HM. Discrepancies in fighting strategies between Taekwondo medalists and non-medalists. JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE. 2012; 7(4): p. 806-814.
25. Lee KM. Taekwondo Kyorugi. La competición: Hispano Europea; 2001.
26. Estevan I, Jandacka D, Falco C. Effect of stance position on kick performance in taekwondo. Journal of sports sciences. 2013; 31(16): p. 1815-1822.
27. Miong L. Taekwondo Dinámico. 5th ed. Barcelona: Hispano Europea.; 2010.
28. Gonzáles de Prado C, Iglesias X, Mirallas Sariola JA, Esparza Pérez G. Sistematización de la acción táctica en el taekwondo de alta competición/Systematization of Tactical Action in High-Level Competition Taekwondo. Apunts. Educació física i esports. 2011; 103: p. 56-67.
29. Fong SS, Tsang WW. Relationship between the duration of taekwondo training and lower limb muscle strength in adolescents. Hong Kong Physiotherapy Journal. 2012; 30(1): p. 25-28.

30. Paucar MG, Pisuña HV, Calero S, Coral EG, Loachamin EM, Rodríguez MP. Integrated training vs traditional training in senior taekwondo practitioners. Lecturas: educación física y deportes. 2017 Enero;(21): p. 1-17.
31. Cheng KB, Huang YC, Kuo SY. Effect of arm swing on single-step balance recovery. Human movement science. 2014; 38: p. 173-184.
32. Wąsik J. The structure of the roundhouse kick on the example of a European Champion of taekwon-do. Archives of Budo. 2010; 6(4): p. 211-216.
33. Calero S. Fundamentos del entrenamiento optimizado: Cómo lograr un alto rendimiento deportivo en el menor tiempo posible. In Primer Congreso de Fisioterapia y Deporte.; 2014; Villahermosa, Tabasco: Universidad del Valle de México.

Título: Effects of badminton's smash training on ball speed and throwing motion of baseball players

Autores: Kohei Murakami, m177008@sky.nifs-k.ac.jp
Mai Kameda
Masafumi Fujii
Chiharu Suzuki
Tadahiko Kato
Akira Maeda

Tipo de presentación: Poster Digital

País: Japón

Resumen:

The purpose of study was to clarify the effects of badminton's smash training on the ball speed and throwing motion of baseball players. The participants were two collegiate baseball players. Both were right handed thrower. The task of training was smashing the shuttle toward the target which was 10 meters away from participants. They had done the training 20 times × 5 sets in 4days per week, and the training period was two weeks. Before, one week after and two weeks after training, the ball speed and throwing motion was calculated and compared between the periods. As results, the ball speed of both participants were significantly increased (player 1; +9.4km/h, player 2; +13.6km/h), and the maximum speed of the right-shoulder, right-elbow, right-wrist and right-hand were significantly gained for both players. From the above, badminton's smash training is effective for improving the ball speed and throwing motion of baseball players.

Título: El desarrollo de la potencia muscular de las extremidades inferiores para el salto vertical en el voleibol.

Autores: Dr. C. Ídolo Gilberto Herrera Delgado. CIDC. Cuba.
Lic. Yumilka D. Ruiz Luaces. CICD. Cuba.
País: Cuba

Resumen.

En el voleibol la condición para saltar está implícita en al menos cuatro de los seis elementos que se compone el juego, es por lo tanto la capacidad que es necesario mantener en una posición ventajosa, lo mismo para la preparación como para la competencia. Conociendo que solamente contábamos con 10 microciclos para el pre-olímpico, en el cual estaba en disputa una plaza para los Juegos Olímpicos Río 2016, se confecciono un plan de preparación atlética que permitiera diagnosticar primero; ajustar y dirigir después un tipo de ejercitación que conllevara una gran dosis de dirección con el objetivo de igualar o estar cerca de los mejores valores históricos del salto vertical con carrera en algunos de los casos, en otros mantener su estabilidad, y para el grupo más bisoño aumentar algunos centímetros y estabilizarlo en el de cursar de la preparación a partir de la detección de los problemas presentes en ese momento. Se puso en juego el sistema de entrenamiento integrado IGHD- H13, el cual se apoya en un estado de preparación física general, general especializado y especial, representada en situaciones complejas de juego que les permite a los jugadores atemperarse en poco tiempo a un ritmo de juego de altas intensidades como parte del proceso psico-funcional-motriz-técnico y táctico.

Palabras claves: Desarrollo de la saltabilidad, rendimiento deportivo competitivo, experiencia psico-funcional y motriz.

Introducción.

Uno de los problemas actuales en que se enfrenta el deporte de alto rendimiento internacional, es sin lugar a dudas el corto tiempo de entrenamiento que se tiene para situar a un equipo colectivo en un estado de forma deportiva determinado,

mediante una planificación que garantice el rendimiento comprometido con las exigencias del deporte espectáculo.

El desarrollo de la potencia muscular para el salto es concluyente para las aspiraciones de un jugador o equipo de voleibol, esta es una de las características esenciales de este deporte que además es combinativo donde existe un predominio de movimientos de fuerza-velocidad-resistencia. Los fundamentos de ejecución realizado son de carácter acíclico y la combinación de ellos resulta de difícil coordinación.

Es por ello que las demandas de fuerza rápida, fuerza explosiva, fuerza reactiva y fuerza elástica, además de las otras manifestaciones ya conocidas de fuerza, están siempre presentes con el fin de dar respuesta más veloz a las incertidumbres producidas por las situaciones de juego que se originan durante el proceso estratégico y táctico, aspectos estos que son una constante de los juegos deportivos.

Métodos empleados. Revisión documental, Histórico-lógico, Medición, la Observación y Estadísticos- Matemáticos.

Objetivo: Elevar el estado de la preparación física que nos permita optimizar el salto vertical con carrera en la preselección nacional cubana de voleibol masculino.

Aporte teórico: La información que se brinda en relación al trabajo multifacético de la preparación para el desarrollo de la saltabilidad en equipo masculino de voleibol.

Novedad científica: Se evidencia que en solo diez microciclo debidamente conjugados se haya podido elevar la capacidad de rendimiento junto con la del estado físico para el nivel internacional, sin haber tenido competencia de preparación alguna.

Importancia: Esta investigación radica en establecer posterior a un diagnóstico inicial mediante el test de Bosco un trabajo metodológico donde se combinan ejercicios clásicos de fuerza, como es el arranque y la sentadilla profunda y la semi sentadilla interrelacionado con los saltos de bote y rebote, el ABC de

atletismo, los ejercicios de flexibilidad y coordinación para el desarrollo de una capacidad tan determinante para el voleibolista como es la saltabilidad.

Desarrollo:

En Cuba se reconocen los trabajos de saltabilidad que de manera sistemática han realizado Iznaga y Alonso 1978, Herrera a partir del año1975 hasta 2016 y en el pasado en el área de salto largo y triple en el deporte de atletismo tenemos los trabajos de Becker 1979 y Palacios 2000.

El mundo plantea que los mejores preparadores en lo que respecta la fuerza explosiva son los entrenadores cubanos. Durante años no hubo mucha información por parte de los especialistas cubanos en cuanto a la forma de cómo tratar esta capacidad tan importante para la mayoría de los deportes donde se manifiesta abiertamente la necesidad de realizar movimientos veloces y explosivos En el año 2004 Herrera, en su obra escrita en opción del título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física planteo los fundamentos teóricos y metodológicos para el desarrollo de la capacidad de salto, iniciando con esto una serie de fundamentaciones científicas las cuales estaban avaladas por los resultados de la práctica y no así por la teoría.

Entre esas teorías pudo comprobar que existían diferencias en el ángulo de flexión para el salto según la función de juego para los elementos técnicos de ataque, bloqueo y el saque. Además determinó los diferentes ángulos a utilizar para cada uno de los jugadores, los mismo se encontraban entre 90° hasta 150°. Estos grados de flexión tienen relación con la zona de ataque y bloqueo que estos especialistas realizan en la posición 3, donde no deben flexionar la articulación de la rodilla para el salto igual que los atacadores de los extremos, es decir en las posiciones 2,4, también en la 6 y 1 desde la zaga que si pueden hacerlo en 90° de flexión. A partir de este momento el entrenamiento personalizado para el desarrollo de la saltabilidad gano en vigencia y los entrenamientos fueron mejor asimilados en los diferentes ciclos de preparación.

Con esta experiencia y otras surgidas a través del tiempo y en el análisis de la población motivo de estudio, la cual tenía características especiales planteamos las siguientes tareas:

- Crear una alta y positiva atmosfera pedagógica para poder cumplir con los objetivos y metas del equipo.
- Aplicar cada día ejercicios para la reacción compleja y la rapidez de un segmento del cuerpo.
- Estimular el trabajo físico hacia una mejora de la saltabilidad.
- Probar y controlar de forma sistemática durante los juegos de preparación las potencialidades adquiridas.

Otras.

Algunos aspectos aplicados parael tratamiento pedagógico elegido.

La creación de baterías de ejercicio para desarrollar la resistencia general y la general especializada con los deportes auxiliares de baloncesto y el fútbol, así como la carrera continúa con intensidades variadas (método continuo variable).

Combinación de las potencialidades físicas, entiéndase a la velocidad básica, entrenamiento de la sentadilla profunda y semi-sentadilla y el arranque en porcentajes en los marcos de la fuerza rápida y explosiva (60-80%), así ≥90% para potencial las piernas con miras a desarrollar una capacidad de salto del momento y la creación de sus reservas para el futuro.

Entrenamientos y modelación de ejercicios técnicos – tácticos en espacios reducidos como adquisición de una alta dosis de creatividad por parte de los jugadores, para darle solución a los problemas planteados.

Conociendo que la obtención de un nuevo performance en la preparación física ha influido en otras poblaciones considerablemente en el estado de predisposición psíquica para enfrentarse a un nuevo proceso de entrenamiento (Becerra R. H 2004) coadyuvando además a obtener mejores condiciones para desarrollar la potencia de las extremidades inferiores para el salto y por ende, un aumento en la capacidad más influyente para el jugador de voleibol como es la saltabilidad.

Método utilizado.

Test de Seargent y el Test de Bosco. Ambos test reconocido internacionalmente y se obtuvieron los resultados mediante la Plataforma de salto Crono Jump. USA.

Las variantes medidas fueron: ABK (Abalakov) CMJ (Contra movimiento), CE (Capacidad elástica), SJ (Squat Jump). DJ, TC, TV, RSI y Rendimiento Elástico Muscular:

Resultados y Discusión.

Método utilizado.

Test de Bosco.

Se utilizó el test de Bosco (1983) conocido internacionalmente y se obtuvieron los resultados mediante la Plataforma de salto Crono Jump. USA.

Las variables fueron las siguientes: ABK (Abalakov) CMJ (Contra movimiento), CE (Capacidad elástica), SJ (Squat Jump) y Rendimiento Elástico Muscular:

El diagnostico arrojo los siguientes resultados:

La media en el ABK tiene 10 cm por debajo de las medias internacionales y solamente un jugador No4 con sus 66.2 se corresponden con el nivel internacional, los otros se encuentran entre 50.8 hasta 58.0 cm.

La potencia explosiva-elástica es insuficiente por esta población, además está acompañada de una deficiente acción de brazos. (Bosco 1996)

El CMJ responde a los niveles de fuerza explosiva-elástica, el único que se acerca a la media de los datos internacionales es nuevamente el jugador No4. con 52.5, los otros están entre 46,3 cm y 35,9 cm.

En el SJ o Squat Jump o fuerza explosiva que genera la componente contráctil del músculo. Se alcanza solo una media de 37.2 cm.

Los resultados producto de la aplicación de la carga elegida para el desarrollo de la saltabilidad fueron las siguientes:

Salto vertical con carrera

Método utilizado Sargent test

No.	F. de juego	Mejor salto antes Competencia	Mejor salto Histórico	Diferencia cm
1	D	3,61	3. 63	- 2
2	D	3,60	3. 68	- 8
3	C	3,55	3. 60	- 5

4	C	3,70	3. 74	- 4
5	C	3,52	3. 42	+10
6	R	3,54	3. 52	+ 2
7	R	3,57	3. 52	+ 5
8	R	3,55	3. 53	+ 2
9	R	3,52	3. 55	- 3
10	R	3,50	3. 50	0
11	P	3,55	3. 54	+ 11
12	P	3,51	3. 47	+ 4

Conclusiones

Se logró obtener un alcance vertical con carrera que les permitió emplearse durante la eliminatoria olímpica de forma adecuada en las acciones de ataque, bloqueo y saque.

1.- La investigación realizada arroja baja potencia neuromuscular en las extremidades inferiores en la preselección nacional de voleibol masculino.

2.- Solamente el jugador No 4 es en la actualidad el único jugador que obtiene resultados cercanos a las medias de los ejercicios que componen el test de Bosco.

3.- Los resultados de la fuerza elástica (relación CMJ - SJ) se encuentra en el 50% de los resultados de los jugadores del primer nivel mundial.

Bibliografía:

1. Herrera Delgado I. G.: Planificación del entrenamiento deportivo en voleibol. 2014. Proceso de edición

2. Cañizares Hernández, M.: Psicología y equipo deportivo. (2004). Editorial Deportes. Habana. Cuba

3. García Pallares, J. y Col.: Nuevas tendencias del entrenamiento concurrente de fuerza y resistencia en deportes de alto nivel

4. Nuevas tendencias en el entrenamiento concurrente de fuerza y resistencia en deportistas de alto nivel. 18okis.qxp: Libro Deportes 22/06/10 13:06 Página 1

Título: El entrenamiento individual basado en pesquisa de los principales adversarios.

Autor: M.Sc. Raúl Trujillo Díaz

Institución: Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado"

País: Cuba

INTRODUCCIÓN

Es casi imposible que todos los adversarios a que confrontemos en una competencia, tengan las mismas capacidades físicas, técnicas y tácticas, ni las mismas complexión física, psíquica y funcional, son con seguridad características individuales de cada adversario que nos permiten identificar muchos argumentos para la variedad que justifica las diferentes formas que es necesario preparar un luchador con respecto de un contrario a otro.

La aplicación de entrenamientos consonantes basados en el estudio y caracterización de los adversarios utilizando datos objetivos que puedan definir una preparación física, psíquica, técnica y táctica más profundizada para enfrentar los diversos contrarios, nos permitirá un posible suceso en las competencias.

El entrenador utiliza los conocimientos adquiridos a través de la observación y datos que suministran indicaciones sobre ¿cómo debemos preparar al atleta?. Conocimiento - indagación-descubrimiento – aplicación es clave en el éxito del enfrentamiento deportivo moderno.

El entrenamiento individual ocupa un fundamento importante en la preparación del luchador en la alta competición y en estos tiempos se observan tres categorías importantes en el logro de los altos resultados: La observación, los entrenamientos de competencias que concretan el resultado (individualización) y el entrenamiento de competición

No es igual de efectivo un entrenamiento individual con datos e información sobre los adversarios que un entrenamiento a ciegas y sin una ordenación.

La polémica que se plantea en esta investigación versa sobre la preparación individual de luchadores de súper alta competición que generalmente no tiene en

cuenta las contenciones de los principales adversarios y solo se tiene como referencia las del luchador local y en muchas ocasiones sin aplicar una metodología observacional.

Lo anterior justifica el siguiente problema: ¿La aplicación de entrenamientos individuales basados en la pesquisa de los principales adversarios utilizando datos objetivos que puedan definir una preparación física, psíquica, técnica y táctica más profundizada para enfrentar los diversos contrarios, nos permitirá un posible suceso en las competiciones de alto nivel?

DESARROLLO

Se seleccionaron para tomar parte en la investigación los deportistas de súper alta competición que participarían en las competiciones programadas por la Federación Cubana de Lucha (6 luchadores de las 6 divisiones de peso olímpicas)

Los instrumentos utilizados para el pesquisaje son: protocolo de control de competencias; fórmula de % de eficiencia en competencia; fórmulas para determinar el desempeño en competencia; estereografía; protocolos observacionales; registros descriptivos y registros semi- sistematizados

Los entrenamientos análogos modelados para el enfrentamiento con los principales adversarios se realizan según esquema 1 y tienen un interés particular.

Esquema 1 Modelación de los entrenamientos individuales análogos

Para llegar a la modelación de estos entrenamientos es necesario pasar por varios estadios:

1. Búsqueda de información referente al luchador rival.
2. Confección de un prototipo teórico sobre los adversarios.
3. Montaje teórico de la estrategia para enfrentar los adversarios principales.
4. Adiestramiento de adversarios **"condicionados"** según prototipo teórico obtenido.
5. Preparación y asimilación práctica de la estrategia contra los adversarios.
6. Entrenamiento con el adversario condicionado.
7. Competición contra los adversarios reales.

Tabla 1. Planeamiento para la preparación técnico-táctica análoga contra el adversario pronosticado. (Entrenamiento de competencias tanto físicas, técnicas-tácticas y psicológicas).

Contenido	Método	Medios	Etapa
Observación de abversários	Observación y análisis	Videos de los adversarios en	Al inicio y durante toda esta etapa de

		competencia	preparación
Entrenamientos con las situaciones técnico- tácticas en condiciones complejas según la posición del adversario, según la situación.etc. Perfeccionamiento de la técnica y la táctica individual.	Condiciones y situaciones repetidas Condiciones y situaciones variadas	Entrenamientos con diferentes adversarios, situaciones, condiciones, tareas etc.	2 a 3 meses Mesociclo de Preparación básica
Perfeccionamiento de las técnicas, defensas y contra ataques, según cada adversario, y sus características físicas téc-tác. Psicológicas ,etc	Condiciones y situaciones repetidas Condiciones y situaciones variadas	Entrenamientos modelados según adversarios.	2 a 3.5 meses Mesoc. Prep. Básica e inicio de la preparación intensa.
Entrenamiento con situaciones imprevistas, desarrollo de la memoria operativa.	Condiciones y situaciones variadas	Entrenamientos modelados según situaciones, e imprevistos.	Durante toda la preparación
Entrenamientos por objetivos técnicos y tácticos según el	Deberes téc-táct.	Entrenamientos modelados según adversarios. Complejos K	Durante toda la preparación

adversario.			
Combates diversos según las tareas para cada adversario, competencia, etc.	Deberes téc-táct. Episodios de combate	Diferentes tipos de topes según tareas y objetivos.	Durante toda la preparación, aumentar durante MPI, MPC, MC
Combates con objetivos específicos.	Deberes téc-táct. Episodios de combate.	Diferentes tipos de topes según tareas y objetivos.	Durante toda la preparación
Evaluación teórico y práctica del proceso	Control y evaluación de los objetivos.	Test teórico y prácticos	Según Equipo técnico, entrenadores, Psicólogo, Médico,etc.
Combates de control, etc.	Control, competencia.	Competencias de conto.l	Durante toda la preparación, intensificándose, MPC Y MC.

Análisis einterpretación de los resultados

Tabla 2: Resultados de los luchadores en el enfrentamiento con los principales atletas

TABLA 1	**RESULTADOS DEL ESTUDIO CAMPEONATO MUNDIAL 2014**				
Nombres y Apellidos	**Principales adversarios con que se enfrentaron**		**Resultados**		**% Efectiv. En Competencias**
	Cantidad	**Países**	**Ganados**	**Perdidos**	
Luchador 1	2	USA, Irán	1 USA	1 ? Irán	50%

Luchador 2	3	Uzb, Geo, Tur	2 Uzb, Tur	1 Geo.	75%
Luchador 3	1	Hun	1 Hun	0	100%
Luchador 4	2	Ukr, UZB	2 Ukr, UZB	0	100%
Luchador 5	0	0	3	0	100%
Luchador 6	2	Tur, Rus	2 Tur, Rus	0	100%

La presentación de un método análogo para la preparación individual no ha sido utilizada, habitualmente se realiza basado en el conocimiento del luchador local y en la mayoría de los casos sin tener en cuenta los principales adversarios y sin una metodología organizada por eso su aplicación en la preparación en los equipos nacionales de Lucha es de vital importancia.

CONCLUSIONES

1. El uso del método, permite incrementar la efectividad técnica de los luchadores de los equipos nacionales con ello una mayor preparación y un número elevado de acciones positivas vinculadas a esta condición.
2. Se elimina la dificultad que existía en la preparación individual de los luchadores cubanos, de establecer el esquema técnicos para cada situación y en condiciones de imprevistos, entonces entrenarlos individualmente aplicando utilizando el método, que apreciamos en las diferentes competiciones que hemos participado.
3. Resuelve desarrollar múltiples garantizando preparar al luchador de forma más integral para suministrar soluciones a situaciones diversas que impone el combate y los diferentes adversarios con características también diversas.

4. Mayor solución a las complejas situaciones que conlleva el enfrentamiento con los adversarios cuando los métodos tradicionales de la preparación individual no resuelven la dinámica de competición actual.

RECOMENDACIONES

1. Poner a disposición de la Comisión Nacional de Lucha la presente propuesta, de manera que esas acciones reciban un tratamiento especializado y exclusivo, en función de lograr el beneficio de todos los practicantes y entrenadores en cuanto a la preparación de los Equipos nacionales.
2. Dar a conocer estos resultados a la dirección del INDER y Comisión Nacional, entrenadores y especialistas del deporte con vista a que se tenga presente la propuesta del modelo de entrenamiento individual basado en el pesquisaje de los Principales adversario con su alta contribución al mejoramiento de los resultados en los equipos nacionales.
3. Continuar la investigación de esta temática por la importancia que tiene el conocimiento y el uso de esta herramientas para mejorar la preparación en los equipos nacionales.

Título: Ergoespirometría en Atletas del Alto Rendimiento Cubano

Autores: Epg. Hector Ruíz Mendoza

M. Sc. Dr. Orlando Berovides Padilla

Institución: Centro de Investigación del Deporte Cubano

País: Cuba

Introducción:

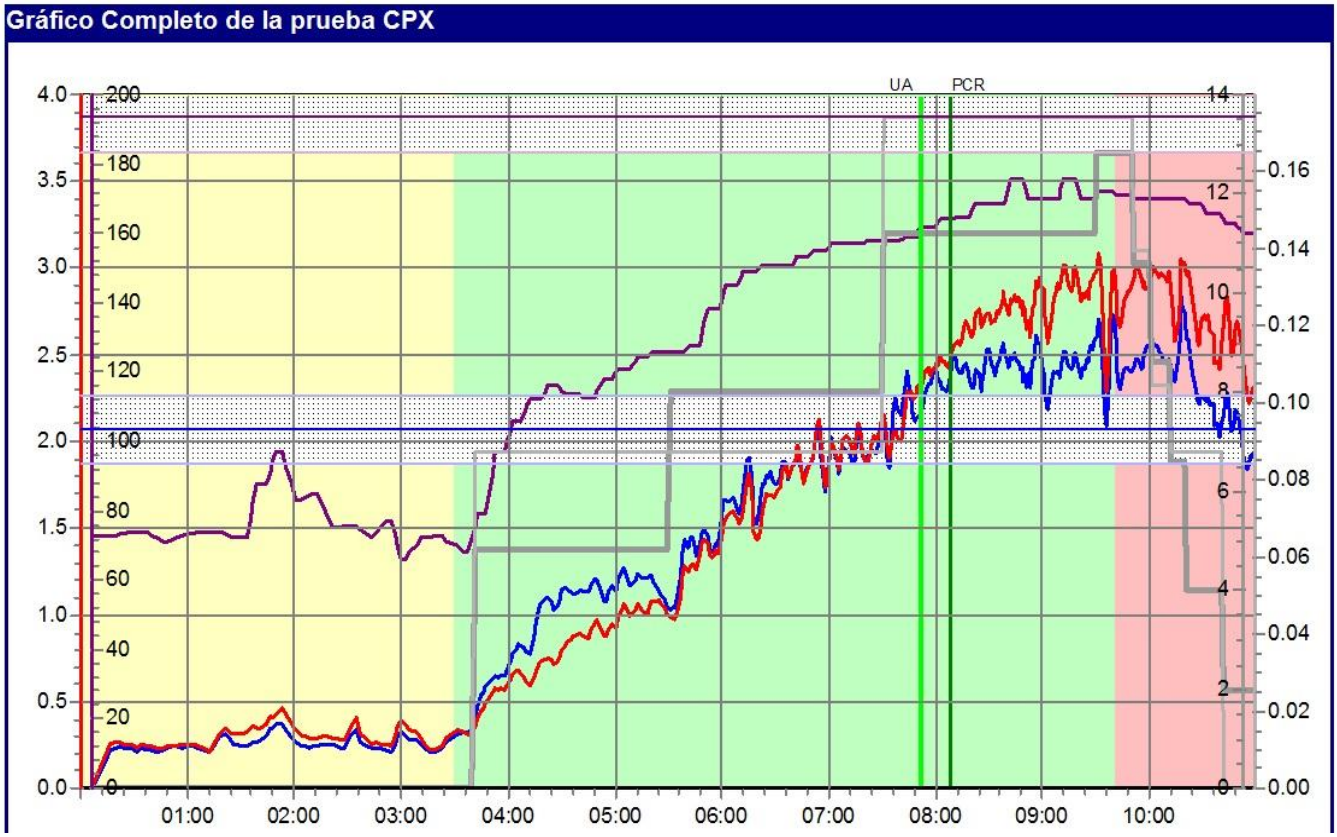
- El entrenamiento produce adaptaciones morfológicas y funcionales en el organismo humano como consecuencia de las cargas físicas, este proceso demanda crecientemente de la aplicación de las Ciencias para su perfeccionamiento.
- El desarrollo Científico Técnico cada día se hace más vertiginoso y se muestra en los diferentes contextos de la sociedad, ya sea en la esfera Económica, Social y Deportiva, siendo importante la aplicación de las ciencias en el deporte con laboratorios para el estudio desde el punto de vista fisiológico, biomecánico, cineantropométrico, psicológico y bioquímicos que evalúen y apoyen la conducción del entrenamiento.
- La Ergoespirometría es una prueba de esfuerzo cardio-respiratoria que nos permite evaluar de forma no invasiva el estado funcional de los aparatos cardiovascular y respiratorio por la cual la debemos aplicar en los atletas de alto rendimiento.

Resumen:

- Se realizó una prueba de Ergoespirometría con un equipo Ergocid AT-Plus en una estera a una atleta del Equipo Nacional de Judo Femenino y se le aplicó un protocolo diseñado para atletas, registrándose la actividad eléctrica del corazón desde el reposo hasta su recuperación, encontrándose CVP durante el ejercicio, se toma la tensión arterial en las diferentes etapas con un equipo digital Tango, no encontrándose cifras elevadas de la misma y se toman a través de un Metalyzer 3B el O2 inspirado y el CO2 espirado encontrándose un

VO2 Max de 36.9 ml/kg/min y un pulso de oxigeno de 14.2 ml, llegándose hasta el agotamiento físico, alcanzando 176 latidos por minutos para un 90.3% de la FC Max programada y 10.5 mets tolerado, todos estos parámetros son importantes para el control de los atletas de alto rendimiento aplicándose en diferentes etapas dentro de un macro ciclo de Entrenamiento.

- A través de los datos ofrecidos por el equipo Ergocid AT- Plus y analizados de conjunto con el médico y el Gabinete metodológico comenzamos a establecer la base de datos de cada uno de los equipos nacionales.



Objetivos:

- **<u>Generales</u>:**

Determinar el comportamiento de los parámetros Ergoespirométricos que miden la función cardiovascular y respiratoria en una atleta del Equipo Nacional de Judo Femenino.
Realizar un protocolo de carga suave, para ir incrementando dicha carga progresivamente hasta que el atleta no sea capaz de responder a la exigencia externa que se solicita.

- **<u>Específicos</u>:**

Realizar una prueba de Esfuerzo Cardiorespiratoria a una Atleta del equipo Nacional de Judo Femenino que presentó contracciones prematuras ventriculares en un electrocardiograma de reposo.
Analizar el comportamiento de algunos parámetros Ergoespirométricos que permitan caracterizar la función cardiovascular y respiratoria durante una prueba de esfuerzo.
Comprobar los niveles de rendimiento mostrados por la atleta a evaluar.

Materiales y Métodos:

- Se hizo un estudio Ergoespirométrico con una atleta del Equipo Nacional de Judo Femenino que presenta CVP en un electrocardiograma de reposo.
- Electrodos con cables y máscara conectada al analizador de gases.
- Se aplicó un protocolo diseñado para atletas en una estera Tras máster acoplándose a un Ergocid AT-plus diseñado en nuestro país.
- Aumento progresivo de la carga.
- Se basa en la determinación del consumo de O2, producción de CO2 y flujo de aire durante el ejercicio

Resultados:

- La atleta realizó 6.10minutos de ejercicios, los cuales se suspendieron por agotamiento físico y alcanzó el 90.3% de la FC Max programada (176 lpm). Con una PA Max=183/76 mmHg es decir, una respuesta tensional normal al ejercicio, un Max VO2=36.9ml/kg/min, una reserva energética=10.5 mets, un pulso de O2=14.2 ml/lat.
- El electrocardiograma de reposo fue normal, apareciendo CVP al minuto y 45 seg del ejercicio los cuales desaparecieron en la recuperación.
- Los parámetros cardiovasculares y ventilatorios dan una importante información sobre la eficiencia cardiovascular y respiratoria durante la prueba máxima.

Conclusiones:

- Las pruebas realizadas permiten valorar el funcionamiento del sistema cardiopulmonar y circulatorio durante un ejercicio.
- Se realiza una valoración objetiva de la capacidad funcional de los atletas y detecta el factor limitante durante el ejercicio.
- Nos permite valorar algunos de los parámetros fundamentales tales como; Consumo de oxigeno (VO2) en ml/kg/min, Frecuencia cardiaca en pul/min, Velocidad (Vel) en km/h en el caso del tapiz rodante, producción de dióxido de carbono (VCO2) en 1/min, cociente respiratorio(RER) entre el VO2 y el VCO2, Ritmo respiratorio (R- R) en repeticiones por minuto y la presión arterial
- La atleta estudiada solo alcanzó el 90.3% de la FC Max programada, siendo esta una prueba submáxima.
- Consumo Max de O2=36.9 ml/kg/min
- Presencia de CVP en el esfuerzo, lo cual indica estudiar a dicha atleta con un mapeo electro fisiológico para determinar el foco ectópico que le produce

dicha arritmia y eliminarlo para que pueda continuar en el deporte de alto rendimiento sin peligro para su salud

Recomendaciones:

- Continuar los estudios Ergoespirométricos para seguir elevando la calidad del diagnóstico funcional en los atletas de alto rendimiento de nuestro país y brindar a los entrenadores las orientaciones que permitan individualizar los planes de entrenamiento de acuerdo a los resultados que se obtengan.
- Conocer la zona de trabajo mixta
- Realizar chequeos continuos con el Movicorde

Título: Estrategia pedagógica para el entrenamiento del equipo de boxeo Élite Cubano.

Autor: Lic. Rolando Acebal Montes

Institución: Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado"

País: Cuba

INTRODUCCIÓN

Luego del Triunfo de la Revolución el boxeo cubano comenzó a recibir colaboración del área europea, Bulgaria, Rusia y Alemania, durante 11 años (etapa 1063-1974),con la presencia de profesores laborando con la selección nacional de boxeo, lógicamente poniendo en evidencia la teoría del entrenamiento deportivo del ruso L. Matviev, a quien consideramos el más grande de los teóricos relacionado con la planificación deportiva.El boxeo cubano como seguidor de su teoría tuvo excelentes resultados, en la actualidad aún existen deportes y categorías que aplican dicho modelo de entrenamiento.

A partir del 2010 se comienza a introducir cambios en las reglamentaciones competitivas en la AIBA (Asociación Internacional de Boxeo) referidos a:

Antes del 2010: Existía estabilidad en el calendario competitivo internacional; se realizaban competencias preparatorias y por invitación; el potencial del boxeo en el mundo estaba muy marcado entre Rusia, Bulgaria y Alemania, entre otras.

Después del 2010: Incremento de las competencias AOB, WSB; las competencias fundamentales son las clasificatorias, Juegos Centroamericanos, Juegos Panamericanos, Mundiales y Juegos Olímpicos; incremento de países practicantes del boxeo con profesores especializados incluyendo cubanos;nuevos eventos fundamentales, otras formas de evaluar los combates por parte de los jueces y árbitros; inclusión del profesionalismo, entre otras, lo que incide de forma directa en el proceso de preparación.

En la etapa del 2007 al 2009 el boxeo cubano tiene un descenso que se describe de la siguiente manera:

Año	Eventos (11 divisiones)	Oro	Plata	Bronce
2007	Juegos Panamericanos (Río - 2007)	5	1	2
2008	Juegos Olímpicos (Beijing - 2008)		4	4
2009	Campeonato Mundial (Milán - 2009)	1	1	3
2010	Campeonato panamericano (Ecuador - 2010)	2		
	Total	18		

Todo esto originó la búsqueda de un nuevo sistema que garantizara una correspondencia con las exigencias competitivas del boxeo actual.

Por tales razones se ha propuesto el siguiente **Problema científico*:***Insuficiencias en el entrenamiento de los boxeadores de la preselección nacional de primera categoría

Objetivo: Proponer una estructura de planificación del entrenamiento en el equipo nacional de boxeo de primera categoría para mejorar los resultados competitivos.

DESARROLLO

El Boxeo como deporte olímpico, está comprometido desde su objeto social a la preparación y entrenamiento de los atletas y personal técnico a cargo, para obtener los mejores resultados en las competencias en las que participan tanto en el ámbito Nacional, Mundial u Olímpico.

Metodología utilizada

La investigación se llevó a cabo en la Escuela Nacional de Boxeo “Holveín Quesada Rodríguez”, para su desarrollo se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- El estudio técnico metodológico de las nuevas exigencias competitivas.
- Resultados en plazos relativamente cortos
- El modelo de acumulación, transformación y realización (ATR)
- La planificación novedosa del entrenamiento delBoxeo.

Propuesta de la estructura de planificación del entrenamiento en el equipo nacional de boxeo de primera categoría

La estructura del ATR está conformada en tres ciclos:

- Acumulación: Acumular cargas de contenidos básicos para los próximos ciclos.
- Transformación: Transformar de manera creciente de las cargas residuales del ciclo anterior con un carácter cada vez más competitivo.
- Realización: Aplicación de todo el arsenal táctico en función de las exigencias competitivas.

Las características del ATR son:

- La duración de los ciclos está comprendida generalmente entre tres y seis semanas.
- Concentración de cargas sobre capacidades específicas.
- Entrenamientos en bloques de capacidades objetivos.
- Desarrollo sucesivo de capacidades objetivos (interconexiones)

Para su instrumentación se emplearon los medios y métodos siguientes:

Las carreras: Entrenamientos controlados (pulsímetros para una mayor eficiencia en el trabajo de las zonas del entrenamiento a través del control de la f/c) y del lactato en sangre.

La fuerza: Incremento del volumen de contenidos de preparación de fuerza y la organización del proceso de planificación metodológica.

Físico – Técnico: Combinación del trabajo res/vel/fza. Con el gesto técnico.

La táctica: Incremento del volumen de contenidos en la preparación táctica con énfasis el trabajo en las distancias media corta.

Además se desarrolló el programa de entrenamiento y se competía simultáneamente

El entrenamiento controlado se sustentó en la planificación en base al trabajo cardiovascular como la frecuencia cardíaca, buscando el entrenamiento en un porcentaje alrededor del 85 %, punto conocido como umbral anaeróbico, una intensidad elevada de trabajo, teniendo presente que en este punto es cuando el

ácido láctico empieza a acumularse en el organismo, máximo responsable de la caída del rendimiento.

Resultados

Tabla 1 Identificación de las zonas de entrenamientos. Test escalonado en estera y pista

ESCALON	F.C.MIN	F.C.MAX	X F.C.	X LATACTO	VEL/M/MIN
I	131	174	158	5,3	233
II	144	210	170	8,1	245
III	166	192	178	9,03	254
IV	168	198	186	10,34	265
V	170	210	195	14,0	307

Tabla 2: Zonas de entrenamientos predeterminadas de boxeo

Zonas	Denominación	Rangos F.C. Inicial	Rango F.C. Final
I	Aerobia	140-160	158-160
II	Pot.aerobia	160-175	160-170
III	uman	175-185	170-175
IV	Pot. anaerob.	185-190	175-180
V	tolerancia lactacida	+190	+180

Efectos biológicos

Se observó que los atletas capaces de trabajar a un ritmo entre 180-190 ppm a nivel del UMAN que se relaciona con el 85- 90% del máximo consumo de oxígeno (MVO_2) son los atletas considerados muy bien preparados.

También que los atletas con porcentaje de la frecuencia máxima elevados con lactacidemia baja, lo que indica un alto desarrollo de la capacidad aerobia, similar a esto ocurre con atletas bien entrenados en la resistencia.

De modo que este estudio permite conocer la capacidad para competir 3ó 5round, yquizás más allá de estos con baja fatiga muscular.

Los resultados competitivos se han mantenidos en el rango potencial en los eventos internacionales a partir de la aplicación de la estructura de planificación del entrenamiento ATR y las aplicaciones metodológicas que se desarrollaron en la preparación, lo que demuestra su estabilidad (Tabla 3).

Tabla 3: Resultados competitivos en eventos internacionales

Año	COMPETENCIAS	Lugares	MEDALLAS
2010	PANAMERICANO DE BOXEO (2-)	2º	
2011	C.MUNDIAL BAKU	3º	2-1-0
	JGOS PANAM. GUADALAJARA	1º	8-1-0
2012	JGOS OLÍMPICOS LONDRES	3º	2-0-2
2013	C.MUNDIAL KAZ	3º	2-1-2
2014	JGOS. CENTROAM. VERACRUZ	1º	9-1-0
	W.S.B.	1º	1°
2015	JUEGOS PANAM. TORONTO	1º	6-4-0
	W.S.B.	2º	2°
2015	C.M. QATAR	1°	4-1-1
2016	J/O. RIO	2º	3-0-3
	WSB	1º	1°
	TOTAL	6-2-3	36-9-8

Al comparar los resultados competitivos antes y después del año 2010 se puede constar un salto cualitativamente superior en el Boxeo Élite Cubano (Tabla 5).

Tabla 5: Comparación de los resultados competitivos en eventos internacionales

2005-2009 (11 DIV)				EVENTOS	2011-2016 (10 DIV)				
O	P	B	año	FUNDAMENT.	O	P	B	año	
8	1		2006	J.C.C.	9	1		2011	
5	1	2	2007	J.P.	8	1		2012	
	4	4	2008	J/O	4		3	2016	
1	1	3	2009	C.M	4	1	1	2015	
14	7	9		TOTAL	25	3	4		

CONCLUSIONES

En los diferentes controles efectuados en las pruebas de terreno, de laboratorio y competitivas demuestran que las exigencias del entrenamiento con el modelo ATR desarrollan las capacidades necesarias para cumplir con el nuevo contexto del calendario competitivo a cinco y tres asaltos sin dificultades, mejorando los resultados del equipo de boxeo Élite Cubano.

BIBLIOGRAFÍA

1. Degtiarov, i. P. Boxeo. Moscu. Editorial Raduga. 1983. 405p.
2. Diaz, P. L. Entrenamiento, Control y Rendimiento. Primera Edición. 2003, 175 p
3. Dominguez, J. La preparación básica de los boxeadores La Habana: Editorial Científico Técnica 1990, 177 p
4. Barrios, J y Ranzola, A. Manual para el Deporte de Iniciación y Desarrollo. Editorial Deportes, 1999-140 p.
5. Matviev, I. Fundamentos del Entrenamiento Deportivo Moscú: Editorial Raduga, 1983-331p
6. Ms.C del Toro Reyes, Luís. (2005).Dirección de la Cultura Física. Tomo I. Editorial José Martí. Ciudad Habana. Cuba.
7. Doskoi D. Zatsiorski V. (1988). Biomecánica de los ejercicios Físicos. Ed. Pueblo y EducaciónC. de la Habana. Cuba.
8. Lic. Dominguez García, Jesús; Lic. Llano Martínez, José Luis. (1989).
9. La preparación básica de los boxeadores. Ed. Científico Técnica. Habana, Cuba.
10. Lic. Fontanills Quesada, Juan. (Abril de 2002). Cosas del entrenamiento de boxeo y mucho más. Disponible en http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 47. Cuba.
11. Fernández Fonseca, Roberto. (s.f). Metodología de un diagnóstico para el nivel de cumplimiento de los objetivos técnicos y tácticos planificados en los asaltos de entrenamiento del Taekwondo. Disponible en http://www.efdeportes.com/. Cuba.

Titulo: Estudio de la percepción especializada en los boxeadores de distancia larga categoría 11 y 15 años del combinado deportivo # 2 en el municipio Los Palacios

Autor: Javier Higinio Sánchez Rodríguez.

Institución: Combinado Deportivo 2 Los Palacios. INDER

País: Cuba

RESUMEN

Este trabajo persigue como finalidad el estudio de la percepción especializada en los atletas de la categoría 11 y 15 años en el Municipio de Los Palacios y su influencia en el accionar ofensivo y defensivo de estos, y sus resultados deportivos. Empleamos métodos de investigación científica como son: la observación objetiva, con el objetivo de apreciar las percepciones especializadas, también se aplico una encuesta a los entrenadores y atletas con el propósito de obtener los elementos necesarios para hacer más confiable la información obtenida, por otra parte empleamos la entrevista para lograr la obtención de un dato mas claro y eficiente. En este sentido la labor se desarrolla en función de las percepciones, también se aplico al inicio un diagnostico que nos facilito el camino para el proceso investigativo al obtener información precisa sobre el comportamiento del trabajo en función del desarrollo perceptual. Dando como resultado la propuesta de ejercicio para el perfeccionamiento de la percepción especializada del espacio en la distancia larga en la categoría 11 y 15 años del Municipio Los Palacios.

INTRODUCCION

El boxeo se introdujo en cuba en el 1910 por un hombre llamado John Budinich, un chileno residente en los Estados Unidos John fue pugilista y maestro del arte de los puños. Los cronistas deportivos Bernardo San Martín y Vicente Cubilla lo ayudaron a promover el boxeo cubano. A ellos se unieron otras personalidades que aspiraron a organizar y desarrollar el arte de los puños. Después del triunfo de la revolución y de la erradicación en Cuba del boxeo profesional para dar paso

al boxeo de aficionados en 1961 con la creación del Inder con el surgieron centros, escuelas, para la practica del boxeo donde se a venido observan incrementos paulatinos tanto como cuantitativos en los resultados obtenidos. El desarrollo ha permitido crear las bases en la escuela cubana de Boxeo, en la que con afán han laborado incansablemente entrenadores ,boxeadores, funcionarios y técnicos en el deporte y que esta abalado por los éxitos alcanzados en las distintas competencias internacionales, dígase Juegos Deportivos Centroamericanos y del Caribe, Juegos Panamericanos, Juegos Olímpicos y Campeonatos Mundiales. Después del triunfo de la Revolución Cubana. A través de los años hombres entendidos en la materia se han dedicado a investigar para mejorar en los diferentes aspectos que encierran los planes de entrenamiento en diferentes etapas de nuestro deporte. Respecto al pensamiento táctico entendemos que tiene un significado primordial en la ejecución de los combates debido a que dota a los boxeadores de los elementos necesarios para poder culminar, modificar las acciones tácticas a largo y corto plazo de acuerdo a la situación que presentan dentro del cuadrilátero o fuera de el.

Es por ello que nos proponemos con este trabajo dar nuestro aporte a esta disciplina con el objetivo fundamental de exponer la importancia que requiere para nuestros boxeadores contar con una buena definición de golpes en la distancia las cuales esta ejecutado y que cuanta además con un buen pensamiento táctico. Con este trabajo esperamos ofrecer una solución para problemas técnicos, prácticos planteados y comprobados en la practica, es decir que aunque nuestro boxeo tiene un alto nivel, debemos seguir profundizando en la búsqueda de nuevas formas de trabajo para de esa manera continuar elevando el rendimiento en el combate, ya que el boxeador llevando un buen plan táctico para el combate con variantes puede prolongar su tiempo como atleta activo.

Aunque se conocen los grandes esfuerzos que se realizan y se realizaron para el mejoramiento de la escuela de Boxeo y de combate y teniendo en cuenta el desarrollo del Boxeo cubano muchos fueron las causas motivos y elementos que me inclinaron a adentrarme en un proceso investigativo.

OBJETIVO

Seleccionar un conjunto de acciones para mejorar la percepción especializada del espacio en la distancia larga en los boxeadores de la categoría 11 y 15 años del combinado deportivo # 3 en el Municipio de Los Palacios.

DEFINICION DE TRABAJO

La Distancia Larga: No es mas que la distancia en que se coloca un boxeador con respecto a su oponente donde se tenga que realizar un movimiento de dos a tres pasos para golpear y ser golpeado. La habilidad del boxeador de distancia larga resulta de su velocidad de traslación para realizar la defensa de los movimientos rotacionales del tronco y los desplazamientos laterales.

Una buena percepción de la distancia trae consigo que el púgil puede sacar de equilibrio a su contrincante, además de permitirle tener sus dos manos libres para el contra ataque.

La Pegada: La fuerza en el boxeador debe tener un carácter definitorio por la velocidad, exactitud y fuerza que tiene características secundarias en los combates y garantizar precisamente el aumento de la velocidad del movimiento.

Percepción: Actúa a través del primer sistema de señales**,** reclamando formas concretas de acción según la técnica de boxeo. Deben diferenciarse las situaciones que impresionaron directamente la percepción con la consecuente reacción de movimiento de los métodos utilizados en la percepción indirecta.

Percepción de Espacio: Es la representación del espacio objetivamente existente e incluye la percepción de la forma, el tamaño y la ubicación de los objetos entre si, su relieve, la distancia y la dirección en que se encuentra.

Percepción del Tiempo: Es el reflejo de la duración, la velocidad y la secuencia objetiva de los fenómenos reales.

Percepción del Movimiento: Es la imagen de la variación de la ubicación de los objetos en el espacio.

Percepción Especificada: Actividad altamente desarrollada de diferenciación de los analizadores que toman parte en la ejecución del ejercicio físico denominada en la práctica deportiva como **Sentido.**

Escuela de boxeo: Es cuando los boxeadores realizan la ejercitación de los elementos técnico-táctico sin guantes y los elementos técnicos tienen la supremacía con respecto a los tácticos en la enseñanza y su mayor empleo es en la parte preparatoria del plan.

Escuela de combate: Es cuando los boxeadores realizan los ejercicios con guantes y en parejas donde la táctica predomina sobre la técnica y esta se puede fraccionar en 3 partes **dirigida, libre dirigida** y **libre.**

Dirigida: Es cuando cada uno de los boxeadores tienen una tarea a desarrollar por separado, orientada, la cual no pueden violar, es decir dirigida por el entrenador.

Libre dirigida: Es cuando cada uno de los boxeadores tienen cierta libertad en la ejecución de los ejercicios pero todavía están bajo la dirección del entrenador en los ejercicios orientados.

Libre: Es cuando el boxeador tiene total independencia con respecto al trabajo a desarrollar y este aunque guarda estrecha relación con el sparring todavía no lo llega a ser.

Sombra: Es cuando el boxeador realiza los ejercicios en imitación del combate pero sin oponente de forma individual y libre.

Métodos

1- Métodos Teóricos.

_**Histórico lógico**: El mismo nos permite conocer la historia del boxeo. .

_ **Análisis y Síntesis**. : Se utiliza para el estudio de las diferentes concepciones en torno al conocimiento que se posee del desarrollo de habilidades en la distancia larga.

_**Deductivos-Inductivo**: A partil de los resultados de los Métodos empíricos inducir las causas que posibilitan una deficiente preparación metodológica de los entrenadores.

2- Métodos Empíricos.

_**La Encuesta: Encuesta a informantes claves:** Lo utiliza para recopilar datos acerca de las preferencias de los adolescentes en realización de la ejecución de las técnicas que se ejecutan con respecto al espacio.

Observación: En la observación se realizo para saber como los profesores planifican la ejecución correcta de la escuela de combate y por otra parte las combinaciones de golpes en las distancias en que se encuentran cuando están realizando el ejercicio estas se le realizaran a profesores y atletas .

Se le realizara atletas..

_ **La entrevista:** Se les realizara a profesores.

_La Encuesta: Se le realizara atletas.

3- <u>Método Matemáticos.</u>

<u>Organización de la preparación del boxeador</u>: Consiste en el plan a seguir, mejor dicho en la elaboración del plan teórico, porque este primer aspecto en la dirección global de la preparación del pugilista.

Cuando vamos a preparar a nuestros boxeadores o equipo para una competencia determinada tenemos que prever varios factores, entre estos se encuentran:

- El clima.
- La altura.
- El publico.
- El país. etc.

Es decir que la preparación del boxeador, no solo es encontrarse con el adversario, sino también contra estos factores que son obstáculos que deben vencer al obtener una mejor preparación.

Otros de los factores a tener presentes es la humedad del lugar de competencia a la cual se acondiciona el deportista durante la preparación. Por otra parte tenemos las informaciones que podemos recibir de nuestros adversarios en su carácter técnico, táctico, etc. Y sobre esta información elaboramos el plan para su ejecución práctica.

<u>Análisis de los resultados</u>

<u>Entrevista a profesores.</u>

Después de haber aplicado el diagnostico donde se obtuvo un conocimiento mas eficaz y conciente del desarrollo de las percepciones especializadas de los atletas

de la categoría 13 y 14 años del Municipio de los Palacios se obtuvo un trabaja mas integral pudiendo de esta forma proceder al análisis de los resultados de ambos grupos mostrados. Donde al aplicar la entrevista a los profesores pudimos apreciar que P # 1: En el indicador # 1 la cual muestra como objetivo conocer cual es la característica que presentan la distancia larga en el boxeo, el respondió de forma positiva y este misma indicador al P #2 respondió de forma regular. En cuanto al siguiente indicador #2 cuales son los golpes característicos de la distancia larga el P # 1 respondió regular y el P #2 respondió bien, el indicador # 3: Cuantas veces realizan la distancia en la semana y el P # 1 respondió de forma aceptada, en cuanto al P #2 respondió también correctamente, el siguiente indicador #4 se refería a que combinaciones de golpe trabaja en la semana, los P #1 y # 2 respondieron de forma regular, el indicador # 5 que trae como objetivo de que forma realiza la escuela de combate en la semana en este indicador ambos profesores respondieron mal, el indicador # 6 decía de que forma trabaja la escuela de boxeo en la clase, el P #1 me respondió regular y el P # 2 respondió de forma incorrecta.

A modo de resumen podemos apreciar que existen dificultades en el conocimiento de ambos profesores en cuanto al trabajo teórico-practico de la distancia larga como se puede observar en los por cientos de la tabla #1 donde se muestran un 33% de respuestas positivas y un 66% negativas teniendo en cuenta que uno de ellos presenta mas dificultad que el otro.

Encuesta a atletas

En cuanto a este diagnostico pudimos apreciar que lo que respecta a los indicadores 1, 2, 3 ,4 que trataban sobre. Golpes característicos de la distancia larga, veces que la realiza en la semana, combinaciones de golpe que realiza en esta distancia y como trabajan la escuela de combate en la clase sucesivamente, el atleta # 1 me respondió acertadamente en solo una para un 25% de efectividad , el atleta # 2 me respondió correctamente en dos para un 50%, el atleta -3 aserto en solo una para un 25%, el atleta # 4 tubo un porcentaje de 75% porque respondió correcta mente en tres de estas, el atleta # 5 no efectuó

respuestas correctas y su por ciento fue de 0%, por otra parte el atleta # 6 con una respuesta correcta tuvo un porcentaje de un 25%, el atleta # 7 no presento problemas en ningún indicador y su porcentaje fue de un 100%, el atleta # 8 respondió dos correctamente para un 50%, el atleta # 9 respondió correctamente dos de ellas para un 50%, y por ultimo el atleta #10 respondió correctamente en dos de ellas para un porcentaje del 50% de efectividad. De esta forma podemos apreciar que los por cientos positivos que son los que aparecen en este análisis son bajos y que existe un problema con respecto a los indicadores que aparecen en la tabla # 2.

Observación a profesores.

En la observación que se le realizo a los profesores pudimos darnos cuenta que, están realizando una incorrecta metodología en el trabajo en la escuela de combate y los golpes que correspondan a la distancia larga, se observo que, tanto el P-1 como el P-2 presentaba problemas en la escuela de combate puesto a que la trabajaban de forma dirigida y de forma libre dejando de trabajar la libre-dirigida esta que es tan importante en esta distancia y fueron evaluados de mal, por otra parte las combinaciones de golpes que realizaban no eran propias de la distancia que trabajaban en la clase, puesto a que las iniciaban en muchas ocasiones con golpes de ganchos y cruzados en la distancia larga, por otra parte en la escuela de boxeo ambos la trabajaron de forma correcta.

Observación a atletas.

En la observación que se le realizo a los atletas nos dimos cuenta que los atletas no poseen una buena efectividad, En esta tabla se muestra la efectividad de los atletas en cuanto a la ejecución de los golpes rectos, a veces entran en distancia incorrectamente y realizan combinaciones de golpes que no son propios de la distancia larga. Evidenciándose en esta tabla el resultado estadístico de 7 atletas evaluados de M, 1 atleta evaluado de R y solamente 2 evaluados de B

Conjunto de acciones para el perfeccionamiento de la percepción especializada en la distancia larga.

Escuela de Boxeo:

A- En una fila, sin movimiento ejecución del ejercicio en el lugar.

B- En dos filas una frente a la otra, sin movimiento ejecución del ejercicio en el lugar.

C- En dos filas una frente a la otra en movimiento ejecución del ejercicio en el lugar.

D- En sombra libre en pareja esta se tiene que realizar a una distancia 2 a 3 metros entre boxeadores.

Escuela de combate

1- **Combate dirigido**:

A- Alterno simple unilateral, se realiza el ejercicio en el lugar en movimientos de péndulo se ejecutan los ejercicios de golpeos.

B- Alterno simple complejo, el ejercicio se ejecuta en movimiento con desplazamientos con paso plano y diagonal y se realiza el golpeo.

C- Complejo bilateral simple, con movimientos de desplazamientos libres al realizar el golpeo.

2- **Combate libre dirigido**:

En esta parte del trabajo los ejercicios son los mismos de la escuela dirigida pero con la condición de que los atletas realizan los elementos orientado con las exigencias del combate real.

3- Combate libre:

Este trabajo que no debe exceder del tiempo de combate reglamentado para la categoría ni sobre pase el número de uno, ni realizar ejercicios que no sean los desarrollados por las acciones que le anteceden, como tampoco pueden estar fuera de los objetivos de la clase.

Trabajo con los aparatos

A- primeramente se ejecutan los ejercicios de la distancia y el golpeo en el saco de pared.

B - Seguidamente se ejecutan los ejercicios en el saco colgante tanto la distancia como el golpeo.

Nota: Este trabajo de aparatos el profesor lo puede sustituir por el trabajo técnico metodológico con las Mascotas según estimación del profeso con respecto al perfeccionamiento de los atletas.

Conclusiones

1- Los profesores presentan pobres conocimientos teóricos metodológicos sobre el trabajo de la percepción especializada en la distancia larga como se demuestra en la tabla # 1.
2- 2- Los atletas de la categoría 11- 15 años del municipio los Palacios presentan dificultades en el trabajo de la distancia larga con respecto a la percepción especializada mostrada en la ejecución de golpes que no son propios de la distancia y poca exactitud de los mismos.
3- Confeccionar el conjunto de acciones para perfeccionar la percepción del espacio de la distancia larga.

Bibliografía.

1. Alexeev, A, V ¡A superarse ¡ AV. Alexeev-Moscú: Vneshtorgizdat 1991-179 p.

2. Brito Fernández, Héctor. Psicología general para los institutos pedagógicos/Héctor Fernández; Bibiana Gonzáles Maura- La Habana ED Pueblo y Educación, 1987–34p.

3. Degtiarianov, I. P. boxeo: Manuel para los institutos de cultura física/ Jesús Domínguez, José Luís Llano – La Habana. ED.Cientifico-técnico, 1990.-173p.

4. Domínguez, Jesús .La preparación básica de los boxeadores/Jesús Domínguez, José Luís Llano – La Habana ED. Científico –técnico 1987-163 p.

5. Dzhamgarov, T. T Psicología de la Educación Fisica y el deporte./ T. T Dzhamgarov,A.T.puni-La Habana: Editorial científico –técnico, 1990.-173p.

6. Harre, dietrch.Teoria del entrenamiento deportivo/ Dietrch Harre,-La Habana: ED. Científico – técnico, 1991-331p.

7. Matveev, L. Fundamento del entrenamiento deportivo/ L. Matveev, Moscú: ED Raduga, 1983-331p.
8. Ozilin- Mg. Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo./ N. G Ozilin - La Habana : ED. Científico Técnica ,1983-480p.
9. Psicología Libro de texto. –La Habana : ED. Pueblo y Educación, 1988-468p.
10. Rodianov, A. V Importancia de los factores psicológicos en el resultado deportivo: Traducido del ruso/AV. Rodianov, Str. N.m kuznotrova –Moscú. Vneshtorgizdat, 1970 -85 p.
11. Rodianov, AV. Psicología del entrenamiento deportivo/ AV. Rodianov.-La Habana: Ed. Orbe, 1981.-167p.
12. Degtiorio. IP, Boxeo / IP Degtiorio.- - Moscú: Ed. Raduds. 1993- -305 p.
12. Domínguez. Jesús. La Preparación Básica de los Boxeadores /Jesús Domínguez. José Luís Llano.- -La Habana: Ed.Cientifico – Técnico. 1987 ,163 p.
13. Salabarría Martines. Jesús. Utilización del cruzado de derecha por atletas pinareños participantes en el Torneo Nacional ‘’Playa Girón’’de 1988 /Jesús Salabarría Martines. Orestes Gonzáles, tutor. - - Trabajo de Diploma; ISCF (PR); 1988 - 24h.
14. Subsistema de alto rendimiento .Boxeo. - - / SL. / : Unidad Impresora ‘’ José A. Huelga’’. / S.A. -27 p.
15. Introducción a la investigación científica aplicada a la Educación Física y el Deporte / Pueblo y Educación. 1984.- 246 p.
16. Bolicheiv, A. “Boxeo“. Traduc. edic. Deportivas Cuba 1970.
17. Cabrales, “Hombres del Ring“. Editorial Orbe. Cuba 1980.
18. Casas, E. Gómez, I., Domínguez, J. “Mini história desportiva, “Boxeo“ edic. Dirección Nacional de Propaganda INDER. Pág.: 3-9, 43-45. Cuba 1982.
19. Cuervo, C. Román, I. González, A. Conill, J. “El Levantamiento de Pesas como deporte auxiliar“. Edic. Direcc. Nac. . Doc. INDER 1978.
20. Chagoyen, J. “Historia de boxeo“ejemplar semanal del 1 al 16 l .p . v. INDER del 26 de mayo al 27 de agosto de 1974.
21. Digterier, I. (colectivo autores).“Boxeo“, edic. Fisicultura y deportes. URSS. 1979. traducc. Edic. Moscú 1979.

22. Domínguez, J. Llano, J. Preparación básica del boxeador. edic. ciencias y técnicas. Cuba 1987.
23. Domínguez, J. Llano, J. “Manual sobre técnica y táctica del boxeo” edic. INDER 1974.
24. Domínguez, J. “Labor de Cuba en los Juegos Centroamericanos “. edic. Ciencias y Técnicas. Cuba. 1985.

Anexos

Entrevista a profesores.

1- Que características presenta la distancia larga en el boxeo.
2- Cuales son los golpes característicos de la distancia larga.
3- Cuantas veces usted realiza trabajos de distancia en la semana.
4- Que combinaciones de golpe trabaja en la distancia larga.
5- Como trabaja la escuela de boxeo en la clase.
6- Como trabaja la escuela de combate en la clase.

Encuesta a atletas

1- ¿Cuáles son los golpes que ustedes utilizan en la distancia larga?
2- ¿Cuántas veces ejercitan trabajos de distancia en la semana?
3- ¿Cómo usted realiza la escuela de boxeo en la clase?
4- ¿Qué importancia tú le ves a saber utilizar los golpes en la distancia larga?

Tabla # 1

Entrevista a profesores.

Indicadores	Características de la distancia larga.	Golpes característicos de la distancia larga.	Secuencia a la semanal	Combinaciones de golpes en la distancia larga	Trabajo escuela de boxeo	Trabajo escuela de combate	% +	% -
Prof.-1	B	R	B	R	M	R	33	66
Prof.-2	R	B	B	R	M	M	33	66
Evaluación	R	R	B	M	M	M	16.6	83.3

En esta tabla # 1 se puede observar que no ahí un dominio por parte de los profesores acerca de la metodología para la enseñanza de la distancia larga y sus golpes fundamentales, como se muestra ambos profesores tienen un por ciento positivo de 33 y uno negativo de 66, y su por ciento general se comporta de la siguiente manera un 16.6 por ciento positivo y un 83.3 por ciento negativo teniendo en cuenta que un profesor presenta mas problemas que el otro.

Tabla # 2

Encuesta a atletas

Atletas	Pregunta-1			Pregunta-2			Pregunta-3			Pregunta-4			Total	Total	total
	B	R	M	B	R	M	B	R	M	B	R	M	B	R	M
1	X				X				X		X		1	2	1
2		X			X			X			X		-	4	-
3		X				X		x		X			1	2	1
4		x			x			x		x			1	3	1
5		x			x			x			x		-	4	-
6		x				x		x			x		-	3	1
7		x				x		x			x		-	3	1
8	x					x			x	x			2	-	2
8	x					x			x	x			2	-	2
10			x		x			x			x		-	3	1

En la tabla numero 2 se puede observar de forma muy clara el desconocimiento de forma general por parte de los atletas acerca de los golpes que se deben realizar en la distancia larga con respecto al espacio, además la cantidad de tiempo dedicado a la ejercitación por parte de ellos a los golpes en esta distancia y eso es a pesar del nivel que tienen estos atletas, ya que algunos han participado en competencias nacionales , dando a conocer en algunos casos como se muestra en la tabla la importancia de estos elementos técnicos en la preparación del boxeador.

Haciendo un resumen de forma numérica podemos afirmar que en la 1 pregunta soladamente 3 contestaron de forma correcta, 6 de regular y 1 de mal, en la pregunta numero 2, contestaron 5 de regular y 5 de mal , en la tercera 7 de regular y 3 de mal , en la 4 de bien y 6 de mal , evidenciándose el desconocimiento de forma general de los golpes en esta distancia.

Tabla # 3

Observación a profesores.

Profesores	Escuela de Boxeo	Escuela de combate	Combinación de golpes	Evaluación
Prof-1	B	R	M	MAL
Prof-2	B	M	M	MAL
Total-Obs	8	8	8	_____

En la observación a profesores notamos que no ejecuta correctamente la escuela de combate puesto a que no realizan un correcto desglosamiento de la actividad, por otra parte las combinaciones de golpes no son adecuadas para las distancias en que se encuentran cuando están realizando el ejercicio.

Tabla # 4.

Observación Atletas.

Atletas	**Golpes Rectos**			**Entra en Distancia**			**Combinaciones de golpes**			**Calificación General**
Cantidad de observaciones.	Cant	Bien	Mal	Cant	Bien	Mal	Cant	Bien	Mal	----------
1	136	66	70	16	7	9	15	8	7	Mal
2	189	82	107	19	9	10	13	7	6	Mal
3	142	72	70	14	5	9	12	5	7	Mal
4	106	58	48	15	4	11	11	5	6	Mal
5	163	82	81	18	9	9	12	8	4	Regular
6	98	43	55	12	7	5	11	3	8	Mal
7	201	132	78	21	17	4	17	11	6	Bien
8	165	98	67	13	8	5	14	7	7	Bien
9	132	62	70	11	3	8	16	7	9	Mal
10	126	65	61	17	11	6	17	6	11	Mal
Total	1467	750	707	156	80	76	138	67	71	Mal

En esta tabla se muestra la efectividad de los atletas en cuanto a la ejecución de los golpes rectos, a veces entran en distancia incorrectamente y realizan combinaciones de golpes que no son propios de la distancia larga. Evidenciadose en esta tabla el resultado estadístico de 7 atletas evaluados de M, 1 atleta evaluado de R y solamente 2 evaluados de B

Título: Estudio de patrones de lateralidad para optimizar el rendimiento técnico-táctico de las atletas de la selección nacional de Tenis femenino de Cuba.

Autores.

EPG. José Ariel de la Cruz López. INDER. pepetennis@inder.cu

Dra.C. Beatriz Sánchez Córdova. CIDC- UCCFD. beatriz@inder.cu

EPG. Alexander Ferrales González. INDER alexferrales@inder.cu

Lic. José Ariel de la Cruz Sánchez. UCCFD-CETHLON pepetennis@inder.cu

País: Cuba

Resumen

La planificación, el control y la evaluación del entrenamiento deportivo, así como el seguimiento del comportamiento de las jugadoras durante el entrenamiento y en la competencia, se ha convertido una máxima para obtener altos resultados.

En la preparación de las tenistas intervienen múltiples factores, de forma decisiva para el rendimiento deportivo durante toda la trayectoria como atletas, juega un papel preponderante la preparación técnica como base para lograr altos resultados en la etapa de maestría deportiva.

Nuestro trabajo diagnóstica la lateralidad y permite obtener una caracterización motora para, de conjunto con otros indicadores, lograr un perfeccionamiento técnico de las jugadoras de tenis y contribuir a potenciar las fortalezas y minimizar las debilidades en aras de un rendimiento deportivo superior.

Se emplearon métodos del nivel teórico y empírico y se complementa este estudio aplicando, por primera vez en el tenis cubano, el test de Lateralidad publicado por Paul Dorochenko (http://www.jmebages.cat/pdf/CR2.pdf) en su artículo “Interés de las Literalidades en el deporte”, a partir de las definiciones de otros autores como Zasso y J. Solin que incluyen pruebas para definir: ojo director, mano dominante, relación ojo - mano, lateralidad de hombro, lateralidad de cintura, pierna dinámica y pié director, que reveló el lado dominante de cada parte del cuerpo de las jugadoras de tenis femenino de Cuba.

Los resultados obtenidos permitieron conocer el patrón de lateralidad de las atletas de tenis femenino de Cuba y evaluar la influencia de estas preferencias motoras sobre los aspectos técnicos del juego, para perfeccionar el entrenamiento deportivo y actuar más eficazmente en el juego.

SUMMARY

The planning, the control and the evaluation of the sport training, as well as the pursuit of the behaviour of the players during the training and in the competition, has become a maxim to obtain high results.

In the preparation of the tennis players multiple factors in a decisive way intervene for the sport yield, during the whole trajectory like athletes. In the juvenile stage it plays a preponderant paper the technical preparation as base to achieve high results in the stage of sport master.

Our work diagnose the lateralization and it allows to obtain a characterization motorboat for, of group with other indicators, to achieve a technical improvement of the tennis players and to contribute to promote the strengths and to minimize the weaknesses for the sake of a yield sport superior.

Methods of the theoretical and empiric level were used and these studies are supplemented applying, for the first time in the Cuban tennis, the test of Lateralization published by Paul Dorochenko (http://www.jmebages.cat/pdf/CR2.pdf) in its article “Interest of the lateralization in the sport", starting from the definitions of other authors like Zasso and J. Solin that include tests to define: managing eye, dominant hand, relationship eye - hand, shoulder lateralization, waist lateralization, dynamic leg and director foot that revealed the dominant side of each part of the body of the players of feminine tennis of Cuba.

The obtained results allowed to know the lateralization pattern of the athletes' of feminine tennis of Cuba and to evaluate the influence of these preferences motorboats on the technical aspects of the game, to perfect the sport training and to act more efficiently in the game.

Introducción.

El tenis es uno de los deportes de Cuba que, aunque ha obtenido resultados centroamericanos y panamericanos, debido a su complejidad por las características del circuito competitivo internacional, por las instalaciones y recursos que necesita, por su poca tradición en nuestro país, no han logrado situarse a niveles muy elevados del ámbito mundial. Esto implica que debemos continuar perfeccionando la preparación técnico táctica buscando las individualidades que permitan mejorar el rendimiento.

Teniendo en cuenta que la preselección nacional de tenis femenino son atletas jóvenes y en desarrollo, se decidió realizarle un estudio de patrones de lateralidad, que permita definir los puntos fuertes y débiles a partir de las preferencias motoras de nuestras jugadoras, para perfeccionar el entrenamiento y actuar más eficazmente en el juego.

El ser humano, a pesar de tener un cuerpo relativamente simétrico, utiliza preferentemente, en sus actividades diarias y en su uso funcional un lado frente al otro. Esta preferencia genética predeterminada, determina la lateralidad del individuo.

Se han realizado muchos estudios sobre el lado de la mano dominante para distinguir diestros y zurdos y esto ha permitido realizar investigaciones para la práctica deportiva y hasta para la selección de talentos. Sin embargo estudios profundos de lateralidad que incluyan el estudio no solo la mano predominante, sino de los ojos, los hombros, la cadera y los pies, logran brindar una información relevante para entrenar atletas de alto rendimiento.

El desarrollo deportivo depende de cuan eficaz sea el equipo de trabajo para aplicar los aportes científicos en la selección y preparación de sus deportistas.

Este momento no es precisamente la mejor época para el Tenis cubano, no tenemos jugadores ni jugadoras ubicados entre los primeros 1000 del ranquing mundial, la federación nacional, hace ingentes esfuerzos por desarrollar estrategias con los jugadores juveniles que han integrado recientemente los

equipos nacionales, que junto a los de mayor experiencia son los encargados de rescatar nuevamente los éxitos alcanzados en el orden internacional en este deporte.

Queda entonces aprovechar los aportes científicos y los recursos humanos disponibles para hacer posible este empeño. Una de las acciones que ya se acomete por parte del equipo multidisciplinario es el establecimiento del Perfil Integral de los jugadores de los equipos nacionales de los dos sexos, como punto de partida para diseñar un plan de trabajo mas objetivo.

Situación Problémica.

Para realizar esa caracterización identificamos que **no se conoce el patrón de lateralidad de las atletas de tenis femenino lo que dificulta utilizar sus fortalezas y minimizar sus debilidades cuando se entrenan los aspectos técnicos del juego.**

Problema Científico

¿Cuál es la influencia motora de cada jugadora del equipo nacional de tenis femenino a partir del diagnóstico de lateralidad?

Objeto de Estudio.

La preparación técnica de las tenistas.

Objetivo General.

Perfeccionar la preparación técnica a partir de la valoración de los patrones de lateralidad o parte motora predominante, en atletas de la selección nacional de Tenis.

Campo de Acción. Lateralidad o preferencia motora.

Tareas:

Las tareas que permitirán dar cumplimiento al objetivo son:

1. Diagnóstico para caracterizar la preferencia motora de las tenistas.
2. Valoración del patrón de lateralidad de cada atleta para delimitar sus fortalezas y debilidades técnicas.
3. Elaboración de un grupo de acciones que contribuyan a implementar el test de lateralidad como parte del perfil del jugador de tenis.

Este trabajo presenta una gran importancia práctica ya que permitió conocer el patrón de lateralidad de las atletas de tenis femenino de Cuba para evaluar los puntos fuertes y débiles y la influencia de estas preferencias motoras sobre los aspectos técnicos del juego y así perfeccionar el entrenamiento deportivo.

Presenta además la Novedad Científica de que se realiza este estudio por primera vez en el equipo nacional femenino de tenis cubano, aplicando el test de Lateralidad publicado por Paul Dorochenko (http://www.jmebages.cat/pdf/CR2.pdf) en su artículo "Interés de las Literalidades en el deporte".

El tenis es un deporte competitivo de talla mundial que atrae a millones de jugadores y seguidores en todo el mundo y ha evolucionado de ser un juego técnico/táctico, basado en el estilo y la sutileza, al actual deporte de ritmo veloz y explosivo. A partir de su evolución, el diseño de un programa de entrenamiento para el tenis debe de basarse en la caracterización de la actividad competitiva y en todos los parámetros que influyen en su rendimiento.

Resumen Marco Teórico- Metodológico.

Caracterización del Tenis.

El tenis requiere de cortos estallidos de energía explosiva repetidos infinitas veces. Atletas del tenis necesitarán de una mezcla de velocidad, agilidad y potencia, combinadas con capacidades aeróbicas de medias a elevadas. …Según Joaquín Aullana Ibáñez "…Una mala condición física podría ser un factor limitante del resultado de una competición, una disminución en la velocidad de desplazamiento, podría resultar en una mala y tardía colocación de los segmentos corporales para un eventual golpeo, esto implicaría una disminución en la precisión y/o velocidad del mismo, un aumento de bolas que no pueden ser alcanzadas, así como un cambio en la intención del golpeo; pasando de ser un golpe ganador a una devolución de bola para evitar el error." Esto provocaría que la fatiga estuviera ocasionando una pérdida del rendimiento, imposibilitando al tenista mantener velocidad de desplazamiento, precisión en el golpeo, atención y concentración durante la duración del partido.

Una caracterización muy actualizada del Tenis fue declarada por **Joaquín Aullana Ibáñez en su obra, "Breve revisión bibliográfica de las demandas físicas y fisiológicas del tenis de competición".** Según este autor es inaceptable que los tenistas entrenen utilizando modelos de entrenamiento de otros deportes, ya que muy pocos deportes tienen características fisiológicas similares al tenis.

Continua explicando que "Para diseñar programas de entrenamiento específico del tenis, es importante comprender la naturaleza del deporte."…Refiere una importante caracterización a partir de estudiar los indicadores de: **Actividad durante partidos de tenis y Exigencias fisiológicas del tenis moderno** (Frecuencia Cardiaca (FC), Concentraciones de Lactato, Percepción subjetiva de esfuerzo y Consumo de oxígeno.

Aspectos esenciales de la Lateralidad.

La lateralidad motora constituye un problema tradicional del ámbito de la educación física. Sus explicaciones han estado situadas dentro del modelo genetista y biológico que la consideran como una capacidad general del ser humano para utilizar un lado de nuestro cuerpo preferentemente sobre otro. Esta interpretación se ha basado en un supuesto dominio de un hemisferio cerebral sobre el otro hemisferio, que permanece subyacente a toda conducta y determinado por nuestro código genético, y, por tanto, de difícil modificación a través del aprendizaje.

Un estudio del Departamento de Educación Física y Deportiva, de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, de la Universidad de Granada, titulado, "La lateralidad motora como habilidad entrenable. Efectos del aprendizaje sobre el cambio de tendencia lateral", de los autores Bilbao, A. & Oña, A., resume que: …."la lateralización puede entenderse como un conjunto de conductas, que se adquieren cada una de ellas de forma independiente, por un proceso particular de entrenamiento y aprendizaje, en lugar de quedar determinadas por una supuesta facultad genérica neurológica innata. …..La situación de crisis del modelo genetista apunta hacia un cambio de marco y conceptual para la

explicación de la lateralización, donde ésta pueda ser atendida como conjuntos de comportamientos, en los cuales su proceso de adquisición constituye el factor más importante a estudiar, más allá de los factores biológicos y genetistas".

Finalmente los autores Bilbao, A. & Oña, A. valoran que: ….”Interpretando la lateralización motora como un proceso de aprendizaje, debemos situar su estudio en el área del Aprendizaje Motor, el cual considera que el aprendizaje de cualquier movimiento es un cambio o modificación en una conducta motora concreta (Oña et al. 1999). Dentro del ámbito del Aprendizaje Motor, las técnicas de modificación de conducta han resultado ser efectivas en el tratamiento de numerosas conductas motoras. Allison & Ayllon (1980), usaron un paquete de sobrecorrección **diseñado para eliminar errores y para desarrollar una conducta apropiada en fútbol, tenis y gimnasia.** También se ha tratado la corrección de errores por medio de la aplicación de una técnica mixta de moldeamiento y economía de fichas para llegar a una habilidad deportiva (Bilbao, 1994).

Otra fuente importante sobre la lateralidad resultó ser la obra del **Dr. C. Juan Carlos García Mesa titulada “El problema de la lateralidad y la actividad física”**, donde el autor refiere que….” Una de las perspectivas científicas que más ha estudiado la lateralización ha sido la del Desarrollo Motor (Cioni y Pelleegrinetti, 1982; Lierderman y Kinsbourne, 1980), Provins, Dalziel y Higginbotton, 1987; Burt, 1937, Zazzo, H. 1960, Hacaen y Ajuriaguerra, J.1963). , tratando de establecer desde un punto evolutivo la génesis de las diferentes conductas de lateralización en función de las edades.” También explica que han existido numerosas investigaciones que confirman la relación entre el aprendizaje y las habilidades de lateralización. Estos datos parecen apoyar la existencia de una relación entre las habilidades motoras, la manualidad y el papel preponderante del entrenamiento en la ejecución diferencial de los lados.

Por otro lado deja evidente la importancia de la lateralidad para la actividad deportiva cuando expresa: “….Existen deportes en los que se ha confirmado y demostrado que un determinado tipo de ejecución (por ejemplo "por la izquierda"), es sinónimo de ventaja y de éxito deportivo, como en esgrima, judo, etc. Existen

otros deportes, predominantemente de oposición y lucha, que suelen demandar una ejecución unilateral (Tenis, Esgrima, Squash, Tenis de mesa, etc.), donde una ejercitación con la extremidad no dominante puede favorecer la ejecución con la extremidad preferida.

En este sentido, J. González (1996) ya había concluido con la hipótesis de que un buen jugador de tenis, para mejorar sus golpes con una buena economía, debería ser progresivamente menos lateralizado.

La visión mas exacta de lo que necesita la actividad deportiva y especialmente el Tenis sobre el diagnóstico de Lateralidad, la ha descrito el autor Paul Dorochenko , en su obra **"Interés de las lateralidades en el deporte",** donde expresa que: "En el deporte, las lateralidades tienen un papel clave para la motricidad y el rendimiento, siendo las que hacen referencia a la relación óculo-manual (ojo dominante- mano dominante) y la óculo-podal (ojo dominante - pie dominante), las más determinantes. No obstante, no podemos olvidar las lateralidades en relación al hombro o cintura (importantes por la preferencia para el lado del giro), y las que se refieren a la pierna dinámica (hábil) y la pierna de fuerza (de apoyo en la mayoría de los casos).

En esta obra, explica el desarrollo evolutivo de las lateralidades, haciendo hincapié en: La motricidad liberada, El reflejo tónico laberíntico de postura, Los primeros indicios de una lateralización segmentaría, Los primeros indicios de una lateralización segmentaría, Los factores funcionales de lateralización, Evolución de las relaciones visuo-manuales y las Tareas de anticipación-coincidencia y sus efectos laterales.

Sobre el control del movimiento Dorochenko destaca que "El tenis se caracteriza por tener un alto grado de incertidumbre espacial, temporal y eventual. Así el tiempo para tomar decisiones basadas en el análisis del entorno es inferior a los 400 ms, dedicando unos 200 ms para percibir los estímulos, unos 400 ms para realizar el desplazamiento y unos 80 ms para realizar correcciones." También refiere que "El tenista experto realiza un menor número de fijaciones visuales que

el novato, aumentando la duración de cada fijación sobre los elementos relevantes para su acción".

Otro aspecto de relevancia es lo relacionado con la **Asimetría funcional cerebral en el tenista** donde Dorochenko explica que:…"en el control proactivo descrito anteriormente, el hemisferio derecho no depende del SNC, mientras que en los zurdos, las ejecuciones de técnicas balísticas suelen haber sido procesadas previamente a su ejecución. Es por este tipo de asimetrías que en muchas situaciones el tiempo de reacción (proactivo) da una ventaja a los jugadores zurdos. Sin embargo, en el control retroactivo, el hemisferio izquierdo se encarga de la integración sensorial y motriz durante el movimiento".

Finalmente y muy en correspondencia con nuestro deseo de diagnósticar la lateralidad, Dorochenko muestra los resultados de un estudio realizado por Catherine Garipuy con 600 jugadores de tenis, y otro realizado por el mismo, sobre los 100 mejores jugadores del mundo, donde revela datos importantes relacionados con el perfil técnico y mental de estos tenistas, destacándose los siguientes resultados y cito:

- "Los jugadores con lateralidad óculo-manual cruzada (Ojo derecho-mano izquierda u ojo izquierdo-mano derecha), suelen caracterizarse por tener como una de sus técnicas más efectivas el "drive" de derecha.
- Los jugadores con lateralidad óculo-manual homogénea (Ojo derecho-mano derecha u ojo izquierdo-mano izquierda), suelen tener como técnica efectiva el revés.
- Los jugadores cuya pierna dinámica se adelanta en el saque suelen tener un saque muy bueno. El 85% de las piernas dinámicas son derechas, por eso que el grupo de los zurdos tiene mayor ventaja en el saque. Casi todos los zurdos al mejor nivel mundial tienen un gran saque, sin embargo, un zurdo puede perfectamente tener una pierna dinámica izquierda y un pie director izquierdo y no tendrá esta ventaja en el saque.

- El ojo dominante nos permite destacar el hemisferio dominante y por supuesto la actitud comportamental de forma genérica. Un jugador homogéneo diestro tendrá una forma de jugar y de actuar muy distinta de un cruzado diestro. Es evidente que funcionamos con nuestros dos hemisferios pero el dominante favorece una forma de actuar que nos relaciona de forma preferente a un deporte por las facilitaciones que tendremos".

Este conocimiento tiene una gran importancia sobre la técnica y la detección de los jóvenes talentos. Un jugador cruzado óculo-manual tendría que dominar perfectamente el revés a dos manos. Mientras que un tenista homogéneo puede elegir entre tener un revés a una o a dos manos. El homogéneo tendrá que tener un grip extremo, jugar el golpe de derecha "open stand", es decir en posición frontal y apuntar la pelota con la mano izquierda porque no se apoya sobre un cerebro espacio-temporal.

En numerosos deportes las lateralidades tienen un efecto directo sobre la técnica y representan un dato importante en la selección o detección de jóvenes talentos. Estos datos pueden permitir a los técnicos deportivos mejorar la orientación y detección de talentos en el deporte, especializándolos en la práctica de ciertos deportes o a posiciones en el campo para las que tendrán más un mayor potencial de desarrollo relacionado con la lateralidad.

Finalmente concluimos que el diagnóstico y estudio de las preferencias motoras permitirá caracterizar la lateralidad de las jugadoras de tenis lo cual repercutirá en establecer el sistema de preparación técnica con los objetivos y tareas acorde a su estructura individual.

Metodología

Se trata de una Investigación **exploratoria y descriptiva y teniendo en cuenta el propósito del estudio presenta un** un **Diseño no experimental, transeccional y descriptivo.**

Se utilizaron varios **métodos del nivel teórico y empírico y** técnicas y procedimientos para llevar a cabo esta investigación resaltando que la

Observación permitió determinar la preferencia de lateralidad y que se realizó un cálculo porcentual simple.

También se utilizó el **Test de Lateralidad** publicado por Paul Dorochenko en su artículo "Interés de las lateralidades en el deporte" que consiste en Evaluar la Relación ojo director – mano dominante, Lateralidad de Hombro, Lateralidad de Cintura, Pierna Dominante y Pié Director. Se realizan 6 Pruebas para analizar estos 5 indicadores y se caracteriza la muestra en correspondencia con los resultados.

Población y muestra.

Nuestra investigación fue realizada a las 9 atletas del equipo nacional juvenil femenino de Cuba por lo que la muestra es coincidente con la población de ese equipo. Tienen una edad promedio de 15,66 años y una edad promedio deportiva de 9,11 años.

Análisis de los resultados

La aplicación del Test de Lateralidad permitió clasificar las atletas en:

- **5 Homogéneas y 2 Cruzadas**

Nueve Atletas		Lateralidad		Relación Ojo - Mano
Pruebas		Derecha	Izquierda	
1	Ojo Director	5	2	5 Homogéneas 2 Cruzadas
2	Mano Dominante	7		
3	Lateralidad de Hombro	3	4	
4	Lateralidad de Cintura	3	4	
5	Pierna Dinámica	2	5	
6	Pié Director	7		

En la **Prueba 1**, de las 7 jugadoras 5 que representan un 66,6% tienen como *ojo dominante el derecho* y solo 2 tienen como *ojo dominante el izquierdo.*

El ojo dominante nos permite destacar el hemisferio dominante y por supuesto la actitud comportamental de forma genérica. Un jugador homogéneo diestro tendrá una forma de jugar y de actuar muy distinta de un cruzado diestro. Es evidente que funcionamos con nuestros dos hemisferios pero el dominante favorece una forma de actuar que nos relaciona de forma preferente a un deporte por

las facilitaciones que tendremos.

Se puede concluir en este indicador de evaluación del ojo dominante apuntando que:

- La lectura de la pelota es esencial y puede ser mejorada a diferentes niveles de ajuste corporal.
- La visión del juego depende de la capacidad de asociar visión central y periférica y de nuestra relación OJO-CEREBRO.

En la **Prueba 2**, el 100% de las tenistas estudiadas sujetan sus raquetas con la mano derecha por lo que la derecha es su *mano dominante*.

Realizando el Análisis de Mano Dominante y Ojo Director, que constituye la RELACIÓN OJO-MANO, muy importante en los tenistas, determinamos que **5 Atletas son Homogéneas** y **2 son Cruzadas**.

Diferentes autores coinciden en que las atletas Homogéneas se deben caracterizar técnicamente por: La derecha peor que el revés, empuñaduras pasadas, muy de frente o pegando tarde con continental, gira el cuerpo para pegar delante o pega tarde, revés a una mano, empuñadura este, de lado, pega delante, juega bastante atrás, juega a la contra, derecha paralela, revés cruzado, prudente, planificadores y llevadores del ritmo del partido y regulares. Esto lo debemos tener en cuenta con las 5 atletas homogéneas.

En el caso de las atletas **Cruzados,** también hay consenso entre los especialistas internacionales de que sus características técnicas serán: derecha mejor que el revés, empuñaduras no muy pasadas, no muy de frente, tiende a pegar delante, revés a dos manos, empuñadura falsa, manos separadas, muy de frente, tiende a pegar tarde, juega bastante dentro de la pista, jugador de ataque, derecha cruzada, revés paralelo, Imprudente, hábiles y creativos e irregulares.

En cursos de la FIT y también abordado por varios autores existe coincidencia en que a partir de si los aletas son homogéneos o cruzados tendrán diferentes características psíquicas.

Un dato importante, según estudios de Paul Dorochenko, refleja que los Atletas Cruzados son ideales para la práctica del Tenis, cuestión que podría utilizarse

como parte de los parámetros de selección de talento.

Este conocimiento tiene una gran importancia sobre la técnica y la detección de los jóvenes talentos. Un jugador cruzado óculo - manual tendría que dominar perfectamente el revés a dos manos. Mientras que un tenista homogéneo puede elegir entre tener un revés a una o a dos manos. El homogéneo tendrá que tener un grip extremo, jugar el golpe de derecha “open stand”, es decir en posición frontal y apuntar la pelota con la mano izquierda porque no se apoya sobre un cerebro espacio-temporal.

Los jugadores *homogéneos* adoptan una posición de tiro con los hombros y la cintura orientados a 45º de un plan frontal perpendicular a la línea de tiro, al contrario de los jugadores *cruzados* que tienen una posición muy frontal, perpendicular a esta misma línea. Eso no solamente permite mejorar la técnica del tiro en las categorías inferiores sino que hasta en el alto nivel se puede mejorar una posición que no siempre ha sido elegida de forma natural sino aprendida.

En la **Prueba 3.** Relacionada con la **Dirección de giro preferida de los hombros:** 4 de las jugadoras tienen una dirección de giro de los hombros preferentemente hacia la izquierda y 3 Atletas, tiene una dirección de giro de los hombros preferentemente hacia la derecha.

Este indicador presenta una Influencia sobre: La velocidad y fuerza de las aperturas, Los lanzamientos de los golpes, Ayuda al balance y Ayuda a la estabilización.

Lo que indica que 4 jugadoras, que presentan preferencia de giro hacia la izquierda, son potencialmente más fuertes para la ejecución del revés a dos manos no así para el golpe de derecha.

En la **Prueba 4.** Relacionada con la **Dirección de rotación preferida de la pelvis:** 4 jugadoras tienen preferencia de giro de cintura hacia la izquierda y 3 una dirección de giro hacia la derecha.

Es muy importante conocer la dirección con la que uno gira más a menudo y de modo natural ya que favorece la ejecución de los golpes de tenis. En este caso

todas tienen mayor potencialidad a desarrollar un buen golpe de revés y el servicio.

Si correlacionamos las Pruebas 3 y 4, que corresponden con la **preferida de giro y rotación de los hombros y la pelvis**, podemos afirmar que 4 jugadoras son potencialmente fuertes en los giros hacia la izquierda donde convergen las dos preferencias. Existe solo una atleta que tiene presencia de hombro hacia la derecha y de cintura hacia la izquierda lo que implica estar dividida las preferencias.

En la 4 coincidentes se deberá potenciar la izquierda donde tendrán buenos resultados y trabajar individualizadamente la derecha para suplir la debilidad. En el caso de la atleta con preferencia de hombro derecha y cintura izquierda se deberá realizar un trabajo que fortalezcan giros de hombros y cinturas para minimizar la debilidad.

La **Prueba 5** relacionada con **La pierna dinámica** concluyó que:

- 5 jugadoras que representan el 71,4 % tienen como **pierna dinámica la izquierda** lo que implica que la **pierna de apoyo es la derecha.**
- Las 2 restantes (Atleta 4 y 7) tienen como pierna dinámica la derecha y consecuentemente la de apoyo la izquierda.

Conocer el **pié de apoyo** presenta una influencia importante en: Las frenadas, Los ajustes de distancia, Las salidas, El potenciador biomecánico del golpeo, Ayuda al balance y Ayuda a la estabilización.

Los jugadores cuya pierna dinámica se adelanta en el saque suelen tener un saque muy bueno. El 85% de las piernas dinámicas son derechas, por eso que el grupo de los zurdos tiene mayor ventaja en el saque.

Merece la pena descubrir cuál es la pierna dinámica y el pié de apoyo para el la preparación técnico - táctica de todos los elementos del tenis.

La Prueba 6 relacionada con **El Pie director** refleja que: El 100% de las jugadoras de tenis golpean la pelota con su pie derecho lo que constituye su pie director.

Este indicador también tiene influencia en los mismos aspectos de la Pierna dinámica que son: Las frenadas, Las salidas, como Potenciador biomecánico del golpeo, ayuda al balance y a la estabilización.

Es muy importante conocer la incidencia de correlacionar las **Pruebas 5 y 6**, que corresponden con la **pierna dinámica y el pié director.** Realizando esta comparación podemos afirmar que: Aunque casi todos los zurdos al mejor nivel mundial, tienen un gran saque, un zurdo puede perfectamente tener una pierna dinámica izquierda y un pie director izquierdo y no tendrá esta ventaja en el saque.

En cumplimiento de la 3ra tarea de investigación proponemos un grupo de acciones que contribuyan a implementar el test de lateralidad como parte del perfil del jugador de tenis, para potenciar estos patrones y optimizar la preparación técnica y el perfeccionamiento del entrenamiento deportivo.

En tal sentido proponemos:

1. Establecer estos estudios diagnósticos de lateralidad como parte del perfil de caracterización de los atletas del tenis en todos los niveles y categorías.
2. Organizar la planificación y ejecución de este Test de manera que coincida con las competencias escolares nacionales que se efectúan en el calendario del tenis.
3. Capacitar a los entrenadores de las áreas deportivas de base para la realización del test, de manera que puedan también implementarlo a los nuevos niños interesados en la práctica de este deporte.
4. Valorar estos estudios de lateralidad en edades tempranas como parte de la selección de talentos del Tenis.
5. Diseñar un grupo de ejercicios que permitan trabajar las posibles fortalezas y debilidades de los atletas Homogéneos y Cruzados teniendo en cuenta las combinaciones que se pueden encontrar con esta clasificación y los indicadores de: Lateralidad de Hombro, Lateralidad de Cintura, Pierna Dinámica y Pié Director.

6. Establecer la mejor manera de incluir este test, su influencia y control para el tenis en el Programa de Preparación del Deportista.

Conclusiones.

1. Varios autores como Paul Dorochenko ( ), Catherine Garipuy (Francia) y Bilbao y Oña (España) han trabajado la lateralidad en el Tenis y en todos los casos coinciden en que constituye un factor determinante para el rendimiento técnico y la optimización del entrenamiento deportivo. También que atletas cruzados son mejores para el Tenis.
2. De las 7 atletas observadas **5 son homogéneas** que significa que ojo y mano dominantes están en el mismo lado (derecho/derecho) (izquierdo/izquierdo) y **2 son cruzadas** que significa que ojo y mano dominantes están en lados diferentes (mano derecha/ojo izquierdo) (mano izquierda/ojo derecho).
3. Conocer los patrones de lateralidad que proporcionan un buen golpe de derecha, un buen revés (especialmente a dos manos), los que son favorables para el golpe de derecha y los que conducen a dificultades en el servicio, entre otros, nos permite entrenar potenciando las fortalezas y mejorando las debilidades que redundará en un perfeccionamiento de la preparación.
4. La implementación de las acciones propuestas puede contribuir a utilizar el test de lateralidad como parte del perfil del jugador de tenis y de esta forma potenciar estos patrones y optimizar la preparación técnica y el perfeccionamiento del entrenamiento deportivo.

Bibliografía

1. Agostini, S.M.; M. Rodríguez. (1984). Problemas psicológicos y fisiológicos sobre lateralidad. Conferencia Presentada en Evento Científico de I.N.I.F.U.N.C.E.
2. Águila Soto, C., Casimiro Andujar, A. (2000). Consideraciones metodológicas para la enseñanza de los deportes colectivos en la edad escolar. En sitio web.www.efedeportes.com.
3. Aguirre Z., Javier. (1999). Reflexiones sobre aprendizaje motor. Apuntes Ed. Física y Deportes. No.58 Barcelona. Pag 41-47.

4. Applewhite Ch. (1992) Tenis Completo. Editorial Hispano europea, Madrid.
5. Babette P. (1998) Diez maneras de mejorar las habilidades psicológicas en la cancha. Revista Coaches Review. Londres. Federación Internacional de Tenis. 6to año No 15, 2p.
6. Berruezo, P. P.(1995). El cuerpo, el desarrollo y la motricidad. Psicomotricidad Revista de estudios y experiencias. No 49. Vol I. pp 15-26 en el sitio web www.clubpinocho.com
7. Bilbao, A. y Oña, A. (2000). La lateralidad como habilidad entrenable. Efectos del aprendizaje sobre el cambio de tendencia lateral. Revista Motricidad. España. Pág. 7-27
8. Brabenek, J. (1994) ¿Cómo juegan los mejores jugadores de tenis? Inglaterra. Publicación de la Revista ITF Coaches Review 3p.
9. Colectivo de autores (2016) "Programa de Preparación del Deportista" La Habana, Federación Cubana de Tenis, 65 p.
10. Cratty, B. J. (1986). La psicología y la actividad física. Barcelona. Edit Paidos. 86 Pág.
11. Crespo M. Miley D. (1999). Manual para entrenadores avanzados, Federación Internacional de Tenis. Londres, 340 p.
12. Crespo M. y Col (2002) "Trabajando con jóvenes tenistas" Federación Internacional de Tenis, Canadá, 127 p.
13. Desarrollo y aprendizaje motor. (2004). sitio web www.ipef.edu.ar
14. Deniau G. (1991)Técnica, Táctica y entrenamiento de Tenis Editorial Paidotribo, Barcelona
15. De Diego S. y Sagrado L. (1992) Jugar con ventaja. Las claves psicológicas del éxito deportivo. Madrid. Alianza Editorial
16. Dorochenko Paul. ( ) Interés de las Lateralidades en el deporte, http://www.jmebages.cat/pdf/CR2.pdf
17. Farias, Alejandro. (1986). Zurdos, Derechos, Artista, Pensador. Granma (Cu), Abril
18. Forti L. (1992) "La formación del Tenista completo". B.A., 177 p.

19. Galiano, D. “La selección de talentos en Tenis”. (1996) Barcelona Ed Paidotribo. 67 p.
20. García Mesa, Juan Carlos (2014) “El problema de la lateralidad y la actividad física”, FCF, Isla de la Juventud.
21. Garrido Agüeros A. (2001) El trabajo en equipo: Premisa fundamental en el éxito del tenis cubano en la Copa Davis 2001. Trabajo de Diploma. La Habana. Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. 37 p.
22. Gould, D, Damarjian, N & Medbery, R. (1999). An examination of mental skills training in junior tennis coaches. The sports Psychologist, 13, 2, 127-144
23. Granitto, G. (1995) “Algunas referencias para la implementación del programa STI. Federación Internacional de Tenis, Centroamérica y el Caribe
24. González Luís G. (2001) Autovaloración y pretensiones elementos de alto nivel regulador para el deportista. Buenos Aires, Revista Digital.
25. Gruart, J. J. (2000). Neuropsicología de la actividad motriz: estructura desarrollo y aprendizaje. (España). En sitio web www.efdeportes.com
26. Joaquín Aullana Ibáñez (2015) Breve revisión bibliográfica de las demandas físicas y fisiológicas del tenis de competición, EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 20 - Nº 204 – Mayo.
27. Loehr, J.E. (1990). Providing sport psychology consulting services to professional tennis players. The sport psychology, 4, 400-408
28. Mac Curdy D. y col. “Manual para entrenadores de primer Nivel”, (1995) Federación Internacional de Tenis, Londres, 141 p.
29. Moran, A. (1994) How effective are psychological techniques used to enhance performance in tennis? The views of some international tennis coaches. En T. Reilly, M. Hughes& A. Lees. (Eds) science and racket sports, 221-225. E & FN Spon.
30. Nandayapa Jiménez, Emmanuel (2014) Fases sensibles orientadas en el tenis, EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 19, Nº 198,

Noviembre.

31. Ochoa Fernando. Sistema de Entrenamiento Multidimensional del Tenis por capacidades motoras y cognoscitivas para las categorías de 14, 16 y 18 años varonil. Tesis en opción al grado de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. ISCF Manuel Fajardo, 2006, 121 p.
32. Peterson. V. (1997) El método sueco de desarrollo de jugadores de 16 a 21 años. México. Congreso Mundial de entrenadores de Tenis. Editado por la Federación Internacional de Tenis. 28 p.
33. Sandoval Y. Torres Y. (2003) Caracterización del estado emocional de las tenistas que participaron en la primera Olimpiada Nacional del deporte Cubano. Trabajo de Diploma. La Habana, Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. 52 p.

Título: Formación del pensamiento táctico en deportistas de combate, categoría 11-12 años.

Autores:

- Dr. C. Lida de la Caridad Sánchez Ramírez. Directora del Centro de Estudios: Ciencias Aplicadas al Deporte y la Cultura Física. Universidad de Oriente. Facultad de Cultura Física. Cuba. Email: lsanchez@uo.edu.cu
- M.Sc. José Ferrer Bueno Combinado Deportivo Sala Polivalente.Santiago de Cuba
- Lic. Yoismel Moya Bell Combinado Deportivo Altamira. Santiago de Cuba. yoismel85@gmail.com

País: Cuba

Resumen

El presente trabajo responde a una de las tareas del proyecto Ciencias Aplicadas al Deporte y la Cultura Física. Se partió de considerar que las actividades deportivas son esencialmente complejas y exigen de grandes tensiones musculares y psíquicas, por tanto, deben ser ejecutadas por el deportista de manera consciente y esto es posible por la participación de procesos psicológicos especialmente el pensamiento, el cual se vincula a toda actuación deportiva. Sin embargo, en la actualidad es el menos tratado desde un enfoque didáctico-metodológico en el deporte de lucha. La investigación se realizó con el propósito de elaborar una estrategia de aprendizaje para la formación del pensamiento táctico, que permita la ejecución satisfactoria de las acciones tácticas en las situaciones durante el combate de deportistas de lucha libre en la categoría 11-12 años. Conformaron la muestra 10 deportistas, 15 pedagogos deportivos, y tres directivos. La investigación consta de tres fases: la primera para la determinación del estado actual de la formación del pensamiento táctico, a partir de dimensiones e indicadores; en la segunda se elaboró la estrategia de aprendizaje; y en la tercera se valoró la aplicabilidad y pertinencia de la estrategia diseñada. Se trata estadísticamente la significación del consenso de los especialistas a través del Coeficiente de Concordancia de Kendall (W), el cual posibilita decidir el nivel de

concordancia entre los juicios emitidos y permite con rigor estadístico, estos valoraron la oportunidad de la propuesta como muy alta o alta, consideraron que la estrategia es pertinente, de efectividad probable, puede convertirse en una herramienta útil para resolver las limitaciones que se enfrentan en la preparación táctica en categorías superiores.

Summary

The present work responds to one of the tasks of the Applied Sciences to Sport and Physical Culture project. It was based on considering that sports activities are essentially complex and require great muscular and psychic tensions, therefore, must be performed by the athlete in a conscious way and this is possible by the participation of psychological processes especially thought, which is linked To all sports performance. However, at present it is the least treated from a didactic-methodological approach in the sport of struggle. The research was carried out with the purpose of elaborating a learning strategy for the formation of the tactical thought, that allows the satisfactory execution of the tactical actions in the situations during the combat of athletes of free fight in the category 11-12 years. The sample comprised 10 athletes, 15 sports pedagogues, and three managers. The research consists of three phases: the first to determine the current state of the formation of tactical thinking, based on dimensions and indicators; In the second, the learning strategy was developed; And the third evaluated the applicability and relevance of the strategy designed. The significance of the consensus of the specialists is treated statistically through the Kendall Coefficient of Concordance (W), which makes it possible to decide the level of concordance between the judgments issued and allows with statistical rigor, they valued the opportunity of the proposal as very high Or high, considered that the strategy is pertinent, of probable effectiveness, can become a useful tool to solve the limitations that are faced in the tactical preparation in higher categories.

Introducción

La formación táctica debe comenzar desde la primaria y proseguirse sin interrupción, adaptándose siempre a la edad de los alumnos. Esta responde a las exigencias pedagógicas de un reforzamiento de la educación mental y de una elevación de la calidad de la formación primaria. Mahlo, F. (1983).

Del comentario anterior, el deporte de lucha, demanda un elevado desarrollo del pensamiento táctico, no solo por la amplia diversidad de acciones técnicas y tácticas a resolver por el deportista de lucha en percibir, analizar y realizar, sino porque estas transcurren en condiciones limitadas de tiempo y espacio y debe ser capaz de realizar operaciones de análisis, síntesis en situaciones cambiantes de la actividad, pues de la calidad del pensamiento táctico depende la rapidez para encontrar la solución adecuada a una situación dada, la adopción de decisiones y la efectividad Gómez C. y P. Peñaloza M, (2001). Lo anterior, está condicionado por los conocimientos y experiencias técnicas y tácticas; se requiere, por tanto, disponer de sólidos y actualizados conocimientos en función de las alternativas concretas que se presenten durante el combate en el deporte de lucha.

Relacionado con la táctica, se han desarrollado trabajos sobre la enseñanza y aprendizaje de la táctica deportiva; por ejemplo al aprendizaje de los aspectos tácticos. Dentro de los estudios sobre la problemática del pensamiento táctico, se encuentran: Gómez C. P. y Peñaloza M. R. (2001), Morales C. Y. (2010), quienes reafirman la importancia de su tratamiento. A pesar de ello, en el deporte de lucha continúa siendo uno de los problemas centrales.

Aunque se destaca el libro sobre técnica y táctica de la lucha deportiva de González C. S. (2013) el estudio se dirige hacia el alto rendimiento, no obstante, aun los autores citados desde sus posiciones teóricas, no condicionan la orientación de cómo lograr la formación del pensamiento táctico durante el período de enseñanza aprendizaje y competiciones, en la particularidad de las edades escolares.

La investigación se centra en la formación del pensamiento táctico, pues constituye uno de los aspectos condicionantes para el éxito en el deporte de lucha libre; donde predominan los esfuerzos variables con situaciones tácticas

cambiantes, por ello es necesario, estudiar procedimientos, estrategias desde el aprendizaje, que como proceso educativo se convierte en eslabón, para la formación mencionada, y prepara las condiciones para la etapa de familiarización deportiva general, hasta la especialización.

Teniendo en cuenta lo anterior, aun se perciben limitaciones en la praxis para la formación del pensamiento táctico en las edades escolares, pues los resultados obtenidos en el diagnóstico fáctico a partir de la aplicación de la valoración e interpretación de programas, encuestas a deportistas, entrevistas a entrenadores y observación al proceso de enseñanza, y competencias provinciales, arrojaron insuficiencias en cuanto a: limitaciones en percibir y analizar el momento, la distancia y acción acorde con la situación, dificultades para prevenir las intenciones del adversario mientras oculta su verdadero plan, pobre reconocimiento para elegir de modo adecuado la acción y aprovechar el momento, uso ineficiente de estrategias de aprendizaje para variar la acción ante una situación que no satisface el logro de los objetivos, limitaciones de selección de la acción en plazo breve.

De ahí, se revela como problema de investigación: ¿cómo contribuir a la formación del pensamiento táctico en deportistas de lucha libre, categoría 11-12 años?. Se dirige el objetivo de esta investigación a: elaborar una estrategia de aprendizaje para la formación del pensamiento táctico, que permita la ejecución satisfactoria de las acciones tácticas en situaciones durante el combate de los deportistas de lucha libre, categoría 11-12 años.

Metodología

Para la realización de la investigación se seleccionó como población a 17 deportistas de lucha libre de 11-12 años, pertenecientes a la sala polivalente y combinado de micro 2 del municipio Santiago de Cuba. Se escogieron al azar 10 que representó el 58%, la experiencia deportiva es aproximadamente de 2 años. Forman parte también de la selección muestra 15 pedagogos del deporte de lucha como especialistas. Todos son Licenciados en Cultura Física, presentan 5 o más

años de experiencia en el deporte y tres directivos. Como usuarios 48 participantes en el taller.

La estrategia metodológica utilizada en la investigación se materializa en diferentes fases o etapas por donde transita la investigación, primera fase: diagnóstico del estado actual de la formación del pensamiento táctico en deportistas de lucha libre. Para la realización del estudio documental se determinaron los objetivos, se estableció la muestra de documentos a estudiar, y se elaboraron los indicadores de análisis, para registrar y evaluar la información obtenida. Los documentos estudiados fueron las ediciones del Programa de Preparación del Deportista desde 1981 hasta 2014.

Segunda fase: determinación de las dimensiones e indicadores para el diagnóstico del campo, en la muestra seleccionada, el diseño de la estrategia de aprendizaje, sus funciones y las relaciones que se establecen entre los mismos.

Tercera fase: evaluación de la pertinencia y aplicabilidad de la estrategia de aprendizaje diseñada. Se utilizó la triangulación metodológica los criterios de especialistas y usuarios y la observación para comparar los datos obtenidos, esto permitió determinar la pertinencia y aplicabilidad de la propuesta. Se empleó el método consulta de especialistas, y se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos: elaboración del objetivo; selección de los especialistas; elección de la metodología; aplicación de la metodología seleccionada; procesamiento y valoración de la información.

Para el cálculo de medias, desviaciones típicas se empleó SPSS 13.0, dirigido a la valoración de la aplicabilidad y pertinencia de los aportes, se utilizó la prueba estadística de Kendall (W) dirigido a valorar el nivel de concordancia entre los especialistas. En el análisis de los resultados, se trabajó la triangulación metodológica.

Desarrollo

El objetivo general de la estrategia de aprendizaje se expresa en la orientación del proceder didáctico para la instrumentación de las acciones a través de preguntas, la ejecución y la evaluación de su actuación táctica ante la variabilidad de

situaciones en el combate, como expresión concreta del proceso de formación del pensamiento táctico.

La estrategia comprende cuatro etapas, acciones estructuradas y relacionadas: I Diagnóstico; II Orientación y Apropiación; III Ejecución; IV Evaluación de la actuación táctica.

Primera etapa: su objetivo es diagnosticar el nivel de formación del pensamiento táctico en deportistas de lucha libre categoría 11-12 años.

Esta etapa se concreta con la aplicación del instrumento elaborado para determinar el nivel del pensamiento táctico, contentivo de dimensiones e indicadores. El contexto deportivo donde se aplica el diagnóstico determina las potencialidades que deben atenderse en esta etapa, el saber de los deportistas para la adquisición de los conocimientos tácticos, considerando no solo la zona de desarrollo actual, sino la de desarrollo próximo, con niveles de ayuda del pedagogo deportivo para el proceso de formación táctica.

A continuación se declaran las dimensiones e indicadores para determinar el pensamiento táctico en el deporte de lucha libre: DIMENSIÓN 1: interpretación de la información. Esta dimensión posee dos indicadores: logra percibir al momento la distancia; -logra analizar la distancia y la acción. DIMENSIÓN 2: ritmo de previsión de la acción del contrario. Se expresa la dimensión en los indicadores: previene las intenciones del adversario mientras oculta su verdadero plan; elige adecuadamente la acción para aprovechar el momento, y determina la esencia de lo que percibe.

DIMENSIÓN 3: operaciones mentales convergente y divergente. Esta dimensión se observa a través de indicadores: mantiene bajo control gran parte de las acciones; varía su acción ante una situación que no satisface el logro de los objetivos. DIMENSIÓN 4: toma de decisiones rápidas acertadas. La dimensión declarada se determina a través de: selección de la acción en plazo breve; conserva acciones de la defensiva para evaluar las situaciones que se presentan.

Segunda etapa: orientación y apropiación su objetivo orientar hacia la apropiación de los conocimientos tácticos que permitan al deportista activar sus operaciones mentales y visualice las estrategias apropiadas de acuerdo con la diversidad de

situaciones de combate. Ahora bien, esta relación entre el diagnóstico, la orientación y apropiación se expresa en el proceso de ejecución de la acción táctica durante el combate tanto en los entrenamientos como en las competencias.

Tercera etapa: ejecución de la actuación táctica. Su propósito está desarrollar en la práctica la estrategia a través de acciones. En esta etapa, se llega a producir la automatización parcial y regulación de las operaciones que es el hábito motor, dirigidas al resultado esperado; en consecuencia en el deporte, para determinar si se ha alcanzado el nivel de hábito motor, se le hacen preguntas al deportista durante la ejecución del ejercicio, de esta forma debe prestar atención a las respuestas; esto permite desarrollar sus capacidades cognoscitivas de reflexión, crítica y de valoración.

Cuarta etapa: evaluación de la actuación táctica su objetivo: evaluar la actuación táctica. Esto refiere que, el pedagogo deportivo conduce la evaluación, comprueba el nivel del pensamiento táctico del deportista, cuyos resultados permiten analizar y valorar su propia actuación.

Resultados

Para la aplicación del método consulta de especialistas se expresa en etapas: primera etapa: elaboración del objetivo de la evaluación por el método criterio de especialistas; segunda etapa: selección de los especialistas. Se establecieron requisitos de selección.

Tercera etapa: elección del procedimiento estadístico: para el análisis de las respuestas de los especialistas, el coeficiente de variación se empleó para beneficiar al problema planteado de juicios subjetivos, porque requería de la participación de individuos, aunque no son considerados como expertos, sino como especialistas, con la finalidad de certificar los resultados.

Cuarta etapa: aplicación del procedimiento seleccionado: los resultados fueron procesados y se utilizó el SPSS 13.0 para facilitar el procesamiento de las respuestas. Procesamiento estadístico: distribución empírica de frecuencias (tabla de frecuencias) y el Coeficiente de Concordancia de Kendall W.

Todas las acciones de la estrategia de aprendizaje fueron evaluadas entre muy adecuados y adecuados y además el promedio global fue de 1,07; resultando ser evaluado por los especialistas como *muy adecuado.* Cabe señalar que, la pertinencia del criterio evaluativo y los patrones de logro de las acciones para la formación del pensamiento táctico a partir de la estrategia de aprendizaje el indicador más bajo representa como promedio 1,4.

Los resultados obtenidos a partir de la encuesta a especialistas brindan evidencias favorables a las preguntas científicas de la presente investigación, pues, desde el criterio especializado de los encuestados, se pudo corroborar la pertinencia y aplicabilidad de la estrategia de aprendizaje. Además, se distingue que la aplicación rigurosa y constante de acciones contentivas en dicha estrategia, para conducir la formación táctica, al tener un adecuado tránsito de los conocimientos tácticos básicos hacia su generalización, mediado por un aprendizaje de significado y sentido, está en condiciones de elevar los indicadores del pensamiento táctico del deporte de lucha libre en la categoría 11-12 años.

Por consiguiente, la aplicabilidad y pertinencia de la estrategia de aprendizaje, mediante el criterio de los especialistas, consideran que es apropiada para la formación del pensamiento táctico, esto se demuestra al estar todos los indicadores evaluados entre las categorías de alto y muy alto. Para aumentar la confiabilidad de este resultado, se aplica el coeficiente de correlación Kendall, como se observa, las respuestas de los especialistas arrojó como resultado que existe correlación y esta es significativa, al estar entre 0,13 y 1.00, muestra de lo antes expuesto.

Conclusiones

La organización de la investigación, tiene en cuenta tres fases: la primera el diagnóstico del estado actual de la formación del pensamiento táctico en deportistas de lucha libre; la segunda dirigida a la determinación de las dimensiones e indicadores para el diagnóstico del pensamiento táctico y diseño de la estrategia; y la tercera relacionada con la evaluación de la aplicabilidad y pertinencia de la estrategia de aprendizaje diseñada.

2 La elaboración de la estrategia, se realiza en un marco filosófico, donde la concepción científica del mundo que prevalece es el Materialismo Dialéctico, se asume el enfoque socio histórico cultural de Vigotsky, L. S. y desde el punto de vista de la Didáctica, se reconocen los procedimientos heurísticos.

3 Las opiniones expresadas por el grupo de especialistas y de usuarios, coincidieron en aceptar la validez de la estrategia para la formación del pensamiento táctico y mantenerla durante el proceso de enseñanza así como en las competencias.

Referencias bibliográficas

1. Mahlo, F. (1983). *La acción táctica en el Juego*. La Habana: Pueblo y Educación.
2. Gómez C. y P. Peñaloza M. (2001), Preparación táctica en taekwondistas [Documento en línea]. Disponible en: lsanchezr@scu.uccfd.cu
3. Morales Á. A. y Col. (2010).Preparación táctica. [Programa de computación].
4. González C. S. (2013) *Técnica y Táctica de la Lucha deportiva*. Habana. Deportes.

Bibliografía

1. Griffin, L.L., Mitchell, S.A.y Oslin, J.L. (1997) *Teaching sport conceptsand skills: A tactical games approach*. Champaign, IL: Human Kinetics.
2. Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. (1981, 1984, 1987, 2010, 2014) Programa de Preparación del Deportista. Autor.
3. López Ros V. (2014). El pensamiento táctico y su desarrollo. *Cátedra de Deporte y Educación Física. Universidad de Girona.*
4. Mesa Anoceto M. y col., (2011) Distinciones entre criterio de expertos, especialistas y usuarios en la evaluación de un resultado científico. [Documento en línea]. Disponible en: lsanchezr@scu.uccfd.cu
5. Pozo, J. I. y Póstigo Y. (1994). Las Estrategias de Aprendizaje como contenido del curriculum. [Programa de computación].Facultad de Psicología. Univ. Autónoma de Madrid.

6. Sánchez R. L (2015) Formación del pensamiento táctico en deportistas de lucha libre, categoría 11-12 años. Tesis en opción al título académico de Máster en Pedagogía del Deporte y la Cultura Física. U.O Santiago de Cuba. Cuba.

Título: Fuerza reactiva como medio para prevenir lesiones del tren inferior.

Autor: M.Sc. Jaime Orlando Rodríguez Peña, jrodriguez81@misena.edu.co. Profesor Titular

País: Colombia

Resumen:

A comienzos de la década de los 60, el profesor Rodolfo Margaria (Jaschke & Navarro, 2011, García López, Herrero Alonso, & De Paz Fernández, 2003) fue el primero en hablar de la importancia del ciclo estiramiento acortamiento (CEA), demostrando que una contracción concéntrica precedida de una excéntrica generaba más niveles de fuerza que una simple contracción aislada (Bosco, Komi, & Ito, 1981, Bosco, 2013). Por la misma década, Zatsiorsky basado en los estudios del profesor Rodolfo Margaria, creó un programa que buscaba potencializar el aprovechamiento del reflejo de estiramiento miotatico en acciones explosivas, este autor fue quien utilizo el término pliométrico por primera vez (De Paz Fernández, Herrero, & Garcia, 2003).

Así mismo el entrenador soviético Yuri Verkhoshansky encontró que aquellos saltadores que tenían un tiempo de contacto menor con el suelo eran quienes obtenían los mejores resultados en competición. Para sus programas de entrenamiento, Verkhoshansky implementó el uso del CEA, tanto en su tipo rápido como lento, los cuales están determinados por el tiempo de contacto y el aumento en el ángulo de movimiento de las extremidades inferiores, para lo que se requiere un importante desarrollo de fuerza de tipo excéntrico, ya que esto permite pasar rápidamente de una fase excéntrica a concéntrica (Mouche, 2001, Floody, Poblete, Fuentes, & Mayorga, 2012). Para que este tipo de entrenamiento sea realmente efectivo, es indispensable una correcta determinación del Índice de Fuerza Reactiva (IFR), como medida para determinar la altura óptima de caída (AOC) del entrenamiento en pliometría, el cual es calculado a través del test conocido como Drop Jump (DJ) o caída de cajón (Gutiérrez-Dávila, Girela, Ropero, Román, & Ruiz, 2015).

En este estudio se pretende resaltar la importancia del índice de fuerza reactiva en el entrenamiento polimétrico en los programas de actividad física como método de prevención de lesiones en tren inferior. En el estudio participó una población de forma voluntaria de 17 sujetos, todos de sexo masculino, aparentemente sanos, quienes practican deporte de tipo recreativo, a quienes inicialmente se les tomó datos antropométricos, talla, peso e IMC, se aplicó el test de Drop Jump (DJ) desde cuatro alturas diferentes (25, 35, 45 y 60cm), con libertad en el movimiento de los brazos al momento del test, utilizando un sistema óptico de medición de potencia (OPTOGAIT®), donde se determinó el tiempo de contacto, altura del salto y potencia, las correlaciones de los resultados se dieron entre índice de fuerza reactiva (IFR) determinante de la altura óptima de caída AOC, peso corporal (-,186), talla (-226), IMC (117), altura del salto (0,738) y tiempo de contacto (-3º Congreso Internacional de Biomecánica deportiva y aplicada. Evaluación de la fuerza y velocidad Expomotricidad 2015 | Instituto Universitario de Educación Física Universidad de Antioquia 1620,734), mostrando una correlación significativa entre el IFR con el tiempo de contacto y la altura del salto.

Por lo anteriormente expuesto, este trabajo ha sido desarrollado con el objetivo de exponer el entrenamiento pliométrico en la actividad física para la disminución de lesiones a nivel óseo-articular en tren inferior a través del IFR como método de control.

PALABRAS CLAVE: actividad física, pliometría, drop jump, índice de fuerza reactiva, altura optima de caída, ligamento cruzado anterior.

Título: Herramienta metodológica para elevar el rendimiento deportivo en los deportistas de la alta competencia.

Autora: M.Sc. Luz Marda De La Cruz Gómez, hsanso@infomed.sld.cu
M.Sc. Yhullieth Delgado de la Cruz
Institución: UCCFD "Manuel Fajardo"
País: Cuba

Resumen

El objetivo de este trabajo es Demostrar que con el programa de ejercicios QIGONG chino seleccionado se eleva la eficacia y eficiencia del trabajo de los deportistas

Fundamentación: Desde su creación en el año 1991 el Laboratorio de Terapias Especiales ha desarrollado un serio trabajo de búsqueda de campo de aplicación y al mismo tiempo de incorporación de mayor número de tecnologías a aplicar.

Desde su inicio se desarrollaron tecnologías basadas en la estimulación de Puntos Maestros (puntos acupunturales) por medio de la presión digital, luego se sumó la estimulación por moxibustión, mas tarde por electroestimulación. Posteriormente se incorporó el masaje energético consistente en manipulaciones sobre los meridianos, sobre los puntos acupunturales y sobre los microsistemas que son zonas reflejas de miembros y funciones orgánicas en diferentes partes del cuerpo humano. Todo esto avalado por respectivas investigaciones científicas, esto va dirigido específicamente para evaluar las respuestas biológicas y contribuir así a elevar el rendimiento deportivo de nuestros deportistas.

Esto contribuyó a nuestra primera línea de trabajo científico, a la que luego se sumó la realización de ejercicios físicos tradicionales incluyendo aquellos ejercicios de movilización energética que caracterizan a esta Cultura Física Ancestral.

Para cumplimentar todas estas exigencias habrá que despejar dentro de la gran variedad de sistemas de ejercicios de la cultura física tradicional china aquellos que enseñen a movilizar la bioenergía llamada Qi por los chinos (se pronuncia "chi") hacia los segmentos corporales y funciones que se han seleccionado con la finalidad de fortificarlos y protegerlos y este no es otro que el que contiene los ejercicios energéticos del método QIGONG (chicún) chino, que entre sus ventajas están la de poder ser realizados por los deportistas por sí solos una vez que se les enseñan, sus beneficios se identifican a nivel propioceptivo desde el momento de su ejecución, no toman tiempo del entrenamiento puesto que hacerlos se toma solamente unos minutos, no se trata de sugestiones ni procesos hipnóticos que pudieran caer en el campo de la duda del doping, no interfieren con las técnicas deportivas ni con sus concepciones ideológicas y finalmente, si se seleccionan los ejercicios que se realizan en total quietud, ningún espectador por cerca que se encuentre del deportista sabrá qué es lo que hace y por ello, parecen invulnerables a la inteligencia deportiva.

Esta ayuda biológica encaminada a garantizar el cúmulo de capacidades a desarrollar por el deportista, debe ser preferiblemente de carácter homeostático y que no constituyan doping.

Responder a la pregunta de que si se podrá incrementar la eficacia y eficiencia del trabajo de los deportistas de las más disímiles modalidades con la aplicación sistemática de una adecuada selección de ejercicios energéticos del QIGONG chino ha sido el PROBLEMA CIENTÍFICO del Laboratorio durante años.

Contribuir a elevar el rendimiento deportivo de los atletas de la modalidad y especialidad que fuere ha sido definida como la línea de investigación fundamental de Laboratorio, por lo que será considerado en cada caso como el OBJETO DE INVESTIGACIÓN.

Inducir mejoras biológicas a los deportistas a través de la fortificación y protección de los segmentos corporales y funciones de sobreuso, así como elevar el nivel ergogénico será en cada caso el CAMPO DE INVESTIGACIÓN.

El OBJETIVO GENERAL de cualquiera de las investigaciones desarrolladas por el Laboratorio de Terapias Especiales será el de demostrar que con el programa de ejercicios energéticos del QIGONG chino diseñado para la especialidad de que se trate incorporado al entrenamiento diario, se eleva la eficacia y eficiencia del trabajo de los deportistas.

Los OBJETIVOS ESPECÍFICOS de tales investigaciones deben estar enfocados a lo siguiente:

1. Verificar por medio de mediciones directas o indirectas, por anamnesis de deportistas y entrenadores, si realmente se consigue la fortificación y protección de molestias y lesiones de los segmentos corporales de sobreuso.
2. Verificar por medio de mediciones directas o indirectas, por anamnesis de deportistas y entrenadores si se refuerzan las funciones fisiológicas de sobreuso.
3. Identificar conductas y resultados deportivos que demuestren que los deportistas han elevado su nivel ergogénico que los predispone positivamente a la realización de la tarea física a desarrollar.
4. Demostrar que los deportistas pueden tener sensaciones beneficiosas que identifiquen un mejor comportamiento del Sistema Nervioso Central.
5. Concluir, de ser así, que el programa de ejercicios desarrollados cumple en su totalidad los requerimientos que imponen los entrenadores.

Como se hace evidente, la HIPÓTESIS de las investigaciones asevera que con la aplicación sistemática del programa basado en los ejercicios energéticos del QIGONG chino incorporado a las sesiones diarias de entrenamiento, se logra

potenciar la eficacia y eficiencia del trabajo de los deportistas durante sus entrenamientos y con ello a contribuir a elevar sus rendimientos deportivos.

DEFINICIONES DE TRABAJO.

Qi, pronunciado “chi” de acuerdo al sistema Pinjin de fonética, se refiere a la energía de forma general. En este trabajo se limita a la bioenergía humana.

QIGONG: (chicun) Se refiere al trabajo que realiza el hombre para movilizar su propia bioenergía.

CIRCULACIONES: (Ejemplos)

- DANTIEN – SHANZHONG – LAOGONG. Se refiere al trayecto que debe seguirse para la movilización de la energía con el fin de fortificar y proteger el tren superior (uno o los dos brazos). Los nombres en chino identifican zonas o puntos energéticos del organismo.
- DANTIEN – YINTANG – OJOS. Trayecto que debe seguir la movilización del Qi para Fortificar la función visual (uno o dos ojos).

JUSTIFICACIÓN DE LAS INVESTIGACIÓNES.

PERTINENCIA: La realización de la investigación resulta pertinente desde el momento en que el Laboratorio no ha tenido la experiencia de aplicar sus logros científicos al deporte que se incorpora.

Esta intención de aplicación es concreta, mesurable y su necesidad es expresada tácitamente por el Laboratorio.

FACTIBILIDAD: Los medios materiales a utilizar en el desarrollo del proceso de entrenamiento son los que las Comisiones garantizan a sus deportistas y entrenadores. Los demás medios requeridos para garantizar el trabajo de control

son los mínimos ya que generalmente lo que se utiliza es la forma de escribir los resultados, la asistencia del investigador a cargo del trabajo a la base de entrenamiento y si el laboratorio sugiere alguna medición excepcional, garantiza los equipos y materiales. Ejemplos: Tests para la medición de la concentración de la atención, equipos para medir la profundidad visual, la campimetría y la agudeza visual.

IMPORTANCIA: La importancia de la investigación radica en que, estando su contenido dentro de la línea fundamental de trabajo del Laboratorio, su aplicación sobre la muestra incrementaría el campo de su investigación con la participación de una modalidad deportiva no explorada.

CONVENIENCIA: Como todo el trabajo que acomete el laboratorio sobre equipos deportivos, sus resultados reportarán conveniencias referidas a ganar experiencia y prestigio siempre que sus resultados así lo indiquen, aparte de la satisfacción profesional de sus investigadores al ser reconocidos por elevar la calidad del ya poderoso movimiento deportivo cubano.

APORTE METODOLÓGICO: los resultados que se esperan están definidos dentro de las líneas de investigación del Laboratorio, por lo que lograr incrementos del rendimiento deportivo por medio de procedimientos diseñados a partir de aplicaciones de tecnologías tradicionales para hacer más eficiente el entrenamiento de un atleta o equipo deportivo, constituye una novedad científica.

APLICACIÓN PRÁCTICA: Concluida la investigación y obtenido los resultados esperados, los federativos y entrenadores del equipo deportivo sobre el cual se aplicó la investigación, tienen el derecho y la autoridad de implementar el procedimiento en otros equipos de la misma modalidad, pero diferentes categorías. Como se trata de procedimientos de autoaplicación por parte de los deportistas, el único paso necesario sería el de solicitar al Laboratorio la preparación de los entrenadores que deseen. En tal caso el laboratorio tendría la

obligación de desarrollar el curso correspondiente si se encuentra establecido en el Convenio de Trabajo firmado de antemano por ambas partes.

Las TAREAS DE INVESTIGACIÓN para cualquier trabajo de investigación que se realice por el Laboratorio de Terapias Especiales relacionada con el tema de elevar el rendimiento de trabajo de los deportistas, deben de estar entre las que se relacionan, dependiendo de la especialidad de la muestra, el nivel competitivo, etc. Estas pudieran ser:

1. El Laboratorio confecciona y presenta a la Comisión del Deporte en cuestión o al jefe de los entrenadores o a los federativos responsables el Proyecto de Investigación con todos los detalles del trabajo a realizar una vez escuchado los criterios de los especialistas de cuáles son los segmentos y funciones de sobreuso y cualquier otro requerimiento que deseen plantear.

2. El Laboratorio confecciona y presenta a esos mismos federativos el Convenio de Trabajo relacionando las responsabilidades que se adquieren por éste y por la Federación o Comisión, el que debe ser firmado por ambas partes.

3. Se seleccionan las pruebas físicas y de cualquier otro tipo que se le aplican a la muestra por parte del entrenador y se evalúa la posibilidad de introducir, en caso bien argumentado, alguna que sea del interés del Laboratorio, pero que no interfiera con el trabajo sistemático de los deportistas.

4. Se define la Etapa de Enseñanza de los ejercicios a los sujetos de la muestra por parte de los especialistas del Laboratorio y se indica a la muestra en qué momentos realizarlos, si hay especificidades en las

diferencias de acuerdo al tipo de trabajo a realizar en los entrenamientos, etc.

5. Se realizan evaluaciones del comportamiento del desarrollo del trabajo en los momentos de cortes que tenga definido el entrenador. teniendo en cuenta que son válidos los resultados de los tests pedagógicos, topes con otros equipos deportivos, competencias fundamentales, etc.

Título: Implementación de un modelo para la toma de decisiones en los procesos organizacionales de la dirección nacional de alto rendimiento cubano.

Autores:

1. M.Sc. Reinerio Fonseca Castillo (Profesor Auxiliar e Investigador Auxiliar de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte).
2. Dr.C. Omar S. Paulas González (Profesor titular de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte).
3. Dr. C. René Jorge Romero Esquivel (Profesor titular adjunto Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte).
4. Dr. C. Mayra Vila Machado (Profesora titular adjunto Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte).

País: Cuba

RESUMEN

En esta investigación se presenta una propuesta de un modelo para perfeccionar la toma de decisiones en la dirección nacional de alto rendimiento de Cuba que contribuya a satisfacer las necesidades de conocimiento que poseen los directivos de la alta competencia, metodólogos y comisionados nacionales. Dicha propuesta parte de una fundamentación filosófica y pedagógica que tiene en cuenta los componentes humanos, informativos y tecnológicos, así como las orientaciones metodológicas, la representación gráfica y el esquema metodológico para su operacionalidad, partiendo de las necesidades y potencialidades de todos los recursos humanos involucrados. Los resultados del modelo permiten el desarrollo del diagnóstico y la caracterización de este proceso en la organización deportiva, y en función de las deficiencias detectadas se proyectan sus elementos solucionadores.

Palabras clave: modelo, decisión, toma de decisiones, organización deportiva.

SUMMARY

In this article the proposal is presented as a pattern to improve to make decisions in the National Direction of High Competition of INDER that contributes to satisfy the needs of knowledge of the governing board of the high competition, methodologists and national commissioners. This proposal comes from a filosophical and tutor fundamentation that takes into consideration the human components, instructive and technological, as well as the methological orientations, the graphical representation and the methological plan for its process, classify the needs and possibility of all the human resources involved. The pattern allows the development of the diagnosis and the characterization of this process in the sport organization and in the operation of the deficiencies detected proyects their solutions elements.

Words key: I model, decision, taking of decisions, sport organization.

Introducción:

Decidir es un elemento esencial y consustancial del deporte, la información es la materia prima y fundamental en la toma de decisiones de los analistas en una organización deportiva, ya que a mayor calidad de información, mejor será la calidad en las decisiones, lo cual influye directamente en la organización y los futuros resultados deportivos.

Todo lo anterior nos conduce a aplicar el principio de aproximación que se basa en los datos obtenidos, asegurando que estos sean precisos y confiables, ya que con datos confiables, es posible aplicar métodos de evaluación adecuados para tomar decisiones precisas en los procesos y realizar acciones basadas en el análisis de los hechos, equilibradas con la experiencia y la intuición es primordial a la hora de tomar decisiones analizar los hechos fríamente, apoyándose en experiencias pasadas para realizar predicciones. Si pudiéramos realizar este proceso de manera estructurado la toma de decisiones a partir de un modelo debidamente concebido sería más efectiva ya que este elemento clave debe tomarse sobre una realidad altamente compleja debido al enorme número de variables que entran en juego.

En esta investigación se entiende por directivo a los funcionarios que dirigen el deporte de alto rendimiento cubano en el Instituto Nacional de Educación Física y Deportes (INDER), a los miembros que laboran en los grupos del departamento de metodólogos del nivel central de alto rendimiento, los comisionados nacionales y sus metodólogos que en el INDER atienden los deportes del programa olímpico y que por su labor son los encargados de orientar, organizar, planificar, regular y controlar de un modo eficiente y eficaz los procesos para de esta forma alcanzar mejores resultados en la organización deportiva.

OBJETIVO GENERAL

- Diseñar e implementar un modelo para perfeccionar la toma de decisiones en la dirección nacional de alto rendimiento del INDER que contribuya a satisfacer las necesidades de conocimiento que poseen los directivos de alto rendimiento, metodólogos y comisionados nacionales.

La contribución a la teoría de esta investigación es la concepción para perfeccionar la toma de decisión en la dirección del deporte de alto rendimiento cubano, así como el estudio de las vías utilizadas para la confección del modelo que perfecciona la toma de decisión en la dirección del deporte de alto rendimiento cubano.

La contribución a la práctica lo constituye el propósito de cambio que se logra en los directivos de alto rendimiento, en cuanto la toma de decisión en la dirección del deporte de alto rendimiento cubano.

La novedad científica radica en que a partir de las transformaciones actuales en las que se encuentra el deporte de alto rendimiento cubano se define por primera vez un modelo para el perfeccionamiento de la toma de decisión de este como una herramienta que puede ayudar a mejorar los resultados deportivos.

MÉTODOS.

Métodos Teóricos: revisión bibliográfica y documental, Análisis-Síntesis

Métodos empíricos: entrevista, encuesta y método de especialistas.

METODOLOGÍA:

Se realizó un estudio experimental del tipo investigación-acción, comenzando en el mes de septiembre de 2013 y concluyendo en el año 2017. En la búsqueda de la lógica de esta investigación se tuvo en cuenta un enfoque histórico, dialéctico – materialista.

Los criterios de selección de la muestra fueron:

Directivos a diferentes niveles del departamento de alto rendimiento en el organismo INDER, nivel central, directivos a diferentes niveles en la dirección de programación y organización deportiva en el organismo INDER, comisionados nacionales y metodólogos que sus deportes pertenecen al programa de los juegos olímpicos y los años de experiencia de los miembros en la organización deportiva

En este estudio participaron los principales decisores del deporte de alto rendimiento cubano quienes, controlan y evalúan todos los procesos que genera la toma de decisiones. Ver Tabla 1.

Tabla 1. Caracterización de la muestra

Grupos	C/S	A/E-D	A/E-M
Directivos y Jefes de Departamentos.	4	41	11
Comisionados Nacionales.	26	31	19
Metodólogos del departamento de alto rendimiento.	10	39	25
Metodólogos de la dirección de programación y organización deportiva.	10	34	19
Metodólogos de las comisiones nacionales.	27	24	14
Total	**77**	**34**	**18**

Leyenda:

C/S: Cantidad de Sujetos.

A/E-D: Años de experiencia en el deporte.

A/E-M: Años de experiencia como metodólogo.

DESARROLLO:

El diseño del modelo propuesto permitió, el estudio y el análisis del trabajo que se realiza para el perfeccionamiento de la toma de decisiones en la dirección del deporte de alto rendimiento cubano, detectándose que es insuficiente con relación a la aplicación que se le está dando por parte de otras potencias deportivas, lo que llevó al autor a pensar, en el diseño de una propuesta que se ajustara a la situación concreta.

El análisis realizado permitió acercarse de una manera objetiva a las causas y consecuencias del problema para encararlo de una manera científica. Los fundamentos **pedagógicos**, se muestran al tomar en consideración las categorías de la pedagogía, en las influencias que ejerce el contenido con su carácter clasista y la transmisión de las experiencias de generaciones anteriores formando convicciones, actitudes, rasgos morales, etc.

Lo instructivo se aprecia en los resultados alcanzados por los directivos, comisionados y metodólogos en la elevación de los espacios en función de la información obtenida de sus principales deficiencias para mejorar la toma de decisiones. Para la concepción del modelo se tuvo en cuenta los pasos del proceso

Pasos en el proceso de la toma de decisiones en el deporte SEGÚN HALL RICHRD H, (2007)

1. **Determinar la necesidad de una decisión:**

El proceso de toma de decisiones comienza con el reconocimiento de la necesidad de tomar una decisión, el mismo lo genera un problema o una disparidad entre cierto estado deseado y la condición real del momento.

2. **Identificar los criterios de decisión:**

Una vez determinada la necesidad de tomar una decisión, se deben identificar los criterios que sean importantes para la misma.

3. Asignar peso a los criterios:

Los criterios enumerados en el paso previo no tienen mayor importancia. Es necesario ponderar cada uno de ellos y priorizar su importancia en la decisión.

4. Desarrollar todas las alternativas: Es la base de la toma de decisiones y no es más que desplegar las alternativas. El encargado de tomar la decisión tiene que confeccionar una lista de todas las alternativas posibles y que podrían utilizarse para resolver el problema.

5. Evaluar las alternativas:

Identificadas las alternativas, el analista de las decisiones tiene que evaluar las ventajas y desventajas de cada alternativa que resultan evidentes cuando son comparadas.

6. Seleccionar la mejor alternativa (Toma de Decisiones):

Al seleccionar la mejor alternativa se llega al final del proceso racional. Esta selección es aparentemente bastante simple. El encargado de tomar las decisiones tiene que escoger la alternativa que tuvo la calificación más alta en el paso número cinco.

Se estudiaron los tipos de decisiones que a nivel internacional se han definido.

Tipos de Decisiones en el Deporte SEGÚN MURDICCK ROBERT:(2008)

1. Decisión Programada:

Son programadas en la medida que son repetitivas y rutinarias, así mismo en la medida que se ha desarrollado un método definitivo para poder manejarlas. Al estar el problema bien estructurado, el mando no tiene necesidad de pasar por el trabajo y gasto de realizar un proceso completo de decisión.

2. Decisión no Programada:

"La reestructuración de una organización deportiva", es un ejemplo de decisiones no programadas, También "la creación de una estrategia deportiva para un nuevo ciclo olímpico".

Es necesario considerar que un error en la toma de decisiones es la confusión que existe entre necesidad y deseo, dos elementos con los que los analistas se enfrentan diariamente y deben aprender a distinguir para muchas de las decisiones que se toman se dedica poco tiempo olvidando aspectos como la planeación.

La toma de decisiones para la dirección de alto rendimiento se diseña por etapas.

Etapas de la Toma de Decisiones en el deporte según: DICHTER ERNESTE (2008).

1. Identificación y diagnóstico del problema:

Reconocemos en la fase inicial el problema que deseamos solucionar, teniendo en cuenta el estado actual con respecto al estado deseado. Una vez que el problema es identificado se debe realizar el diagnóstico y luego de esto podremos desarrollar las medidas correctivas.

2. Generación de soluciones alternativas:

La solución de los problemas puede lograrse por varios caminos y no sólo seleccionar entre dos alternativas, se pueden formular hipótesis ya que con la alternativa hay incertidumbres.

3. Evaluación de alternativas:

La tercera etapa implica la determinación del valor o la adecuación de las alternativas que se generaron. ¿Cuál solución será la mejor? Los directivos del deporte deben considerar distintos tipos de consecuencia. Trabajando para intentar predecir los efectos sobre los objetivos que se implanten para el mejoramiento del resultado deportivo en el futuro.

4. Selección de la mejor alternativa:

Cuando la dirección deportiva considere las posibles consecuencias de sus opciones, ya está en condiciones de tomar la decisión, considerando tres términos muy importantes. Estos son: maximizar (tomar la mejor decisión posible), satisfacer (elección de la primera opción que sea mínima aceptable o adecuada, y de esta forma se satisface una meta o criterio buscad y optimizar (Es el mejor equilibrio posible entre distintas metas).

5. Implementación de la decisión:

El proceso no finaliza cuando la decisión se toma; esta debe ser implementada. Bien puede ser que quienes participen en la elección de una decisión sean quienes procedan a implementarla, como en otras ocasiones delegan dicha responsabilidad en otras personas.

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.

El diagnóstico para detectar los principales problemas se evaluaron en tres fases comprendidas de la forma siguiente:

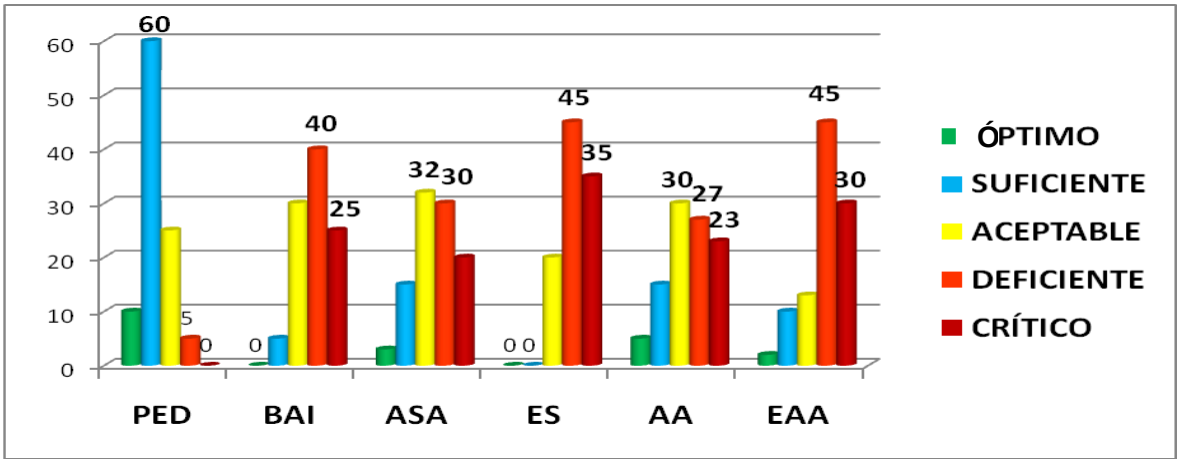
Etapa # 1 Se desarrolla **contrastación teórica** aplicándose entrevista a todos los directivos, jefes de departamentos, metodólogos y comisionados nacionales apreciándose entre otros criterios:

Falta de conocimientos teóricos sobre la Toma de	Falta de conocimientos teóricos sobre la Toma de
- En los directivos - Jefe de departamentos - Comisionados Nacionales - Metodólogos	- No aplican algunos de sus procesos tales como: - Análisis profundo de los problemas - Generación de soluciones potenciales - Evaluación de las soluciones.

Etapa # 2 Se realiza encuesta logrando una **contrastación metodológica** y se corrobora entre otros aspectos que existe buena preparación y experiencia entre los directivos por los años de trabajo, pero se aprecian que se debe mejorar la búsqueda y actualización de la información, se mueve entre aceptable y deficiente los análisis y selección de alternativas, en los resultados es deficiente la estructura de la decisión por lo que la aplicación de la alternativa se mueve entre aceptable y deficiente y esto conlleva a una deficiente y crítica efectividad de la alternativa adoptada para a una eficiente toma de decisiones.

Fig. 1 Contrastación metodológica

Caracterización de la dimensiones.

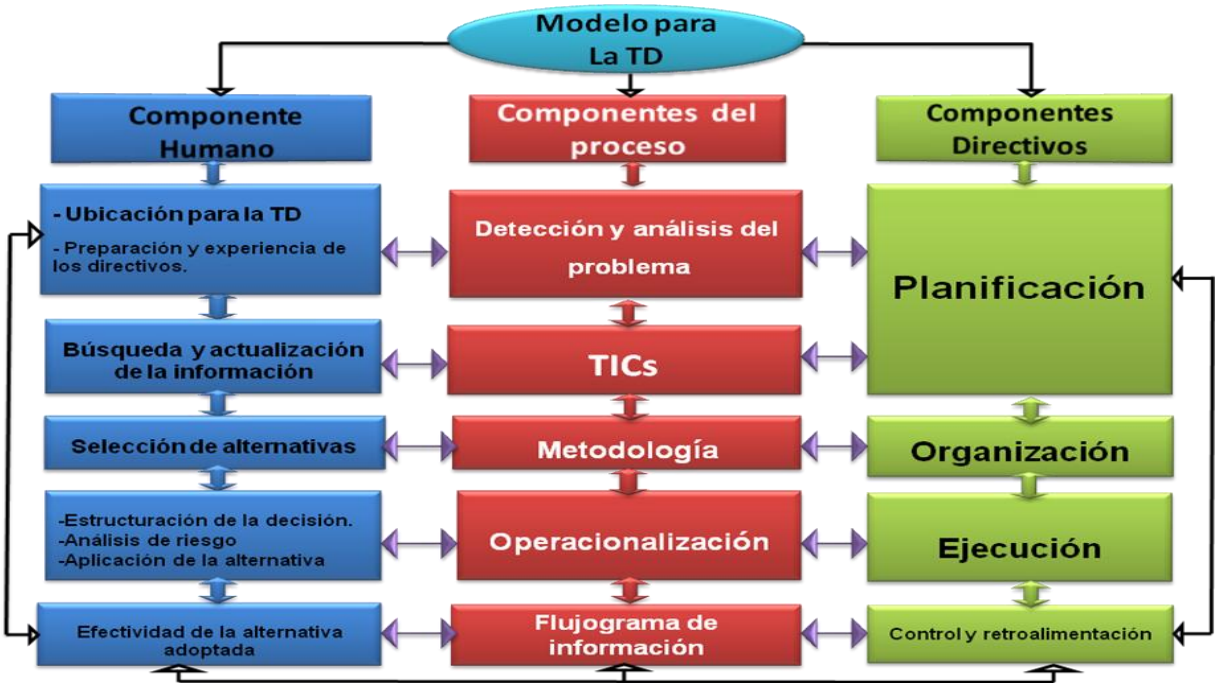


Leyenda: PED: Preparación y experiencia de los directivos, **BAI:** Búsqueda y actualización de la información, **ASA:** Análisis y selección de alternativas, **ES:** Estructura de la decisión, **AA:** Aplicación de la alternativa, **EAA:** Efectividad de la alternativa adoptada

Etapa # 3 Se desarrollan entrevistas y se obtiene una **contrastación organizativa** evaluada de regular entre otros aspectos porque no se satisfacen las demandas de conocimientos deseadas por los miembros de la organización.

A partir de los problemas detectados se concibe un modelo para la toma de decisiones que tributa a las deficiencias detectadas en el diagnóstico y que se elabora sobre la base de las necesidades de los miembros de la dirección de alto rendimiento del INDER. **Ver Fig. 2.**

Representación gráfica del Modelo para perfeccionar la toma de decisión en la dirección del deporte de alto rendimiento cubano. Figura 2.



CONCLUSIONES

1. El diagnóstico del estado anterior de la toma de decisiones en la dirección de alto rendimiento en el INDER fue evaluado de forma general de regular, a partir de los resultados de las contrastación teórica, metodológica y organizativa.

2. Se logra un modelo que tributa a las deficiencias detectadas en el diagnóstico y que se elabora sobre la base de las necesidades de los miembros de la organización deportiva.

3. Para el funcionamiento eficiente del modelo propuesto se logra un esquema de operacionalización del mismo.

RESUMEN BIBLIOGRÁFICO.

- Libro Tecnologías de Gestión de Recursos Humanos autor Dr.C. Armando Cuesta Sánchez 2010, Ed. “Félix Varela” y Academia.
- Forniés, R. (2006). *Teorías, modelos y sistemas de inteligencia deportiva en los principales clubes de futbol europeos. Barcelona*. Editorial Gimnos pp. 150-186
- Cuñaro, J. A. (2016), *La inteligencia competitiva. Quinta esencia del éxito deportivo*. Barcelona. Editorial Gimnos.
- Cotempo, E. (2015). *La inteligencia competitiva en el deporte. Bases teórica.* Buenos Aires. Editorial Universidad pp. 60-64
- Solas, J. (2014). *Inteligencia táctica deportiva. Entenderla y entrenarla.* Madrid. Editorial INDE.
- Gil, Ramón G. (1991). El deporte cubano razones de sus éxitos. La Habana: Editorial ENPES.
- Crespo, T. (2007). *Respuestas a 16 preguntas sobre el empleo del experto en la investigación pedagógica*. Lima: Edit. San Marcos.
- Bassets, L. (2010).*La inteligencia motriz deportiva*. México. Editorial Martínez Roca.
- De Armas, N., Lorences, J., Perdomo, J. M. (s/f). *Caracterización y diseño de los resultados científicos como aportes de la investigación educativa. Villa Clara*: Universidad Pedagógica “Félix Varela”.

- Estrada, J. M (2008) *Metodología de la investigación científica.* Editorial: Public Adm Contab Jurid (Pacj).
- Hernández, A. (2009). *La investigación Acción como método. Una mirada desde la organización labora*l. La Habana: Publicaciones Acuario. Centro Félix Varela.
- Hernández Sampieri, y Otros. (2012) *Metodología de la Investigación*. 7ra. Ed. México, Mc Graw Hill Ed.
- Pardinas, F. (1971). *Metodología y Técnicas de investigación en Ciencias Sociales*. La Habana: Edit. Ciencias Sociales.
- Porter, M.(1980). *Competitive Strategy*, The Free Press, New York, pp. 1-63.
- Porter, M. (1985). *Competitive Advantage*, The Free Press, New York, pp 1-80.
- Rialp, A. (1993). *Fundamentos Teóricos de la Organización de Empresas: un enfoque interdisciplinar,* Ediciones Pirámide, 145-203.

Título: Indicadores del rendimiento técnico- táctico de los atletas juveniles de Tenis de Mesa de la Selección Nacional para evaluar el desempeño táctico en las competencias a partir de las normas establecidas.

Autores: M.Sc. Solange Hernández Carpio.
Dr C. Juan Eugenio Daudinot Caballero.
M.Sc. Victor Días Miranda

Institución: Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado"

País: Cuba

RESUMEN

En el momento actual de desarrollo del deporte de Tenis de Mesa, caracterizado por las exigencias que le platean los cambios en la reglamentación de las competencias, y la dinámica competitiva, con un mayor número de competencia de primer nivel en un periodo de tiempo más corto que condicionan y determinan marcadas exigencias a los jugadores de este deporte.

En esta investigación que nos ocupa, se trabaja y profundiza en el conocimiento y determinación de los indicadores fundamentales del rendimiento técnico - táctico de los mejores jugadores juveniles de Tenis de Mesa del país, y el establecimiento del modelo de preparación técnico -táctico de los deportistas juveniles que contienen normativas, con el objetivo de que sean utilizados como referencia para la orientación de la preparación de los jugadores del país, haciendo más objetiva la evaluación del desempeño técnico competitivo de los atletas según los esquemas de juegos, acordes a las exigencias actuales de este deporte en correspondencia con el perfil de los atletas, sus características y los objetivos competitivos para la etapa.

En lo fundamental esta investigación se apoyó en métodos del nivel teórico y empíricos de este último, la medición, observación, el Experimento, Criterio de Expertos, la Modelación y el Enfoque Sistémico Estructural respaldados por el correspondiente análisis Matemático Estadístico que permitieron establecer los indicadores más relevantes del rendimiento técnico - táctico, que contienen

normas de evaluación que constituyen un referente valioso en la selección de atletas y su preparación deportiva.

INTRODUCCIÓN

El Tenis de Mesa ha experimentado en la última década importantes modificaciones en la reglamentación, así como la incorporación de nuevos materiales que han afectado la dinámica de juego de este deporte, por lo que se debe identificar, descubrir y analizar los indicadores de rendimiento que intervienen en la modalidad individual del Tenis de Mesa Moderno. Que se caracteriza por ser un deporte acíclico de intensidad variada, con un régimen de trabajo aérobico-anaeróbico láctico y un volumen de consumo máximo de oxigeno elevado.

Los fundamentos teóricos metodológicos de este trabajo son, la concepción materialista dialéctica del conocimiento científico partiendo del enfoque sistémico estructural y nos apoyamos en las posiciones teóricas metodológicas aportadas por Kuznetsov, 1979 Gaslkovski y otros 1979; Volkov y Filin, 1988, Zatsiorski 1988, Platonov, 1990 y Daudinot, 2000. Los que defienden la idea y fundamentan "Que para la exitosa dirección del proceso de entrenamiento y de selección de los deportistas con perspectiva es necesario crear modelos del estado de los atletas preparados para lograr grandes resultados deportivos. La comparación de los modelos de los mejores deportistas con el estado actual del atleta, permite, de forma racional dirigir la preparación, confeccionar el programa de entrenamiento y realizar su corrección" (1)

Problema científico.

¿Cómo definir los indicadores de la preparación táctica de los mejores Tenimesistas del país para que favorezca la evaluación efectiva del desempeño técnico - táctico dentro de los esquemas de juego a partir del control sistemático en las competencias.

Objetivos:

-Determinar cuáles son los indicadores técnicos - tácticos de los atletas juveniles de Tenis de Mesa de más alto rendimiento del país atendiendo a las exigencias actuales de la práctica de este deporte.

-Establecer el modelo de rendimiento técnico - táctico con los indicadores y las normas de evaluación de los mejores deportistas de Tenis de Mesa del país en la Categoría Juvenil.

DESARROLLO

Metodología y Procedimientos de la Investigación.

Métodos del nivel teórico.

Análisis de documentos
Histórico Lógico
Análisis -síntesis
Inductivo -deductivo

Modelación

Medición

Métodos del nivel empírico.

Observación
Experimento

Criterios de expertos (categorización) **Ver Tabla No.3**

Enfoque Sistémico Estructural.

Matemáticos Estadísticos. Descriptiva: Media (x),

Desviación Estándar(S)

Coeficiente de Variación (CV)

Programa Escala.

Inferencial: Análisis factorial.

Correlación Matriz

Los requerimientos y tareas a desarrollar exigen de la aplicación de métodos teóricos, dentro de ellos tenemos los antes expuestos los que permitieran penetrar en la esencia del problema objeto de nuestra investigación, y profundizar en aquellos aspectos o principales líneas, incursionando sobre el campo de acción con bases científicas metodológicas sólidas, por otro lado los métodos empíricos y Matemáticos-Estadísticos nos permitirán establecer el modelo con los indicadores

del rendimiento con sus normas de evaluación y la utilización de estos como criterio de orientación para la evaluación de la preparación y el desempeño táctico en las competencias de los atletas juveniles de Tenis de Mesa del país.

Población y muestra: Los mejores atletas de Tenis de mesa del país en las categorías juvenil.

Muestra: Los atletas que conforman la reserva deportiva del país (los declarados API) y los atletas juveniles de la Selección Nacional de Cuba.

El procedimiento para la selección de la nuestra fue intencional atendiendo a que en la Selección Nacional se encuentran los atletas de más alto nivel de rendimiento y de mayores resultados deportivos del país, por otro lado consideramos la reserva (los API) que son aquellos atletas seleccionados y evaluados por las Comisión Nacional como los atletas con mayores actitudes y aptitudes para la práctica del deporte en las Escuelas Nacionales.

Después de ser seleccionados, esta muestra fue sometida a un muestreo, que nos permitió establecer varios estratos para un mayor control de variables, durante el desarrollo de la investigación atendiendo al sexo.

Juveniles selección Nacional: Masculino y Femenino.

Juveniles (API): Masculino y Femenino.

Actualidad y novedad de esta investigación es que por primera vez en nuestro país se logra determinar cueles son los indicadores más relevantes del rendimiento técnico - táctico de los atletas juveniles del paíscon sus valores concretos. Se establece el modelo teórico que no solo es un referente para Cuba, sino también para el Mundo ya que no existe información de que se halla establecido uno, en otro país, Se establece el modelo real de los atletas de Tenis de Mesa que contienen los indicadores más relevantes del rendimiento que poseen las normas de evaluación que se utilizan para la selección y preparación deportiva de los jugadores de Tenis de Mesa del país y por otro lado constituye un valioso criterio para lograr una planificación más objetiva y una evaluación más eficiente en el desarrollo o realización del entrenamiento deportivo y el desempeño técnico táctico en las competencias.

VALORACION ECONOMICA Y APORTE SOCIAL.

Resultados

Identificación de los indicadores de la preparación de los mejores atletas juveniles de Tenis de Mesa del país.

Determinación de los indicadores técnico - tácticos más relevantes del rendimiento de los atletas juveniles de la Selección Nacional de Tenis de Mesa del país.

Establecimiento de normas de evaluación para cada uno de los indicadores de rendimiento técnico - táctico que permite un mayor control y la evaluación más objetiva y efectiva del desempeño táctico en las competencias.

Elaboración del modelo real de la preparación técnico táctica de los atletas juveniles de Tenis de Mesa del país para ser utilizados como criterio para la evaluación de la preparación y el desempeño táctico en las competencias.

El Aporte Teórico radica en que se elabora por primera vez en nuestro país, en el deporte de Tenis de Mesa un modelo científicamente fundamentado con los indicadores de rendimiento técnico – táctico.

Valor práctico radica en que a partir de los valores concretos de los indicadores de rendimiento técnico tácticos y las normas de evaluación que se establecen para cada indicador es posible un control sistemático que permite comparar y evaluar la preparación de los atletas juveniles a partir de criterios de referencias muy valiosos para la selección, orientación de la preparación y el desempeño táctico en las competencias.

Conclusiones Parciales:

- Los indicadores de la preparación técnico-táctica de los mejores jugadores de Tenis de Mesa de la Selección Nacional son los que se presentan en la Tabla No. 2.
- Los indicadores más relevantes del rendimiento técnico-táctico de los mejores jugadores juveniles de Tenis de Mesa del país son:

8-. Cuatro puntos de derecha, dos (2) adelante y dos (2) atrás.

9-. EL Ocho (8), (1dercha y revés adelante y atrás)

10-. ABC.

18-. Servicios a los diferentes puntos de la mesa.

RECOMENDACIONES

Aplicar las normas de evaluación establecidas para cada uno de los valores de los indicadores de rendimiento en la competencia fundamental en el periodo competitivo para lograr una evaluación más objetiva y efectiva del desempeño táctico de los jugadores de Tenis de Mesa de la Selección Nacional.

BIBLIOGRAFIA.

1.- Alfonso, M. (1997). El control del proceso de aprendizaje y el sistema de procedimiento de la enseñanza. La Habana: Resumen de la tesis presentada en opción al grado científico de doctor en Ciencias Pedagógicas. 32 p.

2.- Álvarez, C. (1989). Fundamentos de la dirección del proceso docente educativo en la educación superior. La Habana. MES.[s.p]

3.- Anojín, P. K. Teoría de los sistemas funcionales. Moscú. Ed. Medicina. [s.p.]

4.- Absalianov, I. M y T. S. Timakova (1990). Aseguramiento de la preparación de los nadadores. Moscú. Ed. Pueblo y Educación . 247 p.

5.- Baró, W. (1997). Un modelo para valorar en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación avanzada. La Habana: Resumen de la tesis para optar por el grado científico de doctor en ciencias pedagógicas. 32 p.

6.- Base de orientación deportiva. Selección y pronóstico de la maestría deportiva / Rozin, E.-- Sofía: Ed. Federation I. de Gimnástique. 1986-- (Traducción).

7.- Baturín, K. A. (1986). Las características modelo como medio para evaluar las posibilidades de los luchadores y pronosticar sus posibles niveles. En teoría y práctica de la cultura física y losdeportes. MIMNK: Ed. Raduga.

8.- Bermúdez, A. R. (1987). Temas de fisiología del ejercicio. Ciudad Habana. Ed. Pueblo y Educación. 178 p.

9.- Daudinot, J.E. (2000). Las características modelos de los Luchadores juveniles de Alto Rendimiento como medio de optimización del proceso de preparación. Lic. S. González, Dr. Tutor. Tesis para optar por el grado de doctor en ciencias pedagógicas. 132 p.

10.- Davidov, V. V. (1982). Tipos de generalización en la enseñanza Ciudad Habana. Ed. Pueblo y Educación. 487 p.

11.- Davidov, V.V. (1978). La enseñanza escolar y el desarrollo psíquico. Moscú. Ed. Progreso. 277 p.

12.- De Alba, A. (1971). Evaluación. México. Ed. UAQ. 340 p.

13.- De Armas, R. (1997). Características del control en el entrenamiento deportivo.En conferencia internacional de educación física y deportes (I: 1997: UMCC). -- Matanzas.

14.- Delgado, M. (1995). El análisis contenido en la investigación de la enseñanza de la educación física. En Motricidad (45). Madrid. (1) 27-41p.

PONENCIA

AFIDE 2017 - PROGRAMA CIENTIFICO:

Evento: V Taller Internacional de Administración y Gestión de la Cultura Física y el Deporte. Una visión hacia las Organizaciones Deportivas.

País: Ecuador

Universidad de procedencia: Universidad Metropolitana del Ecuador

Ponente: PhD. Lisbet Guillen Pereira

Temática a abordar: Preparación de la reserva deportiva

Modalidad de presentación: Ponencia oral

Título de la ponencia: La contextualización del proceso de enseñanza aprendizaje de los elementos técnicos-tácticos en los deportes de combate

Resumen

El perfeccionamiento de los procesos sustantivos de la fase de Iniciación Deportiva compromete muy de cerca el conocimiento de lo novedoso y lo contemporáneo que se deriva del contexto pedagógico y las formas de gestionarlos en la dinámica de la enseñanza. En concordancia las metodología actuantes en cada uno de los deporte reclama una continua actualización en el orden teórico, metodológico y práctico. En el redimensionamiento de su enfoque epistemológico se consolidan los resultados que apuntan a la adquisición de los hábitos, habilidades y a la formación de un atleta inteligente, analítico, creativo, conteste a las expectativas actuales del deportes. Todo ello se ve desvirtuado con la prevalencia de concepciones tradicionales y el desconocimiento de los modos de articular elementos esenciales que perfeccionan la labor pedagógica que aluden a la individualización, interactividad, atención a la diversidad y Zona de Desarrollo Próximo. En tal sentido la lógica metodológica organizacional asume un enfoque holístico, donde se articulan elementos psicopedagógicos, a partir de sus múltiples interacciones, con la intención de perfeccionar la labor pedagógica, en esta se introducen métodos como la simulación con la intención de identificar particularidades del proceso y establecer los primeros acercamientos a la habilidad táctica y la modelación asumido como el método que da la posibilidad de crear estereotipos dinámico a partir de la modelación sucesiva de la realidad del escenario deportivo, todo ello bajo un concepto de contextualización de la enseñanza que le permite al profesor enclavar los modos de utilización de los recursos técnicos para alcanzar un fin dentro del trabajo de oposición.

Palabras claves: Iniciación Deportiva, contextualización, simulación, modelación, deportes de combate.

Título: La contextualización del proceso de enseñanza aprendizaje de los elementos técnicos-tácticos en los deportes de combate

Autora: Dra. C Lisbet Guillen Pereira
Centro de Trabajo: Universidad Metropolitana del Ecuador

Introducción:

Los antecedentes teóricos e investigativos del deporte de iniciación demuestran que el proceso de enseñanza – aprendizaje se fundamenta básicamente sobre concepciones tradicionales que desvirtúan los enfoques contemporáneos como resultado de una resistencia al cambio o el desconocimiento de nuevas y novedosas alternativas que permiten reformular el predominio de la directividad en la enseñanza, la limitada contextualización y el roll preponderante y protagónico del entrenador

La problemática genera la necesidad de reorientar el proceso en concordancia con las expectativas actuales que se derivan del contexto de competición. Visto de este modo, resulta determinante para el alto rendimiento el perfeccionamiento de los procesos sustantivos que aseguran la iniciación deportiva como cantera de adquisición de los futuros talentos.

La perspectiva apunta hacia el redimensionamiento continuo de las metodologías actuantes en cada una de las disciplinas deportivas para enfocar de mejor manera el proceso de enseñanza aprendizaje (Copello, 2013; Morales, 2014; Gómez, Quintana, Valencia, Chacón, Gasperín & Castineyra, 2016).

Lo expuesto se fundamenta bajo el desarrollo continuo que experimenta el deportes en el marco competitivo y la proliferación de su portada de espectáculo; en este orden se subordina la intención de la formación de un atleta inteligente, analítico, creativo, con alto nivel técnico y de resolución en situaciones variadas que se derivan de la dinámica de competición, lo cual exige la reformulación de los enfoques teóricos, metodológicos y prácticos para llevar a cabo la enseñanza, de manera que se logre establecer los criterios denotativos que marcan la diferencia entre el modelo tradicional y el contemporáneo, visto como la evolución cualitativa del primer, en un contexto que demanda de una resignificación cognitiva de los elementos psicopedagógicos por parte del entrenador, condicionados estos a los saberes, las competencias y los procesos de transformación del conocimiento que surgen como parte del desarrollo (Nieves & Martínez, 2012), y que dan respuesta ante lo novedoso y lo contemporáneo de la dinámica del proceso de iniciación deportiva de un atleta que emprende los primeros pasos hacia la formación de la base de la maestría deportiva según Matveev (1988).

En contradicción con la necesidad, Haramboure (2004), Sánchez, (2010), Guillén (2014), Morales (2014) y Guillen, Ale & Coral (2017) coinciden en plantea que los deportes de oposición se develan hoy como las disciplinas que presentan mayor deficiencias metodológicas debido al antagonismo que algunos especialistas constatan entre concepciones tradicionales y modernas, como resultado de la resistencia al cambio.

A nivel internacional diversos autores (Álvarez-Ruiz, 2002; Fernández, 2004; Pérez-Harold, 2006; Martínez, 2008; Pérez, 2008; Rodríguez-Castellón, 2010; Sánchez, 2010; Copello, Alverdi & Fuentes, 2012; Cuenca, 2013; Mesa & Mayor, 2013; Guillén & Bueno, 2016; Guillen et al., 2017) coinciden en múltiples criterios sobre el tema de la génesis de las limitaciones e insuficiencias que se presentan en el orden teórico, metodológico y práctico en los deportes de combate en relación con el proceso de enseñanza – aprendizaje.

Según Copello (2013), en la actualidad la actuación de los profesores excede los modelos teóricos vigentes; al respecto apunta que al cambiar la base teórica metodológica, como resultado del vertiginosos desarrollo que experimenta el deporte mediante la invención e implementación de nuevos y novedosos instrumentos a favor del entorno del espectáculo, se genera la necesidad de actualizar los modelos y el soporte que lo sustenta, lo que no queda al margen de los deportes de combate.

En este punto Guillen (2015) señala que la problemática se fundamentan bajo los criterios de que la enseñanza en estas disciplinas aun transitan desde el empleo de

procedimientos empirismo hasta la desorganización en la impartición de los contenidos como resultado del tratamiento de los componentes sin un fundamentos lógico que lo sustentes.

Sobre la génesis de las limitaciones se proponen soluciones de índole pedagógica que implican el empleo de modelos alternativos y concepciones pedagógicas contemporáneas.

A tono con las necesidades del proceso de enseñanza – aprendizaje, se proponen metodologías, modelos, Estrategias, programas, sistemas de ejercicios con acento en tendencias pedagógicas contemporáneas, procedimientos organizativos que promueven potencialidades e individualidades, entre otras alternativas.

Sin embargo pese a la multiplicidad de alternativas aún no queda claro cómo y cuándo introducir el componente táctico y el desarrollo de estas habilidades en la dinámica del proceso de enseñanza de los elementos técnicos básicos, quedando diluido el conocimiento frente a la necesidad de hacerlo concreto en la práctica.

Desarrollo

La Iniciación Deportiva es entendida como la fase en la cual se establece las primeras aproximaciones al aprendizaje de hábitos (técnicas) y habilidades específicas del deporte, por consiguiente se considera que la calidad de la enseñanza aseguran en este sentido, la aptitud del desempeño del atleta en el contexto específico de actuación; visto de este modo y que a nuestro entender, los aprendizajes deben ser contextualizados, individualizados y atemperados a la realidad del deportes y las particularidades conteste a los escenarios competitivos (Hernández, Castro, Gil, Cruz, Guerra, Quiroga & Rodríguez, 2001; Navarro, 2007; González, García, Contreras & Sánchez-Mora, 2009).

Nuestro posicionamiento resulta ser coherente con el criterio de otros autores dentro de los que se destaca Romero-Granados (2001), el autor al referirse al concepto de iniciación deportiva, señala que este constituye: "*…la toma de contacto con la habilidad específica (deporte) en cualquier contexto (académico, federativo, etc.), pero respetando las características psicológicas y pedagógicas para el desarrollo global*".

Del mismo modo Hernández et al., (2001) se refieren a la iniciación deportiva en sus dimensiones de proceso y producto, por lo que la iniciación deportiva es "el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición de la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de un deporte, desde la toma de contacto con el mismo hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional".

Blázquez-Sánchez (1995), señala que la iniciación deportiva supone "la primera fase de un itinerario orientado al éxito". El profesor de EF debe estimular al niño y proporcionarle unas bases que le sitúen las mejores condiciones para cualquier aprendizaje. El autor da prioridad a unos objetivos educativos, lo que no satisface la necesidad formulada, debido a una fuerte resistencia al cambio.

Como resultado, aún no se concretan alternativas de solución de carácter didáctico que solventen las irregularidades en la formación y preparación de los deportes de combate; En concordancia la investigación en su etapa diagnóstica arrojó resultados que destacan la diversidad de prácticas pedagógicas para la enseñanza de los elementos técnicos y el desarrollo de las habilidades tácticas, como consecuencia se exhiben irregularidades en la concepción organizacional del contenido y el enfoque de la lógica organizacional del proceso de enseñanza aprendizaje de los elementos técnicos tácticos, por lo que se decide de forma consensuada elaborar una alternativa de solución con un enfoque contemporáneo que diera respuesta a las limitaciones constatas en el orden teórico, metodológico y práctico.

El diseño de la propuesta partió de particularidades que garantizaron su génesis y perfeccionamiento de manera que se lograra una solución alternativa al problema y que resultara una vía alternativa que esclareciera el camino hacia la formación de un competidor a la altura de las exigencias actuales que se derivan del contexto de competición.

La pertinencia de la idea se fundamentó bajo que el supuesto de que si el carácter del objeto, "actividad competitiva", condiciona la lógica del proceso, (nos referimos a "la metodología para la enseñanza"), entonces esta última debe de abrir el diapasón de la enseñanza hacia las variantes del modelo ideal de la técnica, sustentado sobre la base de los elementos de contextualización y la lógica metodológica para su utilización:

En concordancia las informaciones obtenidas mediante el diagnóstico de los conocimientos, procedimientos metodológicos, el estudio de los antecedentes teóricos, metodológicos, investigativos y prácticos en torno al proceso de enseñanza – aprendizaje, como las experiencias y contribuciones de los participantes, aportaron los elementos estructurales y procesales para el diseño de la propuesta.

Se logró en el marco de la investigación consensuar la pluralidad de procedimientos metodológicos a través de una jerarquización del contenido considerando el posicionamiento de múltiples autores a nivel internacional.

Se asumió en la determinación de las invariantes de la lógica organizacional del contenido técnico y táctico los criterios Copello (1996) y Chirino (1997) en cuanto a la organización del contenido en los deportes de combate y para la definición del elemento rectos expresado como invariante los criterios de Bermúdez & Rodríguez (1996), cuando señalan que las invariantes constituyen "(…) *aspectos necesarios e imprescindibles, es decir, esenciales que debe ejecutar el alumno (...) en tal caso refiere que "...el profesor debe ser el experto en el proceso de determinación de invariantes*" (p.3).

Las particularidades del proceder metodológico para la enseñanza de los elementos técnico tácticos y las especificidades del proceso, la influencia de las exigencias del contexto de competición para la formación básica, los puntos de convergencia y divergencia en la organización del proceso y la experiencia de los profesores, conllevó al empleo de una tormenta de idea que como técnica participativa permitió consensuar criterios al respecto de las posibles invariantes.

La propuesta se fundamenta sobre enfoques pedagógicos contemporáneos que dan respuestas a las limitaciones constatadas en la práctica para enfrentar el proceso con un enfoque sistémico, donde medie la sistematización del conocimiento, la transferencia positiva y la comprensión de los modos de utilización de los recursos técnicos a partir de la enseñanza contextualizada de la técnica patrón en su diverso complejo de aplicación, lo cual conduce a las llamadas variantes.

El resultado de la investigación permite asumir la enseñanza de la técnica centrada en diferentes perspectivas a partir de los elementos de contextualización que permiten generar un múltiples variantes para crear y solucionar situaciones en el trabajo de oposición.

Al analizar la esencia y especificidades de los nodos de contextualización de la enseñanza para los deportes de combate resulto necesario el análisis modelado de las acciones, además de la valoración sistémica estructural de la ejecución técnica en sus variantes en la dinámica de la creación y solución de situaciones.

Para la concepción de la propuesta se consideró importante reconocer la fase de la formación del hábito en la cual se hace posible insertar el desarrollo de la habilidad. Al respecto se plantea que esta estructura está compuesta por tres fases: generalización, concentración y estabilización del hábito motos:

Generalización

- El movimiento se realiza con inseguridad.
- La ejecución solo se aproxima a la tarea motora planteada.
- Esfuerzos musculares indiscriminados donde intervienen grupos musculares ajenos a la acción.
- Sustancial aumento del gasto energético.
- Irradiación de la excitación de los procesos nerviosos.
- Insuficiente coordinación motora que conduce a movimientos innecesarios.

Concentración

- La excitación en el sistema nervioso tiende a concentrarse en los centros específicos que regulan la acción motora.
- Se mejora la coordinación por lo que el movimiento se cumple con mayor perfección.
- Se establece un ajuste de la tensión muscular por lo que el gasto energético se reduce proporcionalmente.

Estabilización

- Se evidencia la estabilización del movimiento, este se logra automatizar.
- Se establece una excitación localizada de los centro nerviosos.
- Se aprecia un alto grado de coordinación y automatización de los movimientos.
- Resulta mínimo el gasto energético.
- Se forman los estereotipos dinámicos motrices.
- Pueden insertarse la enseñanza de la técnica en situaciones cambiantes (situaciones tácticas).

En esta última fase es donde es posible introducir los diferentes modos de utilización del recurso técnico

Con la intención de comprender las particularidades de los criterios de contextualización para el enfoque de una enseñanza técnico táctica, resultó imprescindible tener presente las fases de la ejecución de la acción motora: preparación, ejecución y recuperación, además de las fases en las que se subdivide la ejecución de la técnica: fase inicial, intermedia y final) y recuperación de la guardia o postura de combate.

En este orden se considera de incuestionable valía la contextualización, pues al insertar procesos de enseñanza desconectados del contexto, no es posible generar una reflexión crítica sobre la realidad y los modos más eficientes de utilizar los recursos en este entorno (Giroux, 2004).

Desde esta perspectiva se considera que descontextualización de la enseñanza reduce la capacidad para la toma de decisiones y la habilidad de solucionar situaciones con un acento creativo.

En concordancia se definen para la enseñanza los siguientes recursos de contextualización:

- Sobre los nivel de ataque:
- Sobre las distancia de ataque
- Sobre las fases de la ejecución de la técnica: preparación, realización/ejecución y recuperación
- Sobre la fase de realización/ejecución de la técnica: inicial, intermedia y final
- Sobre los tipos de acciones en el trabajo de oposición: ataque, defensa, contraataque, ataques combinados

La lógica metodológica organizacional asume un enfoque contemporáneo sin desechar el tratamiento directivo en una fase de la enseñanza como requisito previo que asegura la estabilización del hábito, sin embargo el salto se introduce al articular el empleo de los métodos de simulación y posteriormente la modelación de la enseñanza:

Enfoque procedimental de los métodos de simulación y modelación de la enseñanza contextualizada

Simulación:

- Simular el proceso como si fuera real para aprender las particularidades de los modos de utilización del recurso técnico en toda su dimensión (condiciones ofensivas u defensivas)
- Proceso de simulación de situaciones centrado en empoderarse de variantes para la utilización de los recursos técnicos con la intención de crear o solucionar situaciones en el trabajo de oposición, cuyo objetivo permite identificar los problemas, situaciones, reacciones
- Entender el proceso
- Visualizar las situaciones que se dan en el trabajo de oposición, tipos de respuestas
- Simular acciones basado en estudio de situaciones, videos de competencias, análisis técnico de la ejecución de un kata, kumite, estudios de contrario, etc.)

Modelación: Se entiende como una aproximación sucesiva de la realidad, que parte de las características de la actividad competitiva

- Construir un modelo que caracterice el proceso que se estudia o analiza, mediante la reproducción modelada de la acción, contextualizada a la condición de enfrentamiento
- Crear estereotipos dinámicos que permitan incrementar el arsenal técnico táctico del atleta para crear y solucionar situaciones en el trabajo de oposición,
- modelar la respuesta adecuadas en un amplio arsenal de situaciones
- Al respecto resulta necesario reconocer la lógica metodológica de la enseñanza en los deportes de combate.

Lógica metodológica para la enseñanza de los deportes de combate (Guillen, 2014)			
Posturas	Base de asentamiento de cualquier acción, medio de movilización del cuerpo para la ejecución de la acción	Posturas en condiciones estáticas	Posturas en condiciones Dinámicas - Fintas - Maniobras - Acciones exploratorias
Ataques	Ejecución de una acción ofensiva en una única relación temporal	Directos o Indirectos (antes de su realización se utilizan acciones intermedias de exploración)	Simples o Compuestos: ejecutados en una única relación temporal
Defensa	Acciones defensiva encaminada a obstruir o anular la acción del adversario	Bloqueos	Desplazamientos y esquivas
Contraataque	Fusión de la defensa con el ataque	Anticipación (la acción se anticipa a la fase de preparación o a la fase inicial de la ejecución del ataque del adversario sin que medio un elemento para anular u obstruir el ataque, por lo general se realiza de forma directa el ataque pero sobre las fases mencionadas	Riposta (obstruir el ataque del adversario ya sea en cualquiera de las fases de ejecución de la acción (fase inicial, intermedia o final)
Ataque combinado	Acción ofensiva ejecutada en diferente relación temporal	Ataques dobles: combinación de dos técnicas ejecutadas de forma consecutiva pero en diferente relación temporal	Ataques múltiples: combinación de tres técnicas o más ejecutadas de forma consecutiva pero en diferente relación temporal

Conclusiones:

1. Los referentes teóricos y metodológicos que han caracterizado la práctica de los deportes de combate, determinando la especificidad del proceso de enseñanza – aprendizaje en su devenir histórico, se caracterizan por la prevalencia de concepciones tradicionales que contrarrestan las exigencias que se derivan del contexto de competición para la formación básica.

2. El diagnóstico realizado reveló insuficiencias en las prácticas pedagógicas en el proceso de enseñanza – aprendizaje, poca preparación de los técnicos del Karate Do del eslabón de base para enfrentar las exigencias contemporáneas que se derivan de este deporte para la competición.

3. Se demuestra que el carácter del objetivo condiciona las particularidades del proceso, por tanto el enfoque metodológico de la lógica organizacional debe de atemperarse a las exigencias actuales que se derivan del sistema de competición en los deportes de combate.

4. El proceso de enseñanzas aprendizaje de los elementos técnico tácticos asume una concepción contemporáneo en la iniciación deportiva al introducir la contextualización, la simulación y la modelación como recursos pedagógicos que aseguran el desarrollo de habilidad, la toma de decisiones y el perfeccionamiento de los modos de utilización de los recurso técnico para alcanzar un fin.

5. La enseñanza de habilidades táctico en los deportes de combate durante la fase de iniciación debe de considerar para su desarrollo las fases de adquisición del hábito motor: generalización, concentración y estabilización y para su contextualización simulada y modelada las fases de preparación, ejecución y recuperación de la acción técnica.

Bibliografía

Álvarez de Zayas, C. M. (1988). Fundamentos teóricos de la dirección de proceso docente. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Álvarez- Ruiz, J. R. (2002). *Los recursos pedagógicos del Katá*. Extraído el 15 de enero del 2009 desde Shotokan Karate Do Asturias - Dojo Okinawa

Bermúdez, R. & Rodríguez, M. (1996). Teoría y metodología del aprendizaje. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.

Blázquez-Sánchez, D. (1995). Blázquez Sánchez, D. (Dir.) (1995). La Iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: INDE, pp. 431-448

Campistrous, L., & Rizo, C.(1998). Indicadores e Investigación Educativa La Habana: Instituto Central de Ciencias Pedagógicas (ICCP)

Copello, J. M. (2013). Hacia un nuevo modelo teórico del entrenamiento deportivo. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 18 - Nº 181 - Junio. http://www.efdeportes.com/efd181/orientaciones-para-los-deportes-de-combate.htm

Copello, J. M., Alverdi, L. D., & Fuentes, D. N. (2012). Sistema de orientaciones metodológicas para los deportes de combate en la categoría 13-14 años. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 18 - Nº 181 - Junio. http://www.efdeportes.com/efd181/orientaciones-para-los-deportes-de-combate.htm

Cuenca, O. H. (2013). Estrategia metacognitiva para desarrollar el aprendizaje deportivo del karate do en niñas y niños de 9 y 10 años. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 17, Nº 177, Febrero. http://www.efdeportes.com/efd177/estrategia-metacognitiva-para-el-aprendizaje-del-karate.htm

Fernández, R. (2004). Metodología de un diagnóstico para el nivel de cumplimiento de los objetivos *técnicos y tácticos planificados en los asaltos de entrenamiento del Taekwondo. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 10 - N° 68 - Enero. http://www.efdeportes.com/efd68/tkwd.htm*

Granda, J. (2002) Simulación deportiva y su aplicación al baloncesto. *Revista motricidad (9),* 83-100

Giroux, H. (2004). Una educación divorciada de su contexto carece de valor. Extraído: www.dissidentvoice.org

Gómez, F. J. A., Quintana, R. L., Valencia, M. A., Chacón. R. C. C., Gasperín, E. I., & Castineyra, M. S. (2016) La formación de entrenadores de karate do y los resultados obtenidos en Olimpiada Nacional 2014

González, V. S., García, L. L. M., Contreras, J, O. R., & Sánchez-Mora, M. D. (2009). El concepto de iniciación deportiva en la actualidad. *Retos (15)*, pp. 14-20

Guillen, P. L. (2015) Elementos esenciales que perfeccionan la labor pedagógica en el proceso de enseñanza aprendizaje del karate do con un enfoque técnico-táctico. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 20 - N° 206- Julio.* http://www.efdeportes.com/efd206/karate-do-con-un-enfoque-tecnico-tactico.htm

Guillen, P. L., Ale, Y., & Coral, E. G. (2017). Alternativa metodológica con un enfoque técnico táctico para el proceso de enseñanza aprendizaje del taekwondo. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 21, Nº 225, Febrero. http://www.efdeportes.com/efd225/alternativa-metodologica-del-taekwondo.htm

Guillén, P. L., & Bueno, F. E. (2016). Incidencia de la contextualización en la adquisición de los elementos técnicos - tácticos del Karate Do durante la iniciación deportiva. *Retos (30*) 59-63.

Guillén, P. L., & Fajardo, Y. (2009). *Ejercicios técnicos tácticos para el proceso de enseñanza – aprendizaje con un enfoque individualizado*. Trabajo de diploma. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Facultad de Villa Clara.

Guillén, P. L., & Fernández, A. (2011). *Guía Metodológica para organizar los fundamentos técnicos básicos del proceso de enseñanza – aprendizaje del Karate Do en el eslabón de base de la provincia de Villa Clara*. Trabajo de diploma. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Facultad de Villa Clara.

Guillén, P. L., García, S., & Santos, P. (2006). *Instructivo pedagógico para la formulación, derivación, operacionalización de las habilidades motrices deportivas del Karate Do. Trabajo de diploma. Santa Clara, Cuba: UCCFD. Facultad de Villa Clara.*

Guillén, P. L., & Torres, K. (2008). Material didáctico para la enseñanza de la Mawashi Geri sobre la base del análisis de los principio biomecánicas. Trabajo de diploma. UCCFD. Facultad de Villa Clara.

Guillen, P. L., Rosero, F., & Ale, Y. (2016). Influencia de los elementos psicopedagógicos en los procesos de aprendizajes de habilidades motrices deportivas en niños con discapacidad. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 20, Nº 214, Marzo http://www.efdeportes.com/efd214/habilidades-motrices-deportivas-con-discapacidad.htm

Guillén, P. L., & Valdés, E. (2009). *Material didáctico para el proceso de enseñanza – aprendizaje de los elementos técnicos básicos del Shito Ryu del Karate Do*. Tesis en opción al título de Máster en Entrenamiento Deportivo. UCCFD. Facultad de Villa Clara.

Haramboure, R (*2004a). La preparación deportiva desde la óptica pedagógica de la teoría curricular. Su validez para todas las modalidades competitivas y las artes marciales. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 10 - N° 74 - Julio.* http://www.efdeportes.com/efd74/artm.htm

Hernández, M.; Castro, U.; Gil, G.; Cruz, H.; Guerra, G.; Quiroga, M., & Rodríguez, J. (2001). La iniciación a los deportes de equipo de cooperación/oposición desde la estructura y dinámica de la acción de juego: un nuevo enfoque. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año* 6. Nº 33. http://www.efdeportes.com/efd33/inicdep.htm

Hernández, O. E. M.; Pérez, G. S. E. (2015). Procedimiento metodológico para determinar las invariantes de contenido en el trabajo interdisciplinar desde la disciplina Logopedia. Razón y Palabra. *Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portuga, 19(92)*, 1-19.

Martínez, J. (2008). El instructor de Karate como formador. Extraído el 19 de enero del 2011 desde Shitokai Murayama

Matveev, L. (1988). F*undamentos generales de la Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo*. Moscú, Editorial Raduga

Mesa, M. Y., & Mayor, R. L. (2013) Modelo didáctico para la formación y desarrollo de las acciones técnico-tácticas del karateca escolar. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 18, Nº 183, Agosto. http://www.efdeportes.com/efd183/las-acciones-tecnico-tacticas-del-karateca.htm

Morales, C. Y. (2014). Indicadores para la preparación técnico-táctica en deportes de combate.

Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 19 - Nº 194 - Julio. http://www.efdeportes.com/efd194/preparacion-tecnico-tactica-en-deportes-de-combate.htm

Morales, C. Y. (2014). La gestión del aprendizaje y el desempeño técnico-táctico del taekwondista escolar. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 19 - Nº 192 - Mayo. http://www.efdeportes.com/efd192/desempeno-tecnico-tactico-del-taekwondista.htm

Navarro, F. S. (2007). La iniciación deportiva y la planificación del entrenamiento. Editorial Deportes. La Habana, p.5.

Nieves, L. Y., & Martínez, S. M. (2012). Reflexiones acerca de la resignificación social de los conocimientos organizacionales. ACIMED 23(4), pp.1-2

Pacheco, F. E. N., Ortigoza, G. C., & Ramírez-Urizarri, L, A. (2013). Una invariante del conocimiento para la disciplina química-física en la formación de profesores de química. Red de *Revista Eureka sobre Enseñanza y Divulgación de las Ciencias, (10)*, 836-845

Pérez-Harold, R. (2006). Manual de Formación de los Karatecas escolares Venezolanos. Extraído el 11 de enero del 2010 desde http://www.efdeportes.com/

Pérez, I. L. (2008). Los estilos de enseñanza de la Educación Física en el karate. Ejemplos de aplicación práctica. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 13 - Nº 127 - Diciembre. http://www.efdeportes.com/efd127/los-estilos-de-ensenanza-de-la-educacion-fisica-en-el-karate.htm

Romero-Granados, S. (2001). Formación deportiva. Nuevos retos en educación. Sevilla: Universidad de Sevilla

Rodríguez-Castellón, J. J. (2010). La iniciación deportiva en el contexto escolar: análisis de los modelos de enseñanza. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 14 - Nº 142 - Marzo. http://www.efdeportes.com/efd142/la-iniciacion-deportiva-en-el-contexto-escolar.htm

Sánchez, N. I. (2010). La preparación técnica, estrategia y táctica en la alta competición del karate do deportivo: construyendo al campeón. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital- Buenos Aires - Año 15 - Nº 144 - Mayo. http://www.efdeportes.com/efd144/la-preparacion-en-el-karate-do-deportivo.htm

Título: La formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba.

Autores: M. Sc. Erva Brito Vázquez.
Dr. C Ana María Morales Ferrer.
Dr. C. Lázaro de la Paz Arencibia
País: Cuba

Resumen

Los avances de la ciencia, la tecnología y la innovación ocurridas en el mundo durante este siglo XXI, particularmente en la esfera deportiva, estimula el desarrollo de los procesos sustantivos de esta área de conocimiento. Las exigencias actuales que demanda el deporte contemporáneo precisa de profesionales competentes para enfrentar las transformaciones y requerimientos que se suscitan tanto en el ámbito nacional como en el internacional. Esta realidad motivó la realización de la investigación a partir de la indagación sobre las necesidades formativas del profesional de Natación Artística en Cuba. Los resultados revelaron insuficiencias relacionadas con la formación continua de los profesionales que desempeñan su trabajo en esta disciplina deportiva, que influyen en su desarrollo actual y comprometen el perspectivo. De ahí la necesidad investigativa de hallar alternativas de solución al problema científico siguiente: ¿cómo contribuir a la formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba? Elaborar una estrategia que potencie la formación continua de los referidos profesionales, constituyó el objetivo trazado.Su cumplimiento aportó una herramienta con un enfoque científico-metodológico innovador, útil para el logro de los propósitos predeterminados, la que se acredita por los resultados obtenidos con su aplicación práctica.

INTRODUCCIÓN

Elevar el nivel de desarrollo en la formación de los profesionales en Cuba es uno de los objetivos primordiales del Ministerio de Educación Superior (MES) de la República de Cuba, que desde sus inicios plantea que la formación del profesional

es “un proceso continuo de transformaciones, iniciado con el triunfo de la Revolución en el año 1959 y dirigido a la ampliación de posibilidades y oportunidades de acceso a la universidad y de multiplicación y extensión de los conocimientos, con lo cual se contribuye a la formación de una cultura general integral de la población y a un incremento sostenido de equidad y justicia social en la sociedad”. MES, (2005).

Ante este reto, las Federaciones Deportivas, como principales usuarios, el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER), como empleador nacional y la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deporte “Manuel Fajardo” (UCCFD), como formadora de los profesionales de esta área de conocimiento, tienen la responsabilidad de contar con técnicos altamente calificados, responsables y comprometidos con el proyecto social cubano y que puedan desempeñarse con un amplio perfil laboral que incluye: la Educación Física, el Deporte, la Recreación y la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica.

El perfil profesional, el puesto de trabajo y las funciones que se le asignan a estos profesionales provocan una serie de necesidades de formación, que pueden constituir el objeto de estudio de investigaciones principales como posible alternativa de solución a los problemas que se detecten en ese contexto.

En el argumento que cita esta tesis con relación al desarrollo permanente y continuo de la superación de los profesionales de la Natación Artística se asume el término de formación continua.

En el XXVIII seminario nacional de preparación para el curso escolar 2016-2017 organizado por el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER) se plantean las indicaciones de su presidente como líneas de desarrollo en los diferentes contenidos que se integran en el encargo social del organismo, con relación a la formación del profesional se hace énfasis en la organización de las unidades de superación y capacitación para dar servicio en los municipios en el deporte de alto rendimiento a través de cursos, seminarios y otras formas de superación profesional, potenciar la autosuperación como vía fundamental del desarrollo profesional y laboral, fortalecer y exigir la superación en los diferentes niveles y evaluar la superación en dependencia de la calidad y eficiencia de los

que la han recibido, incentivar la participación en los fórum y eventos, promover las investigaciones desde el puesto de trabajo.Rivero, A. (2017).

De ahí que la Natación Artística sea uno de los deportes o disciplinas considerados olímpicos, que supone el armado de formas artísticas y sincronizadas en un medio acuático, los participantes deben poseer habilidades y destrezas en las áreas de la Natación y la Gimnasia, así como también poder moverse de manera sincronizada al ritmo de la música, lo que los acerca también al baile, la danza y en la actualidad exige gran dominio de la acrobacia dentro y fuera del agua. Requiere de gran fuerza corporal, agilidad, gracia y belleza; unido a la interpretación musical, expresión dinámica y un gran sentido de la sincronización. Todo ello conlleva a la preparación constante y actualizada de los profesionales de este deporte, unido a las condiciones óptimas tanto físicas como morfológicas de las futuras nadadoras artísticas.

La realidad actual de los resultados deportivos de las nadadoras artísticas cubanas, revela que existen deficiencias que las alejan del éxito deportivo en competencias nacionales e internacionales. Las indagaciones empíricas realizadas motivadas por lo planteado, muestran determinadas insuficiencias tales como:

1. Restringidas acciones de superación en las provincias y a nivel nacional.
2. Insuficiente participación de los profesionales en cursos de entrenamientos deportivos y cursos relacionados con los deportes de coordinación y arte competitivo.
3. Insuficientes investigaciones y producción científica de los profesionales de este deporte.
4. Limitados cursos nacionales e internacionales y la participación en ellos.
5. Las conferencias especializadas que se imparten en los cursos nacionales no se reponen en las provincias.
6. Falta de gestión y organización en la formación continua a nivel nacional y provincial.

Donde se genera la contradicción que constituye en síntesis la **situación problemática** detectada, que se evidencia en las insuficiencias que limitan los

procesos inherentes a la formación continua de los profesionales de Natación Artística en el país y la necesidad de potenciar estos procesos como garante de la elevación permanente del nivel técnico profesional, que permita modificar su desempeño en el cumplimiento del encargo social designado. Por consiguiente la investigación está encaminada hacia la solución del **problema científico** ¿cómo contribuir a la formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba?

El **objeto de estudio** de la investigación se precisa como el proceso de formación continua de los profesionales de Cultura Física. El **objetivo general** está dirigido a elaborar una estrategia que potencie la formación continua de los profesionales de la Natación Artística en Cuba y el **campo de acción** queda delimitado como la formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba.

El desarrollo de la investigación se orienta desde las siguientes **preguntas científicas.**

1. ¿Qué fundamentos teóricos y metodológicos sustentan el proceso de formación continua para profesionales de la Natación Artística?
2. ¿Cuál es el estado actual de la formación continua de los profesionales de la Natación Artística en Cuba?
3. ¿Cómo elaborar una estrategia que contribuya a potenciar la formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba?
4. ¿Qué resultados se logran con la aplicación práctica de la estrategia elaborada?

Tareas científicas:

1. Estudio de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el proceso de formación continua para profesionales de Natación Artística.
2. Diagnóstico del estado actual de la formación continua de los profesionales de la Natación Artística en Cuba.
3. Determinación de los elementos a considerar para la elaboración de una estrategia que contribuya a la formación continua de los profesionales de la Natación Artística en Cuba.

4. Valoración de los resultados logrados con la aplicación práctica de la estrategia elaborada.

METODOLOGÍA

Para el diseño de la investigación se realizó la descripción de la muestra que fue objeto de estudio así como la descripción de los métodos y técnicas aplicadas durante el proceso de investigación.

Métodos, técnicas y procedimientos empleados:

Del nivel teórico:

1. Análisis de fuentes documentales. Analítico sintético. Inductivo deductivo. Modelación. Sistémico estructural funcional.

Del nivel empírico:

1. Técnica de encuesta. Técnica de entrevista. Criterio de usuarios. Observación. Los métodos estadísticos-matemáticos

La población está constituida por los 89 profesionales del deporte Natación Artística, la muestra fue seleccionada de manera intencional y está compuesta por 22 profesionales de las 10 provincias donde se practica este deporte y que participan en competencias y cursos nacionales, 10 metodólogos provinciales que dirigen esta disciplina deportiva en sus territorios, 8 sujetos que laboran en la comisión nacional y en la comisión y del equipo nacional de Natación Artística.

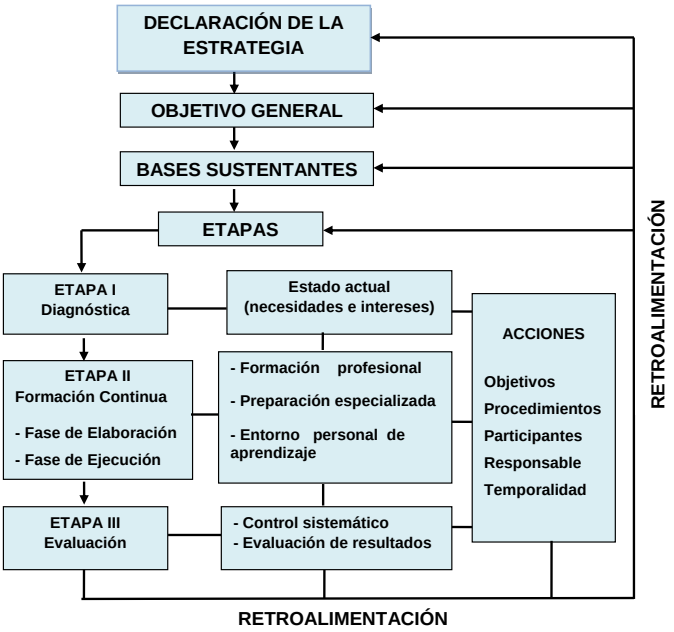
La formación continua de los profesionales

Sobre el término y características de la formación continua se manejan criterios de diversos autores como Añorga (1998), Tünnermann (1995), Delors (1996), García, Valle y Ferrer (1996), Álvarez de Zayas (2001), Addine y García (2003), Pérez, Santos, Fundora y Leal (2010) Dopico (2011), Garbey (2017) y a partir de los análisis realizados se concuerda con que la formación continua es la vía de modificar, transformar y ampliar los conocimientos de los profesionales a través de las competencias intelectuales y profesionales, con una apropiación práctica del conocimiento para poder producir cambios cualitativos y cuantitativos en los diferentes escenarios de actuación. Se asume que la formación continua es aquella formación dada a los profesionales en ejercicio, con la finalidad de contribuir a su actualización y mejoramiento de sus competencias para

desempeñar con mayor efectividad las funciones laborales inherentes a la profesión para la cual recibieron una formación inicial. Todo lo cual se relaciona con el Reglamento de la Educación de Posgrado de la República de Cuba. Resolución No. 132/2004.

La estrategia de Formación Continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba

ESTRUCTURA DE LA ESTRATEGIA DE FORMACIÓN CONTINUA DE LOS PROFESIONALES DE NATACIÓN ARTÍSTICA EN CUBA



Declaración de la estrategia de formación continua para los profesionales de la Natación Artística en Cuba: La referida estrategia queda declarada como "el establecimiento de acciones que brindan alternativas de solución a las limitaciones encontradas en la formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba, en función de satisfacer las necesidades e intereses de la preparación de estos, con una visión renovada en el orden teórico, científico, técnico y metodológico prospectivo".

Objetivo general de la estrategia declarada: Encauzar la formación continua de los profesionales de Natación Artística a niveles superiores de desarrollo,en correspondencia con las necesidades cognoscitivas y prácticas que demanda

actualmente la esfera de actuación en este deporte, y que beneficie su preparación desde el punto de vista teórico, científico, técnico y metodológico**.**

Bases sustentantes de la estrategia de formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba

Se asume como base sustentante de la referida estrategia, los principales fundamentos teóricos, científicos y metodológicos que se desarrollaron en el capítulo I de la tesis. Además de los presupuestos que se sintetizan seguidamente:

Los fundamentos científico-metodológicos de la formación del profesional de Cultura Física

Los fundamentos teóricos de la formación continua

La gestión para la formación continua de los profesionales de Natación Artística

La innovación en la formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba

Etapas de la estrategia reseñada

La estrategia de formación continua para los profesionales de Natación Artística en Cuba consta de tres etapas:

Etapa I: diagnóstica. Esta tiene la responsabilidad de prescribir el estado actual en que se encuentra el objeto de estudio y el campo de acción de la investigación. Los resultados del diagnóstico permiten determinar las insuficiencias y necesidades de la formación continua para los profesionales de Natación Artísticamotivo de estudio.

Etapa II: de formación continua. Está compuesta por dos fases (de elaboración y de ejecución). Esta etapa puede considerarse como el núcleo central de la estrategia, pues de ella depende en gran medida el cumplimiento de los objetivos que se plantean para lograr el estado deseado, es decir la formación continua de los profesionales de Natación Artística. Su contenido lo conforma *la formación profesional, la preparación especializada y el entorno personal de aprendizaje*.

Etapa III: Evaluación. El control y evaluación de los resultados es de suma importancia en el proceso de desarrollo de la estrategia, de ahí que constituya un eje que atraviesa todas las etapas, desde su inicio, durante y al final de su puesta

en práctica. Esto permite por una parte, establecer el control sistemático del cumplimiento de los objetivos específicos de las etapas para el reajuste de la estrategia y por otra parte, valorar la efectividad de la aplicación y los resultados que se logran.

Acciones de las etapas

En cada una de las referidas etapas se planean las acciones con sus correspondientes objetivos generales y específicos, así como los procedimientos, los participantes, los responsables y la temporalidad. Es necesario especificar que a partir del objetivo general y los específicos existe la flexibilidad de realizar las acciones correspondientes que posibiliten dar cumplimiento a los referidos objetivos. Por tal razón se trazan procedimientos que sirvan de base orientadora para encaminar las acciones que se necesiten.

Resultados de la ejecución de la estrategia en la práctica

A partir del cumplimiento de lo planificado se obtuvieron los resultados que se relacionan a continuación:

- Confección y desarrollo de los Programas de pregrado y perfeccionamiento de estos para el Plan de Estudio E.
- Producción de entornos virtuales.
- ✓ La multimedia y compilación de la bibliografía complementaria en formato digital, para su utilización en las actividades académicas, especializadas, tanto de pregrado como de posgrado, y en el entorno personal de aprendizaje, como instrumentos convenientes en el cumplimiento de los propósitos para los que fueron creados.
- Elaboración y desarrollo de Programas de cursos de Posgrado:Sistema coreográfico en la Natación Artística.La preparación física y los sistemas energéticos en la Natación Artística.Planificación del entrenamiento deportivo en la Natación Artística.Curso de regla y arbitraje en la Natación Artística.Procedimientos Metodológicos para la Enseñanza y Perfeccionamiento de las Técnicas del Aleteo en la Natación Artística.
- Elaboración y desarrollo (dos ediciones) del Programa de Especialidad de Posgrado para el Alto Rendimiento en el Nado Sincronizado y como

resultado 12 graduadas en el tiempo establecido para el cierre del programa, con excelentes resultados. De estas el 97% se mantienen trabajando en este deporte en centros provinciales, nacionales del alto rendimiento y en direcciones provinciales como metodólogos.

- Elaboración y desarrollo de conferencias especializadas sobre:Planificación del entrenamiento por direcciones. Selección de talentos.Código personalizado.Flexibilidad extrema. Arbitraje nacional.
- Talleres: La Acrobacia en la Natación Artística.Metodología y actualización de los elementos técnicos de las rutinas de solos, dúos y equipos por categoría.La creatividad en las edades 6-7 años en la Natación Artística.
- ✓ Clases prácticas con la utilización de videos para actualizar el trabajo de los árbitros y jueces.
- ✓ Flexibilidad extrema en la Natación Artística.
- Reelaboración del Programa Integral de Preparación del Deportista 2013-2016.
- Rediseño del Programa Integral de Preparación del Deportista de esta disciplina deportiva (2016- 2020).
- Preparación del personal por zonas geográficas para los cursos de regla y arbitraje.
- Programa Especialidad de posgrado para el alto rendimiento de Nado Sincronizado.

El proceso de elaboración y aplicación de la estrategia derivó algunos análisis del grupo de trabajo participante, permitiendo adicionar razonamientos y sugerencias válidas para su mejora.

CONCLUSIONES

1. Los resultados del diagnóstico sobre el estado actual de la formación continua de los profesionales de Natación Artística en Cuba ponen de manifiesto por una parte, las insuficiencias que presenta este proceso, marcado por la inadvertencia de un contexto más adecuado para satisfacer las exigencias actuales de la profesión, que asociado a la ausencia de una

proyección estratégica que modifique esa situación real, hacen evidente el estado de necesidad que originó este estudio y por otra parte, la identificación de las necesidades formativas de los profesionales motivo de estudio.

2. El cumplimiento del objetivo trazado en la investigación se verifica en la estrategia que se presenta como resultado científico, que está sustentada en una concepción teórico-metodológica que la distingue. Los componentes de su estructura interactúan operacionalmente de forma sistémica y dinámica adecuándose al contexto estudiado. Tiene en cuenta sus propias particularidades en correspondencia con las necesidades cognoscitivas y prácticas que demanda la constante actualización en la esfera de actuación del profesional de esta disciplina deportiva, en función de lograr las transformaciones que precisa el estado deseado al que se aspira, con niveles superiores de desarrollo.

3. La ejecución de la estrategia en la práctica produjo resultados satisfactorios, entre los que se distinguen los relacionados con la superación académica, la producción de materiales curriculares y didácticos, la sistematización de actividades e intercambios, entre otros, de lo que se puede inferir las potencialidades de la estrategia para contribuir a la formación continua de los profesionales de la Natación Artística en Cuba.

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

1. Addine, F. y García, G. (2003). La profesionalización del maestro desde sus funciones fundamentales. Algunos aportes para su comprensión. La Habana: Dirección de Ciencia y Técnica.
2. Alarcón, R. (2016). “Universidad innovadora por un desarrollo humano sostenible: mirando al 2030” Universidad 2016. 10mo Congreso Internacional de Educación Superior. “Universidad innovadora por un desarrollo humano sostenible”. Palacio de Convenciones, La Habana. Cuba.

3. Alpízar, M. y Lauchy, A. (2016). La innovación en la gestión económico-financiera de los procesos universitarios. Curso 13. Universidad 2016. 10mo Congreso Internacional de Educación Superior. “Universidad innovadora por un desarrollo humano sostenible”. Palacio de Convenciones, La Habana. ISBN-978-959-16-3004-9.
4. Arias, J. L. (2017). Estrategia de capacitación para perfeccionar la labor educativa de los entrenadores del Karate Do en el nivel de base. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Facultad de Cultura Física y Deportes. Universidad de Camagüey “Ignacio AgramonteLoynás”. Camagüey. Cuba.
5. Brito, E. y Bacallao, I. M. (2013). Ejercicios aplicables para el desarrollo del control muscular especial en atletas de Nado Sincronizado en Cuba. http://www.efdeportes.com/efedeportes. ISSN 1514-3465 – RNPI.901172 – Depósito. Legal 923110.
6. Brito, E. y Méndez, A. (2014). Relaciones Interpersonales atleta- atleta en la selección nacional juvenil de Nado Sincronizado. http://www.efdeportes.com/efedeportes. ISSN 1514-3465 – RNPI. 901172 – Depósito. Legal 923110.
7. Cabrera, J. F y Álvarez, A. (2014). Diseño de contenidos y entornos tecnológicos para la formación: Hacia la integración de las TIC en los procesos educativos universitarios. Curso 12. ¨Por una universidad socialmente responsable¨. Universidad 2014, 9no Congreso Internacional de Educación Superior. Palacio de Convenciones. La Habana. Cuba.
8. Cortés, E de la C. (2014). Estrategia de Superación Metodológica de Dirección Técnico-Coreográfica para entrenadoras de Nado Sincronizado en la etapa de iniciación. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Centro de Estudios Pedagógicos de la Cultura Física y el Deporte ‟Rafael Fortún Chacón”. Facultad de Cultura Física. Camagüey. Universidad de Camagüey “Ignacio AgramonteLoynas”. Camagüey.Cuba.

9. Federación Internacional de Natación, (FINA). (2013). Reglamento Internacional de Nado Sincronizado, 2013-2017.
10. Fleitas, I., Mesa, M. y Guardo, M. (2013). Sobre algunos métodos cualimétricos en la Cultura Física: criterio de expertos, especialistas, peritos, jueces y árbitros, usuarios y evaluadores externos. Revista Digital Efdeportes [Revista en línea] Disponible en: http://www.efdeportes.com [Consultado: diciembre, 2016,].
11. Garbey, A. (2017). La preparación del profesional de la Cultura Física para el trabajo comunitario en el Combinado Deportivo. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana. Cuba
12. García, G., Addine, F. y Fernández, E. M. (2016). La innovación en la superación de maestros y profesores: Experiencias y resultados. Curso 3. Universidad 2016. 10mo Congreso Internacional de Educación Superior. “Universidad innovadora por un desarrollo humano sostenible”. Palacio de Convenciones, La Habana. ISBN-978-959-16-2996-8. Cuba.
13. Ilisástigui, M. y López, A. (2010). La formación continua del profesional de la Cultura Física y el Deporte en Cuba. Curso 7. Universidad 2010. 7mo Congreso Internacional de Educación Superior. “La Universidad por un mundo mejor”. Palacio de Convenciones, La Habana. Cuba.
14. Luis, J. (2008). Intereses, demandas y necesidades formativas del profesorado de Educación Física. Editorial WANCEULEN. Editorial Deportiva, S. L. Primera Edición: España: Publidisa.
15. Matos, Z. y Matos, C. (2006). El método de criterio de usuarios. Su utilización en la investigación educativa. Instituto Superior Pedagógico “Raúl Gómez García”, Guantánamo. Cuba.
16. Matsinhe, C. (2014). Estrategia de superación para los maestros primarios en la asignatura educación física, en el municipio de Xai-Xai, provincia Gaza, República de Mozambique. Tesis en opción al grado científico de

Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana. Cuba.

17. Mesa, M. (2006). Asesoría estadística en la investigación aplicada al deporte. Editorial José Martí. La Habana. Cuba.
18. Mesa, M., Guardo, M. y Vidaurreta, R. (2011). Distinciones entre criterio de expertos, especialistas y usuarios en la evaluación de un resultado científico. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, La Habana. Cuba.
19. Ministerio de Educación Superior, MES. (2007). Reglamento de la educación de posgrado de la República de Cuba. RM 132/2004. La Habana. Cuba.
20. Morales, A. M. (2015). La elaboración de la propuesta de solución del problema científico en Ciencias de la Cultura Física: En curso de formación doctoral. UCCFD “Manuel Fajardo”. La Habana. Cuba.
21. Paula, O. (2015). Conferencia sobre la planeación estratégica. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana. Cuba.
22. Pérez, Z. R. (2014). La Formación Continua en las TIC de los profesores de la UCCFD “Manuel Fajardo”. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Universidad de Ciencias Pedagógicas “Enrique José Varona”. La Habana. Cuba.
23. Pérez, A. (2016). Cultura Física y desarrollo profesional en la universidad innovadora. Conferencia Magistral. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana. Cuba.
24. Programa Integral de Preparación del Deportista de Nado Sincronizado, 2016 – 2020. (2016).Instituto Nacional el Deporte, Educación Física y Recreación. La Habana. Cuba.
25. Rivero, A., (2017). Conferencia en el XXVIII Seminario Nacional de Preparación. Curso Escolar 2016-2017. (2016). Editorial deportes. La Habana. Cuba.

Título: La marca potencial como indicador relativo del rendimiento deportivo en el triatlón olímpico: Propuesta de perfeccionamiento de la evaluación del rendimiento deportivo.

Autores: M.Sc. Alfredo Quintana Díaz. Profesor UCCFD. Cuba

M.Sc. Ángel Merched López Rojas Aspirante. UCCFD. Venezuela

SÍNTESIS

Esta investigación pretende dar respuesta a una de las inquietudes que enfrentan los profesionales que dirigen procesos pedagógicos: el perfeccionamiento de la evaluación. En el caso del triatlón, es uno de los deportes que enfrenta uno gran reto dentro de la evaluación del rendimiento deportivo, debido al sistema de clasificación del resultado deportivo que es relativo a proceso ajenos y que afecta las posibilidades de participación en otros eventos. Es por eso que la investigación se encaminó a resolver como problemática: ¿Cómo perfeccionar el proceso de evaluación de la preparación del equipo cubano de triatlón? y proponiéndose como objetivo: Diseñar un indicador relativo del rendimiento deportivo que aporte un modelo referencial de elite mundial para el perfeccionamiento de la evaluación del proceso de preparación deportiva de los triatletas cubanos. Para ello, se aplicaron métodos de investigación teóricos y empíricos, aunque fundamentalmente, se utilizaron procedimientos estadísticos descriptivos que permitieron darle solución a la problemática mediante la determinación de la marca potencial a partir de la ecuación de regresión simple entre la marca del triatlón olímpico y sprint, lo cual le confiere un carácter más objetivo al proceso de evaluación del rendimiento, ya que se parte del mismo proceso que lo determina y permite establecer las correcciones necesarias en la preparación específico-competitiva del triatleta.

INTRODUCCIÓN

La creciente complejidad del escenario competitivo del deporte moderno, así como la multiplicidad de variables que afectan el resultado deportivo como variable relativa a procesos ajenos muy difíciles de controlar para un país subdesarrollado hacen que el proceso de evaluación del resultado deportivo se torne cada vez más

en un problema que necesita de perfeccionamiento para que refleje la mayor objetividad y justeza posible, como corresponde a toda evaluación pedagógica.

En los deportes de tiempo y marca, la definición del resultado deportivo, es quizás, la menos compleja de formular y comprobar entre todos los deportes. La naturaleza del dato en que se expresa el resultado deportivo, le confiere una alta dosis de objetividad. En la casi totalidad de los deportes de tiempo y marca, el resultado se expresa de forma primaria y este criterio es más preciso que el que se aplica en la mayoría de los otros deportes como dato primario, relacionado con la ubicación final con respecto a otros deportistas o equipos, toda vez que no se centra en la relatividad con respecto a agentes externos.

Ahora bien, no siempre el dato cuantitativo del resultado expresado en un tiempo o una marca, es el reflejo más objetivo del proceso. La necesidad de perfeccionamiento continuo de la evaluación como proceso formativo, implica la necesidad de considerar las regularidades que manifiestan la naturaleza interna del objeto (en este caso el proceso de preparación). Esto sucede porque la evaluación siempre se hace mediante la comprobación cuantificada del resultado real contra el resultado esperado, y aquí es donde prevalece la subjetividad. Y es que ese resultado esperado se formula como objetivo general, al inicio del proceso y el mismo debiera ser reajustado continuamente a partir de la información objetiva que brinda el control por etapas, en la medida que se van logrando los objetivos parciales. Pero las estructuras administrativas del deporte de alta competencia, requieren y exigen de los pronósticos desde fechas muy anteriores a la ejecución del plan, y por ende, ese planteamiento se hace casi desde la etapa de planificación y no desde la propia ejecución del plan y sus reajustes continuos, y se asume ya como un compromiso a lograr.

El reto mayor en este caso específico del triatlón, se da por la propia naturaleza del dato primario con el que se relaciona la categoría resultado deportivo. El hecho de ser un deporte sin estandarización en el escenario competitivo hace que las condiciones ambientales diferentes impliquen para la ITU, la necesidad de no establecer el ranking a partir de los tiempos realizados en la ejecución de la actividad competitiva, sino que ese tiempo se subordina a otros indicadores, sobre

todo, al lugar obtenido. De hecho, la posibilidad de puntuar está en dependencia del porcentaje del tiempo realizado con respecto al tiempo logrado por el ganador y en determinadas competencias, incluso puede ser que no se puntee si no se arriba dentro de los primeros 30 triatletas. Sin embargo, la puntuación en el ranking es el dato primario que determina incluso, la posible asistencia a no a competencias multideportivas regionales y mundiales.

Como puede apreciarse, dentro de todos los deportes de tiempo y marca, el triatlón es el que encuentra más dificultades para la evaluación del rendimiento deportivo. La subjetividad que implica el sistema de puntos, a expensas de la evaluación del resultado con respecto a procesos ajenos al del triatleta que se pretende evaluar, es la mayor dificultad. Pero también lo es la naturaleza del dato primario, ya que nunca se podrá prever con certeza un pronóstico de cuantos puntos se podrán alcanzar, por lo que las ventajas que poseen los deportes de tiempo y marca en cuanto a la precisión del pronóstico, este deporte no las posee, y además, se le suman las mismas necesidades de perfeccionamiento inherentes a esos deportes.

En la evaluación del rendimiento deportivo que se realiza en el triatlón cubano, se aprecia un conflicto entre el paradigma evaluativo tradicional del rendimiento deportivo y las complejas características del sistema competitivo de esta deporte, lo cual lleva a acotar como situación problemática de esta investigación la necesidad de perfeccionamiento del proceso de evaluación de la preparación del equipo masculino cubano de triatlón y planteándose como problema científico: ¿Cómo perfeccionar el proceso de evaluación de la preparación del equipo cubano de triatlón? y proponiéndose como objetivo de la investigación:

Diseñar un indicador relativo del rendimiento deportivo que aporte un modelo referencial de elite mundial para el perfeccionamiento de la evaluación del proceso de preparación deportiva de los triatletas cubanos.

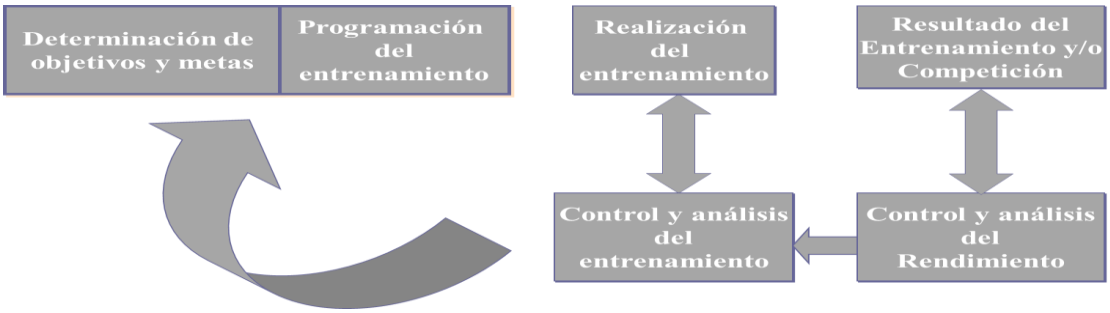
DESARROLLO

Para la delimitación de los antecedentes teóricos y metodológicos del proceso de evaluación de la preparación deportiva en los deportes de tiempo y marca fueron empleados los métodos analítico-sintético, inductivo deductivo e histórico- lógico,

que permitieron establecer analogías entre resultados de investigaciones anteriores en otros deportes de tiempo y marca que pudieran satisfacer los requerimientos de la problemática en el triatlón, basándose fundamentalmente en los conceptos de técnica patrón, estándar e individual para la determinación del modelo referencial del rendimiento deportivo.

La práctica deportiva, en esencia, representa un experimento pedagógico de grandes proporciones en el transcurso del cual se crean, comprueban y valoran las más diversas variantes de estructuración del entrenamiento. La generalización de la experiencia práctica, la profundización en el estudio de formas racionales de estructuración del entrenamiento, el contenido, el volumen y distribución de las cargas del entrenamiento en una u otra etapa, sobresalen en su calidad de fuentes fundamentales de la teoría y metodología del entrenamiento. A manera de representación esquemática del proceso de gestión del entrenamiento se puede asumir la propuesta de Navarro, F (1996) (Ver esquema 1)[1]

Esquema 1. Ciclo de gestión del proceso de entrenamiento deportivo.



El esquema muestra la relación existente entre las acciones de control y análisis del rendimiento con el control y análisis del entrenamiento en una relación de causa-efecto. El enfoque tradicional de la evaluación del rendimiento deportivo centrado en el resultado, no es más que un enfoque reduccionista que limita la función correctiva del control. El resultado no es más que la expresión del proceso como agente causal, por tanto, se requiere que en la concepción de los indicadores de evaluación del resultado deportivo se exprese la esencia misma del

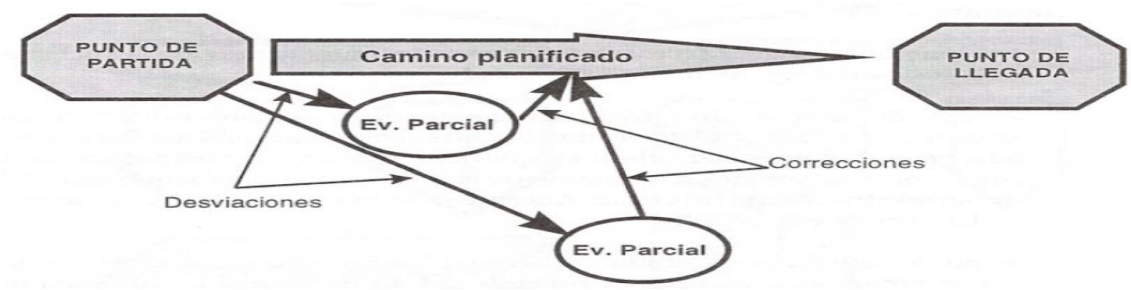
[1] Navarro, F. (1996). *Hacia una conceptualización del entrenamiento deportivo (Caso de deportes cíclicos)*. RED- Revisa de Entrenamiento Deportivo, X (3), 17-24.

proceso realizado, para así poder establecer los ajustes en la determinación de los nuevos objetivos y metas.

El carácter pedagógico del control está dado por la retroalimentación en forma de enlace de retorno, que le permite al entrenador obtener información, esto posibilita conocer cómo marcha el proceso y en caso de ser necesario rectificar su dirección. Para ello debe registrarse toda la información sobre el deportista acerca de la variación de su capacidad de trabajo, del estado del organismo durante el entrenamiento, el nivel de desarrollo de las cualidades físicas, el grado de dominio de la técnica de los movimientos, la magnitud de la carga y el cambio de los resultados deportivos. Zatsiorski, V.M (1989)[2].

Considerando todos los aspectos a controlar, es que se puede comprender que el control tiene carácter procesal, ya que todas estas variables sólo sufren variaciones heterocrónicamente. La importancia de la sistematicidad en la concepción del control del entrenamiento se puede interpretar desde el esquema 2:

Esquema 2. El control del entrenamiento deportivo como sistema. García Verdugo, M (1997)[3]



En este esquema, el concepto punto de llegada debe relacionarse con el resultado deportivo, así que en el mismo queda claramente expresada la relación causa-efecto que se manifiesta entre los conceptos resultado deportivo- proceso de entrenamiento.

---

[2] Zatsiorski, V. M. (1989) *Fundamentos teóricos de la metrología deportiva*. ***En su:*** Metrología deportiva. Moscú. Editorial Planeta. P 9-14.

[3] García Verdugo, Mariano; Leibar Xabier (1997) *Evaluación del entrenamiento en las carreras de resistencia.* ***En su:*** El entrenamiento de la resistencia de los corredores de medio fondo y fondo. Madrid. Editorial Gymnos. 1997. P 261-275.

Debe tenerse claro que como proceso pedagógico, el objetivo central del proceso de entrenamiento es el resultado deportivo, pero en sí mismo, esto no es más que la expresión cuantitativa del resultado de un aprendizaje, como objetivo central de toda la amplia gama de acciones educativas llevadas a cabo durante toda la preparación del deportista para su desarrollo actual y ulterior. El aprendizaje entonces, es la categoría compatible con el objetivo general del proceso pedagógico especializado del entrenamiento deportivo, y que puede relacionarse directamente con la adaptación funcional.

Los fundamentos sobre los cuales descansa todo proceso pedagógico contemporáneo abordan la problemática de la evaluación desde su función formativa. El diseño del sistema de evaluación del aprendizaje implica un análisis de su objeto como un asunto central. Dicho análisis parte de los objetivos y contenido de enseñanza, ambos orientan lo que se debe evaluar, pero en rigor, no constituyen el objeto. Ellos (objetivos y contenido) informan sobre el aprendizaje al que se aspira y sus cualidades, pero el objeto de evaluación es el aprendizaje mismo: su proceso y resultados. González Ferrer, M (2002)[4]

En el caso del entrenamiento deportivo, este enfoque requiere de una necesaria analogía que permita construir una base conceptual operativa para resolver las problemáticas evaluativas. Por tanto, al planificar la evaluación hay que clarificar, *que se entiende por aprendizaje* y debatir sobre los indicadores que pueden informar con la mayor objetividad posible sobre dicho aprendizaje, teniendo en cuenta el objetivo del proceso de preparación y el contenido del mismo así como las regularidades que caracterizan ese aprendizaje. Entonces, el resultado deportivo, o punto de llegada, no es más que el criterio evaluativo del proceso de preparación deportiva, que debe reflejar objetivamente la naturaleza de los cambios adaptativos producidos por la sistematicidad de la acción de los medios de entrenamiento en el tiempo en que van ocurriendo, y eso es lo que debe reflejar la evaluación.

---

[4] González Pérez, Miriam (2002) *La evaluación del aprendizaje*. ***En****:* La evaluación del aprendizaje en la Educación Superior. La Habana: CEPES. Pags 1-16.

En las investigaciones prácticas surge con frecuencia la necesidad de describir aproximadamente el diagrama de dispersión de los datos de dos variables relacionadas para estudiar la interrelación entre ellas. La elipse de correlación que se forma entre ambas puede ser sustituida por una ecuación de regresión en línea recta que responde a la fórmula **(y = a + b* x)**. Zatsiorski, V.M (1989)[5]

La posibilidad de la existencia de ecuaciones de regresión entre las disciplinas atléticas objeto de estudio, ha bridado herramientas metodológicas para llevar a cabo estudios de predicción de resultados y de evaluación de procesos.

En el atletismo se han hecho muchas investigaciones acerca de la evaluación de los resultados deportivos, teniendo en cuenta la dinámica evolutiva de los mismos, y con la intención de perfeccionar las estrategias de preparación deportiva a largo plazo. Sin embargo, son pocos los estudios realizados desde esta óptica, encaminados a resolver los propios procesos de preparación deportiva en su plano interno. En la Escuela Internacional de Educación Física y Deportes de Cuba, durante el año 2005, se llevaron a cabo una serie investigaciones en las disciplinas de medio fondo y fondo, tomando como referencia a la élite mundial para intentar evaluar el comportamiento por edades de la resistencia especial como dirección determinante del rendimiento deportivo, con la intención de profundizar en su concepción de planificación a largo plazo para asumir decisiones válidas como estrategia de continuidad en el deporte. (Alvarado, E; Cañete, P; Álvarez, M; Sghina, M; Moreno, V; Useda, S; entre otros; 2005)[6]

Este proyecto de investigación abarcó 8 de las 12 disciplinas que integran el programa olímpico de carreras atléticas de medio fondo y fondo y se apoyaron en la determinación del Índice de Resistencia Especial como indicador para evaluar el nivel de adaptación funcional específica a una disciplina atlética tomando como base la diferencia entre los resultados entre la distancia de competencia y la

---

[5] Zatsiorski, V.M (1989) *Fundamentos teóricos de la metrología deportiva.* ***En su****:* Metrología deportiva. Moscú. Editorial Planeta. P 9-14.

[6] Alvarado Ramos, E (2005) *Dinámica del índice de resistencia especial en los corredores de elite en los 5000m masculino, en la etapa de perfeccionamiento profundo.* EIEFD: Trabajo de Diploma.

distancia inferior, según las ecuaciones de regresión propuestas por Ballesteros (1990)[7] para las disciplinas atléticas de medio fondo y fondo.

Como una de las conclusiones fundamentales de este proyecto quedó evidenciada la validez de este procedimiento para la evaluación procesal de la preparación del deportista con un enfoque a largo plazo, lo cual le confiere potencialidades metodológicas para su implementación en la problemática a resolver en esta investigación.

Estas no fueron más que una de las muchas intenciones de perfeccionamiento de procedimientos de evaluación de los resultados deportivos objetivamente medibles Zatsiorski V.M (1989)[8]. No obstante, en la mayoría de los casos las ecuaciones de regresión se han implementado en aras de ganar la mayor exactitud posible en la predicción de los resultados. En este sentido, se han utilizado tanto ecuaciones de regresión lineal, (por ejemplo en el caso citado anteriormente), como ecuaciones de regresión exponencial o logarítmicas.

La tendencia actual del sistema competitivo en el triatlón, tanto en copas del mundo como en copas regionales y continentales, así como la marcada tendencia del Comité Olímpico Internacional (IOC por sus siglas en inglés) ha marcado una tendencia creciente a la inserción del triatlón sprint. Esta tendencia ha dado lugar a una creciente participación de triatletas de élite mundial en ambas distancias, originando una gran cantidad de información sobre los rendimientos competitivo en cada una de ellas, lo cual es una premisa base para establecer relaciones de interdependencia entre ellas.

Al igual que en las investigaciones realizadas en atletismo de medio fondo y fondo, se deben concebir los tiempos realizados en una y otra distancia como indicadores del proceso de preparación, tanto como objetivos parciales como objetivos generales o finales del mismo.

El análisis de relatividad entre las manifestaciones citadas le permite a los entrenadores como directores de proceso, identificar las fortalezas y debilidades

---

[7] Ballesteros José Manuel (1990) *Carreras de Medio Fondo y Fondo* Capítulo 3. ***En:*** Atletismo: Marcha y carreras. Bravo Ducal, J. Madrid: RFEA. P 81-177.

[8] Zatsiorski, V.M (1989) *El pronóstico y la selección en el deporte*. ***En su:*** Metrología deportiva. Moscú. Editorial Planeta. P 278-297.

de sus atletas y poder corregirlas en el plazo prudencial en el que puedan ser mejoradas, o de lo contrario, en la decisión de migrar a una distancia competitiva superior, para resolver esa disyuntiva. Pero sobre todo, pronosticar con alto nivel de certeza, el rendimiento o marca potencial que el atleta está en condiciones de realizar en la distancia para la cual se prepara. La determinación de esta marca potencial o tiempo posible, constituye un indicador relativo, pues relaciona una variable parte (la marca en una distancia que refleja el cumplimiento de un objetivo parcial que determina el siguiente) con la variable todo (la cual refleja la marca en la distancia que constituye el objetivo general y que está directamente determinado por el anterior).

Por supuesto, que el triatlón como deporte de resistencia de larga duración que incluye en sus sistema competitivo dos distancias: una con expresión de su estructura de rendimiento como RDL II (triatlón sprint) y otra con expresión de RDL III (triatlón olímpico) cuenta con las mismas potencialidades para realizar estudios similares al patrón metodológico que aportan estas investigaciones en las disciplinas atléticas de medio fondo y fondo del atletismo y que se convierten en los antecedentes fundamentales para la solución de la problemática detectada, bajo un paradigma de evaluación centrado en el proceso; de forma consecuente con los presupuestos estudiados acerca de la necesidad de expresión de la función formativa en la evaluación deportiva como proceso pedagógico.

Para el diagnóstico de la situación actual se utilizó como método empírico la encuesta a cinco miembros del equipo técnico de la Federación Cubana de Triatlón. El cuestionario abordó tres interrogantes relacionadas con el procedimiento de evaluación del rendimiento deportivo que se aplica en la actualidad en el equipo nacional masculino de triatlón, utilizándose como técnica de procesamiento la distribución empírica de frecuencias por los ítems elaborados.

Los resultados de su aplicación permitieron determinar que, considerando el factor de prioridad en el ordenamiento de los criterios empleados para la evaluación del resultado deportivo, el de mayor predominio para en el triatlón cubano, es el del porcentaje de ubicación del lugar alcanzado en la competencia con respecto al pronóstico, lo cual está influenciado directamente por la dirección de la exigencia

de los niveles administrativos superiores de evaluación del rendimiento deportivo. En cuanto a los niveles de correspondencia entre el paradigma evaluativo respecto al proceso, predomina la tendencia a considerar que hay poca o ninguna correspondencia (80 % de los encuestados), toda vez que refieren que sus triatletas han cumplido con casi la totalidad de los objetivos planteados y con buenos indicadores biomédicos y psicológicos y sin embargo, en la mayoría de los casos no logran ubicaciones de relevancia en el ejercicio competitivo ni logran puntuar en las competencias. La totalidad de los encuestados consideró necesario un perfeccionamiento del sistema de evaluación vigente.

Para ello se empleó el método de estudio de documentos oficiales como método cualitativo indirecto en la revisión del sistema de evaluación del rendimiento deportivo que aplica la ITU y en la localización de las bases de datos en los ranking ITU del 2011 al 2015 para la determinación del modelo referencial del rendimiento deportivo como técnica patrón que caracteriza a la élite mundial. La condición de pertenecer a la élite mundial se estableció como necesidad de que sea una muestra representativa del patrón ideal de rendimiento deportivo, referente para reproducir modelos de conducta competitiva exitosos, tal y como plantean Kutznezov y Novikov, citados por Zatsiorski (1989)[9] acerca del establecimiento de las características modelo para el logro de altos resultados. Mientras, la condición del período histórico 2011-2015 fue establecida a partir de identificar al año 2011 como el primero donde se incluyó por primera vez la distancia sprint como parte del sistema competitivo de Copas del Mundo.

En consecuencia, fueron localizados aquellos que lograron ubicarse ente los 200 primeros del ranking ITU entre el 2011 y 2015, siendo estudiada una población de 454 triatletas del sexo masculino y para la determinación de la relación temporal de referencia entre las dos distancias como condición básica de la investigación, fueron seleccionados mediante un muestreo intencional no aleatorio, aquellos que cumplieron la condición de mostrar marcas en ambas distancias en el ranking ITU, por lo que fueron procesados 109 triatletas.

---

[9] Zatsiorski, V. M (1989) *El pronóstico y la selección en el deporte*. ***En su:*** Metrología deportiva. Moscú. Editorial Planeta. P 278-297.

Este modelo referencial se logró mediante la aplicación de los estadígrafos de tendencia central (media aritmética) y de dispersión (rango de amplitud total y desviación estándar) para la caracterización del rendimiento deportivo de la élite mundial en las distancias del triatlón olímpico y sprint mediante una hoja de cálculo Microsoft Excel. En la muestra estudiada, al aplicar el procesamiento estadístico, se lograron los siguientes resultados que aparecen reflejados en la tabla 1:

Tabla 1. Resultados de la determinación de los estadígrafos de tendencia central y dispersión (media aritmética, amplitud total y desviación estándar) en los resultados deportivos de Triatlón Olímpico y Triatlón Sprint.

Estadígrafos	X	s	R
Triatlón Olímpico	1º49’40”05	4’14”59	1º45’25”8---1º53’54”2
Triatlón Sprint	53’43”96	2’24”19	51’19”77---56’08”15

La diferencia entre el valor promedio entre la distancia olímpica y distancia sprint localizada en esta muestra de élite mundial, equivalió a 55 minutos con 56 segundos. Ello demuestra que se manifiestan al menos, dos minutos y 13 segundos de pérdida en la segunda parte de la prueba cuando se realiza un triatlón olímpico, lo cual equivale a una disminución de la intensidad del ejercicio que corresponde plenamente con la caracterización realizada a partir de la estructura de rendimiento de la resistencia de larga duración, toda vez que en el ejercicio de Resistencia de Larga Duración III, se comienza a imponer el metabolismo lipídico (β oxidación de los ácidos grasos) como fuente energética y la productividad total en la producción de ATP disminuye ligeramente con respecto a la oxidación de glucógeno.

A partir del análisis anterior, se procedió a determinar la interrelación estadística entre los conjuntos de datos de resultados deportivos en Triatlón Olímpico y Triatlón Sprint, (valores de **n=** 109 en ambos conjuntos), los cuales fueron procesados en el programa estadístico Stat Graphics Plus 5.1.

El resultado de la ecuación de regresión simple **(y = a + b* x)** fue el siguiente:

y = 4508,58 + (0.642521 * x) para p= 0,0001

Donde: y= Tiempo en segundos en Triatlón Olímpico (t TO)

X= Tiempo en segundos en Triatlón Sprint (t TS)

Puede plantearse entonces, la siguiente ecuación de regresión como indicador relativo del rendimiento deportivo en el triatlón olímpico para definir la marca potencial:

t TO = 1º15’08” + (0.642521* t TS)

Esta ecuación de regresión permite determinar el pronóstico del resultado deportivo en el triatlón olímpico como objetivo general del proceso de preparación del triatleta, considerando la marca en el triatlón sprint como el valor potencial del rendimiento según el cumplimiento del objetivo parcial que lo determina directamente como condición previa. La comparación entre el resultado potencial con el real, le confiere un carácter mucho más objetivo al proceso de evaluación del rendimiento, ya que se parte del mismo proceso que lo determina y permite establecer las correcciones necesarias en la preparación específico- competitiva del triatleta.

Durante el macro ciclo 2015-2016, los triatletas cubanos que conformaron la preselección nacional no pudieron ser evaluados mediante este procedimiento al no competir en la distancia olímpica, por lo que no ha sido posible validar de forma práctica el mismo, de forma tal que se propone su implementación a partir del ciclo olímpico 2017-2020.

CONCLUSIONES

1. Los antecedentes metodológicos en los deportes de tiempo y marca demuestran la factibilidad de la aplicación de ecuaciones de regresión para determinar tiempos posibles como vía para la evaluación procesal del rendimiento deportivo.
2. El estado actual de los criterios acerca de la evaluación del rendimiento deportivo por parte de los profesionales que actúan directamente sobre el objeto, demostró que el paradigma actual no permite que se manifiesten dos propiedades esenciales de la evaluación: objetividad y justeza, ya que no existe correspondencia entre el criterio del proceso y del resultado.
3. El modelo referencial del rendimiento deportivo de élite mundial se elaboró a partir de los estadígrafos de tendencia central y dispersión entre el

rendimiento entre triatlón olímpico y triatlón sprint localizados en una muestra de los mejores triatletas del ranking ITU entre 2011 y 2015.

4. La determinación de la Marca Potencial se logró mediante la aplicación del estadígrafo descriptivo de interrelación hasta la formulación de la ecuación de regresión simple entre las variables Triatlón Olímpico (Objetivo General) y Triatlón Sprint (Objetivo Parcial) que garantiza el perfeccionamiento de la evaluación del rendimiento deportivo en el triatlón cubano.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alvarado Ramos, E (2005) *Dinámica del índice de resistencia especial en los corredores de elite en los 5000m masculino, en la etapa de perfeccionamiento profundo.* EIEFD: Trabajo de Diploma.
2. Bentley, D.J.; Millet, G.P.; Vleck, V.E.; McNaughton, L.R. (2002). *Specific aspects of contemporary triathlon: implications for physiological analysis and performance*. Sports Med. 32(6):348-59
3. Bravo Ducal, Julio (1990) *Atletismo: Marcha y carreras.* Madrid: RFEA. P-256.
4. Billat, V (2002) *Fisiología y metodología del entrenamiento.* Barcelona: Editorial Paidotribo. Pag 345.
5. Di Prampero, P. E. (1986). *The energy cost of human locomotion on land and in water.* Int J Sports Med, *7*(2), 55-72.
6. García Verdugo, Mariano; Leibar Xabier (1997) *El entrenamiento de la resistencia de los corredores de medio fondo y fondo.* Madrid. Editorial Gymnos. 1997. P 451.
7. González Pérez, Miriam (2002) *La evaluación del aprendizaje en la Educación Superior.* La Habana: CEPES. P-89.
8. Miura H., Kitagawa K. , Ishiko T. (1997). *Economy during a simulated laboratory test triathlon is highly related to Olympic distance triathlon*. Int. J. Sports Med. 18(4):276-80.
9. Navarro, F. (1996). *Hacia una conceptualización del entrenamiento deportivo (Caso de deportes cíclicos)*. RED- Revisa de Entrenamiento Deportivo, X (3), 17-24.

10. Platonov, V. N (1988) *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo.* Barcelona, Editorial Paidotribo. (VI Edición). P-298.
11. Romero, A; Quintana A; et.al (2016) *Programa integral de preparación del deportista Triatlón*. INDER: La Habana, Cuba. P-109.
12. Zatsiorski, V. M (1989) *El pronóstico y la selección en el deporte.* ***En su****:* Metrología deportiva. Moscú. Editorial Planeta. P 298.

Título: La velocidad aeróbica máxima en el patinaje de carreras.

Autor: Jesús León Lozada Medina, jesusleon.lm@gmail.com

País: Venezuela

Resumen:

El patinaje de velocidad es un deporte conocido en todo el mundo, sin embargo, muy pocos estudios respaldan una pendiente de evolución estable, siendo escasos los trabajos que abordan su interpretación funcional, debiendo en ocasiones tomar información del patinaje de velocidad sobre hielo, teniendo características técnicas símiles. Por lo tanto, el presente trabajo pretendió realizar una indagación sobre los estudios en patinadores de velocidad orientados a proponer una alternativa a la evaluación de la VAM y su posterior uso como herramienta para la programación del entrenamiento, por lo tanto se propone un test validado denominado test barinas, con fórmulas de estimación de VO2 máx (con un r2: 89,9%) mediante la regresión lineal VO2máx: 126,45 + (-0,212) * (x), así como la alternativa para estimar la VAM = Vuelta promedio + vuelta rápida / 2. En conclusión las alternativas para la estimación de la VAM en pista se consideran adecuadas para la población en estudio así mismo se recomienda según profundizando el estudio de esta disciplina deportiva para ampliar las bases científicas del mismo.

Título: La zona III de intensidad en pesistas de categoría escolar 15-16 años del sexo femenino.

Autor: Dr. C. Francisco Núñez Aleaga

Coautores: EPG: Luis Ramón López Pérez

EPG: José Tamayo Soler

Municipio: Facultad de Cultura Física. Granma

País: Cuba

RESUMEN

En el levantamiento de pesas, desempeña un importante papel la correcta planificación y control de los parámetros de la carga, lo cual representa un elemento muy eficaz para determinar el volumen de trabajo que recibe el atleta y proyectarse hacia altos resultados deportivos. La presente investigación tiene como objetivo describir la planificación y control de los parámetros de la carga en el periodo competitivo en laspesistas de Granma participantes en los Juegos Nacionales Escolares del curso 2014-2015. Durante el proceso de investigación se tuvo en cuenta los test pedagógicos, las competencias y las evaluaciones de cada test de acuerdo al porciento que indicaba la curva de rendimiento, el resultado del último test se comparó con los anteriores y permitió evaluar la efectividad del entrenamiento así como los resultados deportivos

Palabras claves: parámetros de de la carga, índices, ejercicios clásicos, periodo competitivo

Introducción

El estudio de los parámetros de la carga, los resultados del biatlón y su incremento es un contenido de gran importancia para el trabajo de los entrenadores y no deja de ser un tema de estudio para los investigadores, en Luchkin, N. (1940), aborda la contabilidad de la carga en el trabajo de fuerza por tonelaje, también Voroviev., A. (1972), trata el trabajo diferenciado en cuanto a la planificación de fuerza según el periodo de entrenamiento, por otra parte Román, R. (1964) y Chernick. A.

(1978), realizan investigaciones sobre el control del trabajo de fuerza a través del numero de repeticiones.

Se considera que conocer los parámetros de la carga y los pronósticos reales en el incremento del biatlón da una vía a los entrenadores sobre una posible ubicación en la competencia y también ir evaluando los resultados máximos en las diferentes etapas de entrenamiento. En la actualidad muchos entrenadores de levantamiento de pesas fundamentan su entrenamiento hacia una sola forma de planificación en la que se incluye la dinámica del biatlón, sin embargo otros entrenadores no se basan en esta, pero si evalúan el incremento mediante la curva de crecimiento, por otra parte el programa de preparación del deportista orienta el entrenamiento de los pesistas hacia objetivos concretos, pero hacia una meta que se contradice con los resultados que se deben alcanzar en el tiempo planificado.

1. Desarrollo

La investigación se desarrolló en la EIDE "Pedro Batista Fonseca" en la provincia de Granma, se seleccionó de forma intencional una muestra de seis (6) atletas del sexo femenino en la categoría 15-16 años, Se utilizaron las técnicas de búsqueda y recopilación bibliográfica, fueron utilizados también los métodos (análisis-síntesis, inducción-deducción, abstracción-concreción). Como método general: la modelación, como método particular: el método sistémico estructural funcional. Se utiliza el método cualimétrico: criterio de especialistas del más alto nivel de conocimientos y vivencias en la práctica social.

Los resultados de las atletas reflejan las características de este deporte, los cuales aún se encuentran en la primera etapa de desarrollo de la dinámica del biatlón, en la que es predominante el bajo estadio de maduración sexual que presentan las deportistas de estas categorías; factores necesarios y determinantes en el desarrollo de la fuerza, además del crecimiento acelerado del sistema osteomuscular como parte del estirón de la pubertad y los objetivos específicos de esas categorías de edades que, fundamentalmente predomina el aprendizaje de la técnica de los ejercicios con pesas y la preparación física multilateral, pero que se caracteriza por el aumento acelerado de los resultados.

En la tabla 1 se observa el porciento de repeticiones de arranque del total para el mesociclo planificado a las atletas de la categoría 15-16 años en la provincia de Granma, está en correspondencia con las indicaciones emanadas del Programa Integral de Preparación del Deportista, y en relación a las necesidades de las atletas de perfeccionar la técnica y de lograr una correlación adecuada entre los resultados de los ejercicios competitivos.

Tabla 1. Indicadores del volumen de carga recibida por las atletas escolares 15-16 años de Granma en el ejercicio arranque.

Atletas	**% de repeticiones del total del meso**	**Total de repeticiones de arranque en el meso**	**Tonelaje**	**KV**
1	30%	330	10890	23100
2	31%	341	6479	25575
3	30%	330	7260	24750
4	30%	330	10230	24750
5	31%	357	9996	25347
6	30%	345	16560	24150
Mínimo	30%	330	6479	23100
Máximo	31%	357	16560	25347
Promedio	30,3%	339	10170	24514,8

Los valores porcentuales de repeticiones mostrados en la tabla No. 1oscilan entre 30% y 31%, realizando como promedio entre todos los atletas el 30,3% de las repeticiones de arranque planificadas para este meso, lo cual se ampara en la necesidad de perfeccionar un elemento que dese el punto de vista técnico se considera como complejo, además de ser el arranque el primer ejercicio en la competencia y lleva por consiguiente una carga psicológica adicional.

Respecto al total de repeticiones del meso muchos autores han emitido criterios que están alrededor de los orientados por el Programa Integral de Preparación del Deportista, en el cual las tablas elaboradas con este objetivo por el profesor Marcelino del Frade plantean realizar en el periodo competitivo un volumen denominado como mínimo o pequeño y en correspondencia con la cantidad de micros que posea el meso.

Autores como Vorobev, A (1967), plantea que deben oscilar entre 500 y 900 repeticiones; Román, A (1970), señala que se deben realizar alrededor de 750 repeticiones y que varía entre 650 y 850; Matviev, L. (1970), plantea que los pesistas se deben dividir en dos grupos, de acuerdo a sus resultados deportivos, los de más calidad deben realizar de 900 a 1 000 repeticiones y los de menos calidad de 600 a 700 repeticiones en el período competitivo.

En 1972, la Comisión Técnica Nacional de Levantamiento de Pesas en Cuba, propuso realizar en el período competitivo de 500 a 700 repeticiones.

Como hemos visto, no hay un criterio único entre los diferentes autores en cuanto al volumen de la carga en el mes competitivo, pero vemos como en los últimos años hay una tendencia hacia la evolución del volumen de trabajo,producto del aumento de las sesiones del entrenamiento en la semana y en el mes.

El equipo femenino de Granma realizó un promedio 339 repeticiones para el ejercicio arranque, haciendo como mínimo 330 repeticiones y como máximo 357 repeticiones.

El tonelaje que es la suma total de kilogramos que se realizan en un ejercicio, semana, mes o año y que se haya multiplicado el peso por las repeticiones, nos señala de forma absoluta el volumen de trabajo realizado por las atletas. Este se comportó en 10170 Toneladas como promedio, manifestando los valores individuales entre 6479 como tonelaje mínimo y hasta un máximo de 16560 toneladas;valores que consideramos como adecuados teniendo en cuenta la edad de las practicantes. Respecto a este indicador varios autores han emitido criterios y algunos como Vorobev, A. (1964); Medvedev, A (1966) y Román, R. (1974) coinciden en que el tonelaje nos da una idea de la carga que recibe el atleta pero no es tan objetivo como para depender únicamente de él.

Al multiplicar la Intensidad Media Relativa (IMR) por la cantidad de repeticiones pudimos determinar el coeficiente de volumen de la carga realizada por las atletas, este indicador nos permitió conocer de forma relativa el volumen de trabajo realzado por las atletas en un ejercicio, entrenamiento, semana, mes o año. Sirve además para comparar en volumen de trabajo realizado entre dos atletas de

diferente resultado. En las atletas de Granma este valor se comportó entre 23100 y 25575.

Entre los indicadores observados en la tabla No. 2 se encuentra la intensidad media relativa en el ejercicio arranque, que es el porcentaje que representa el peso medio, en relación con el peso máximo de cada deportista en este ejercicio.

Los valores utilizados oscilan entre 70 y 75 % empleándose como promedio en todas las atletas una intensidad media relativa de 73,3 %; la constante de intensidad utilizada para desarrollar la planificación del meso competitivo en estas atletas Granmenses fue de 65 % que es un valor adecuado a esa categoría de edad según el criterio expuesto por Del Frade, M. y Colaboradores (2013).

Tabla 2. Indicadores de la intensidad de la carga recibida por las atletas escolares 15- 16 años de Granma en el ejercicio arranque.

Atletas	**IMR**	**Constante**	**PM**	**% repeticiones zona #3**	**% repeticiones zonas # 4 y 5**
1	70	65	33	41	28
2	75	65	19	32	49
3	75	65	22	32	49
4	75	65	31	32	49
5	75	65	28	32	49
6	70	65	48	41	28
Mínimo	70	65	22	32	28
Máximo	75	65	48	41	49
Promedio	73,3	65	30	35	42

En el ejercicio arranque las atletas objeto de estudio utilizaron una intensidad absoluta que es expresada en el peso medio levantado por cada una de ellas como se observa en la tabla 2, aquí vemos que tuvo un valor promedio de 30Kg, siendo el Peso Medio (PM) menor expresado el utilizado por la atleta número dos (2) y sorprendentemente fue la atleta que al valorar el aumento del resultado

máximo en este ejercicio fue la de mayor incremento. El valor máximo de PM es el utilizado por la atleta número 6, que de hecho fue la de menor incremento en los resultados máximos al final del ciclo.

Esto corrobora el criterio del profesor Marcelino del Frade de que lo más importante en la preparación es el incremento progresivo y racional del peso medio.

Siempre los autores han coincidido en que la zona 3 influye en el desarrollo de la fuerza rápida y la zona 4 contribuye al desarrollo de la fuerza máxima y el perfeccionamiento de la técnica

La zona 3, es la zona de trabajo que se enmarca en los porcientos del 71% al 80% y en ella se emplearon la mayor cantidad de ejercicios especiales y las combinaciones de estos. Como promedio las atletas realizaron el 35% de las repeticiones de arranque en esta zona, y esto contribuyó a que el nivel técnico de las atletas incrementara a niveles satisfactorios que permitieron levantar los pesos esperados y recibir una calificación técnica en la competencia nacional que las catapultó al primer lugar por provincias. Las atletas que realizaron el porciento menor en esta zona de trabajo ejecutaron el 32% de las repeticiones de arranque, y a las que se le planificó el mayor porciento realizaron el 41%. El Programa de Preparación del Deportista plantea para la IMR del 70% tres variantes a realizar en zona 3, un variante A: (15-22) es decir 37%, una variante B: (21-23) 44%, y una variante C: 33 %.

Lo anteriormente planteado corrobora que las atletas de Granma se encontraron en los rangos de % lógicos para esta zona de trabajo.

Un trabajo excesivo en las zonas 4y5 puede ser muy perjudicial para las atletas y fundamentalmente en las practicantes noveles. Las atletas de la categoría 15-16 años de Granma realizaron como promedio el 42 % de las repeticiones de arranque en esta zona de trabajo, pero siempre realizando casi todo este por ciento en los primeros pesos de la zona 4. Es importante destacar que la zona de trabajo 5 la contemplamos solo hasta el 95 % del resultado máximo realizado por las atletas al inicio del curso.

Como se observa en la tabla No. 3. Los resultados máximos de arranque al comenzar el curso escolar oscilaban entre25Kg y 69Kg, teniendo un valor promedio de 41,6Kg que es un resultado discreto si se tiene en cuenta el nivel alcanzado por las levantadoras féminas de la categoría escolar en Cuba.

Individualmente los resultados proyectados para cada atleta oscilaron entre 35 y 74 Kg, con un valor promedio de 46Kg; todos ellos planificados según la dinámica del biatlón de cada niña y teniendo en cuenta los años de entrenamiento y los porcientos planteados según las tablas de dinámica de biatlón de cada ciclo olímpico elaboradas por la Comisión Nacional de este deporte.

Tabla 3. Resultados máximos alcanzados por las atletas escolares 15- 16 años de Granma en el ejercicio arranque.

RESULTADOS MÁXIMOS DE ARRANQUE				
Atletas	**Real de inicio (Kg)**	**Resultado Proyectado (Kg)**	**Resultado Final (Kg)**	**Incremento Resultado Máximo (Kg)**
1	47	50	57	10
2	25	29	44	19
3	30	35	46	16
4	42	48	60	18
5	37	43	50	13
6	69	74	73	4
Mínimo	25	29	44	4
Máximo	69	74	73	19
Promedio	41,6	46	55	13,3

Es importante destacar que cuando se realizó el proyecto de pronósticos para el curso que ahora es objeto de investigación, las atletasen sus resultados proyectados no cumplen con los niveles esperados según la curva de dinámica del biatlón con relación a las normas de categorías élite.

El resultado final o resultado en la competencia fundamental de la categoría, expresa los valores alcanzados por las niñas en este ejercicio de arranque y que en la mayoría de los casos supera el pronóstico planteado para cada atleta en su

dinámica, es importante destacar en este aspecto, que no se desarrolló una mala estrategia de incremento de los pesos entre cada intento ni en los pesos de salida, sino que las atletas tuvieron una evolución tan grande durante el desarrollo de la preparación que a los pesos que supuestamente eran de salida en la competencia los ejecutaban con semidesliz, por lo que para la competencia se les reajustó el porciento a cumplir; ya que, según el Programa Integral de Preparación del Deportista, a las atletas se les debe establecer un objetivo que debe corresponder a las posibilidades del atleta de acuerdo con el nivel de entrenamiento dado e inclusoque el deportista pueda rebasarlo.

Según Román, I. (1980) la dinámica de las cargas en el periodo competitivo constituye la base del entrenamiento, es decir, es lo fundamental para lograr una adecuada relación ente el trabajo y el descanso, con el objetivo de elevar la capacidad de trabajo y lograr una óptima preparación para la competencia. En este sentido entre los parámetros de carga recibidos por las atletas escolares de Granma, se encuentra el por ciento de repeticiones de envión que se realizaron del total del meso. Aspecto que se observa en la tabla 4.

Tabla 4. Indicadores del volumen de carga recibida por las atletas escolares 15-16 años de Granma en el ejercicio envión

Atletas	**% de repeticiones del total del meso**	**Repeticiones de envión para el meso**	**Tonelaje**	**KV**
1	30%	330	12870	22440
2	29%	319	8294	23606
3	30%	330	9240	24420
4	30%	300	12000	22200
5	29%	334	11022	24716
6	30%	345	19665	23460
Mínimo	29%	319	8294	22200
Máximo	30%	345	19665	24716
Promedio	29.6%	326.3	12181.8	23473.6

El valor mínimo expresado es de 29 %y lo realizaron las atletas 2 y 5; el máximo porciento realizado fue de 30. De forma general no existieron variaciones significativas entre los porcientos realizados por las atletas, las que realizaron como promedio de forma general 29. 6 %. Estos indicadores están en el rango de los criterios e indicaciones planteadas en el Programa Integral del Deportista (PIPD) para el ciclo 2013-216, que recomienda que el volumen varíe dentro de un rango de un 20-30 % en levantadores de 15-16 años.

Las repeticiones de envión realizadas en el meso competitivo por las atletas de Granma oscilaron entre 319 y 345 para un promedio general de 326.3 repeticiones. De forma general ejecutaron un volumen de trabajo para el ejercicio clásico de envión que según él (PIPD) se denomina como mínimo o pequeño.

El envión es un ejercicio de técnica velocidad, y para su planificación durante el periodo competitivo o precompetitivo como le denominan algunos autores a este periodo en el levantamiento de pesas, se tiene en cuenta la distribución en cuanto a por cientos de las dos partes que lo componen (clín y envión desde el pecho), en dependencia de las características técnicas de cada una de las atletas se priorizaron unos u otros ejercicios especiales que contribuyen al perfeccionamiento de la técnica de su ejecución; siempre teniendo en cuenta que en este periodo el objetivo fundamental es ir modelando los aspectos fundamentales de la competencia por lo que se ubicó casi siempre como el segundo ejercicio en el orden de las actividades del entrenamiento diario de las atletas estudiadas.

Para planificar los volúmenes de carga anteriormente planteados se insistió en que uno de los aspectos más importantes que debe tener presente el entrenador, es que no todos los pesos que utiliza el deportista para realizar los diferentes ejercicios con la palanqueta influyen en la misma medida en el desarrollo de las capacidades físicas que en él son más necesarias; así como en el perfeccionamiento de la técnica de los ejercicios clásicos.

El tonelaje se comportó como promedio en 12181.8 toneladas con valores que oscilaron para las atletas entre 8294 y 19665, estos resultados no varían porcentualmente de forma significativa respecto al ejercicio clásico arranque si

tenemos en cuenta los pesos de resultado máximo que se alcanzan en el arranque olímpico respecto a los levantamientos máximos del envión.

En la medida que las atletas se acercaban a la competencia el tonelaje de los entrenamientos fue disminuyendo significativamente en los dos ejercicios clásicos.

El autor considera que la variación en el peso corporal, que ubica en categorías de peso diferentes a las atletas incide sustancialmente en la variación del tonelaje realizado por cada una de ellas, lo que está influido a su vez por los resultados máximos alcanzados por las levantadoras en cada uno de los ejercicios competitivos.

Es muy común ver a entrenadores que realizan tonelajes relativamente semejantes en las dos primeras semanas de entrenamiento en el periodo competitivo, para luego tener una reducción brusca en las dos últimas semanas próximas a la competición; todos plantean que esto garantiza una mantención de los niveles de capacidad de trabajo para realizar con mayor facilidad los levantamientos con pesos grandes en la competencia fundamental.

El coeficiente de volumen no tuvo variaciones significativas entre las atletas, manifestándose los valores entre 22200 y 24716 para un promedio general de 23473.6; esto significa que de forma relativa las atletas realizaron un volumen bastante similar.

En la tabla 5 se muestran los indicadores de la intensidad de la carga recibida por las atletas escolares 15- 16 años de Granma en el ejercicio envión, para este ejercicio clásico se utilizó una constante de 64 % de intensidad para la planificación de todas las atletas, aunque el resultado máximo realizado y el resultados máximo proyectado inciden en que los valores de IMR realizados se extiendan desde 68% hasta 74% entre una y otra atleta, pero como promedio se realizó una IMR de 72%.

Los valores de intensidad parecen altos si se observa el número a simple vista, pero en realidad los indicadores son muy pequeños si se tiene en cuenta que los pesos a partir de los que se planifica son los resultados máximos alcanzados por las atletas en el curso anterior, pero que se mantienen como resultados máximos para la planificación durante toda la preparación para garantizar que no se realicen

levantamientos con pesos excesivos en los entrenamientos y las competencias, sino que las atletas vayan evolucionando racional y progresivamente los resultados máximos a alcanzar en su dinámica de biatlón proyectada según la curva de rendimiento determinada individualmente para cada atleta.

Tabla 5. Indicadores de la intensidad de la carga recibida por las atletas escolares 15- 16 años de Granma en el ejercicio envión.

Atletas	**IMR**	**Constante**	**PM**	**% rep zona #3**	**% repeticiones zonas # 4 y 5**
1	68	64	39	44	19
2	74	64	26	33	42
3	74	64	28	35	44
4	74	64	40	35	41
5	74	64	33	33	42
6	68	64	57	44	19
Mínimo	68	64	26	33	19
Máximo	74	64	57	44	44
Promedio	72	64	37	37.3	34.5

Los pesos medios (PM) expresan de forma absoluta lo que se expone en el indicador anterior, siendo pesos muy cómodos para realizar por las atletas y que tendrán un incremento racional y progresivo durante todo el ciclo de preparación.

El Peso Medio es un valor que se debe determinar de la carga real realizada por la atleta y no del plan proyectado para el mesociclo o microciclo, pues los valores tienden a distorsionase cuando la atleta no cumple con la carga planificada, es decir, se debe controlar la carga realizada por la atleta para un periodo de preparación determinado.

El entrenador debe insistir en que la atleta no incremente irracionalmente los pesos del entrenamiento, pues lo más conveniente es el incremento racional y

progresivo del peso medio de entrenamiento durante todo el periodo de preparación.

La zona tres (3) de trabajo es comúnmente llamada por algunos autores cubanos como zona óptima de trabajo, este rango de por cientos de trabajo tiene una especial incidencia en el perfeccionamiento de la técnica y en el desarrollo de capacidades físicas especificas del levantador de pesas.

Las atletas 15-16 años en la provincia de Granma realizaron en la zona tres valores de repeticiones que oscilaron desde 33% hasta 44% el total de repeticiones planificadas para el meso; teniendo como promedio 37.3 % de trabajo en esta zona para el ejercicio clásico envión.

Los valores mostrados en la zona de trabajo del 70 al 79 % del resultado máximo de las atletas influyó directamente en el nivel técnico mostrado por las pesistas, endicha zona de trabajo se realizó como mínimo el 33% de las repeticiones y como máximo el 44% de las repeticiones del meso competitivo. Como promedio las atletas Granmenses realizaron el 37,3% de las repeticiones en este rango de trabajo, lo cual permitió un salto cualitativo en la ejecución técnica de los elementos competitivos un incremento significativo en el desarrollo de las capacidades físicas de las niñas investigadas.

Los porcientos de trabajo entre el 80% y el 89.9% de los resultados máximos en los ejercicios clásicos mostraron resultados importantes.En la tabla 5 se observan estos resultado unidos a los rangos de trabajo del 90% al 95% del resultado máximo, en estas zona de trabajo se realizaron como promedio 34,5 % de las repeticiones del meso; es importante destacarque la mayor cantidad de repeticiones se realizaron con los pesos correspondientes a la zona 4, ya que en los pesos que corresponden a la zona de trabajo 5 solo se realizaron por cientos de repeticiones entre el 1 y 2 %.

Tabla 6. Resultados máximos alcanzados por las atletas escolares 15- 16 años de Granma en el ejercicio envión.

RESULTADOS MÁXIMOS DE ENVIÓN				
Atletas	**Real de inicio (Kg)**	**Resultado Proyectado(Kg)**	**Resultado Final (Kg)**	**Incremento Resultado Máximo(Kg)**
1	57	61	68	11
2	35	40	54	19
3	38	44	58	20
4	55	63	70	15
5	45	52	65	20
6	83	89	93	10
Mínimo	35	40	54	10
Máximo	83	89	93	20
Promedio	52,1	58,1	68	15,8

En la tabla 6 se muestran los resultados máximos alcanzados por las atletas escolares 15- 16 años de Granma en el ejercicio envión, así como el resultado proyectado y el incremento respeto al peso que se controló como resultado inicial para desarrollar la preparación. Al inicio del curso las atletas levantaban como promedio 52,1 Kg en el ejercicio clásico envión y al finalizar la preparación en los Juegos Escolares Nacionales ya las atletas levantaban como promedio 68Kg, es decir, el incremento de forma general fue de 15,8kg.

La atleta de menor incremento fue la número 6, que solo incrementó 10 Kg respecto al resultado logrado en el curso anterior, en este aspecto cabe destacar que esta niña es la de mayor peso corporal y los valores de Masa Corporal Activa (AKS) estaban bajos respecto a las demás integrantes del equipo.

El mayor incremento en los resultados individuales lo muestran las atletas 3 y 5 con 20Kg respectivamente.

Al finalizar el periodo competitivo las atletas mostraron en el envión un resultado mínimo levantado en 54Kg y el resultado máximo levantado fue de 93Kg, de forma individual los resultados en los ejercicios clásicos les permitió acceder al podio de premiación y lograr como equipo el primer lugar por provincias.

Tabla 7 Resultados del Coeficiente de correlación de Pearson sobre la variable dependiente Incremento del Resultado máximo en Kg. Ejercicio arranque.

Variables independientes	r
% de repeticiones del total del meso	0,366
Total de repeticiones de arranque en el meso	-0,279
Tonelaje	-0,899
PM	-0,888
% repeticiones zona #3	-0,869
% repeticiones zonas # 4 y 5	0,869

Los resultados muestran una alta correlación negativa del Peso Medio, Tonelaje y las Repeticiones en la zona 3 sobre el Incremento, o sea, en la muestra estudiada a mayor Peso Medio, Tonelaje y el porciento de repeticiones en la zona 3, menor fue el incremento del Resultado Máximo. Lo contrario ocurre con las repeticiones en las zonas 4 y 5 aquí se observa una alta correlación pero con signo positiva, esto se traduce en que a mayor cantidad de repeticiones en la zona 4 y 5 mayor fue el incremento del Incremento del Resultado máximo en Kg al final del macrociclo.En los caso del porciento de las repeticiones del total del meso y el total de repeticiones del meso el valor de la correlación fue cercano a 0, por lo que se considera casi una correlación casi nula.

Tabla No.8 Resultados del Coeficiente de correlación de Pearson sobre la variable dependiente Incremento del Resultado máximo en Kg. Ejercicio envión.

Variables independientes	r
% de repeticiones del total del meso	-0,626
Total de repeticiones de arranque en el meso	-0,231
Tonelaje	-0,832
PM	-0,855
% repeticiones zona #3	-0,855
% repeticiones zonas # 4 y 5	0,932

En el caso del envión se observan al tos niveles de correlación negativa en casi todas las variables, lo que significa que a mayor valor de estas variables independientes disminuye el incremento del resultado máximo para la muestra estudiada; solo el total de repeticiones, que tiene una valor cercano a cero y, por tanto el tipo de correlación se puede considerar casi nulo. La otra correlación es las repeticiones en zona 4 y 5 con el incremento del resultado máximo, donde el

valor de r es cercano a 1, casi perfecta, en este caso a mayor cantidad de repeticiones en zona 4 y 5 mayor incremento de los resultados máximos.

CONCLUSIONES

Se demuestra la importancia que tienen los índices de la carga como un medio para la planificación y control de los parámetros de entrenamiento en las atletas escolares de levantamiento de Pesas, así como el comportamiento de los índices de la carga física recibida por las atletas y la influencia de estos indicadores en el incremento significativo de los resultados deportivos.

Recomendaciones

Continuar el perfeccionamiento del trabajo en la zona III de intensidad con atletas de otras categorías

BIBLIOGRAFÍA:

1. Álvarez, C. (2000). *La investigación científica en la sociedad del Conocimiento.* La Habana: Editorial Academia.
2. Cuervo, C. y González, A. (1990). Levantamiento de Pesas. Deporte de Fuerza. Editorial Pueblo y Educación, La Habana. p. 119.
3. Cuervo, C. (1989. Fundamentos Generales del Levantamiento de Pesas. La Habana. ISCF “Manuel Fajardo”.
4. Del Frade, M. (2012) curva de rendimiento del levantador de pesas. Disponible en *https://www.ecured.cu/*
5. Herrera, A. (1992). Levantamiento de Pesas deficiencias técnicas. Editorial Científico-Técnica. La Habana. Cuba. ISBN 959-05-0030-1.
6. Román, I y Cuervo, C. (1978). *El control de la preparación pedagógica del pesista*. La Habana: Imprenta José Antonio Huelga. INDER.

21. Vorobiov, A. (1980). *El mundo de los forzudos*. Moscú: Editorial Progresso

Título: Modelo de selección de los judokas que ingresan en la EIDE

Autor: Dr. C. José Rodolfo Falero González

País: Cuba

SÍNTESIS

El talento es una de las principales condiciones para alcanzar grandes logros en el deporte de alto rendimiento. El interés por seleccionar los sujetos mejor dotados para intervenir en contiendas competitivas en el deporte es tan antiguo como la propia actividad deportiva.

En el proceso de preparación deportiva a largo plazo, una tarea imprescindible es reconocer quiénes son los candidatos que reúnen los atributos necesarios para comenzar la ruta hacia el alto rendimiento en una determinada modalidad deportiva, por lo que los entrenadores deben poseer las herramientas necesarias para realizar este proceso con una alta eficiencia y eficacia.

A partir del estudio teórico previo y el diagnóstico preliminar realizado en la presente investigación, a través de la aplicación de encuestas a entrenadores y la revisión de documentos oficiales, se constató que los entrenadores no disponían de un instrumento de selección deportiva que ofreciera un alto grado de seguridad en el criterio emitido en el momento de seleccionar los judokas que ingresaban en la EIDE, lo que evidenció que este tema no estaba abordado de forma tal que respondiera a las exigencias de las circunstancias históricas concretas en que se desarrolla el deporte en la actualidad, por lo que estudiarlo cada vez con mayor cientificidad entraña una marcada necesidad.

Como resultado de la investigación realizada se elaboró un modelo de selección con un enfoque multidimensional que integra los principales factores que definen el perfil de exigencia a los judokas que ingresarán en la EIDE, lo que contribuye a que los entrenadores realicen un proceso de selección de forma más objetiva. Los resultados de la valoración de la propuesta por el criterio de los expertos y la comprobación práctica realizada demostraron que el modelo tiene la capacidad

discriminatoria para cumplir con éxito este objetivo y que su aplicación resulta viable para evaluar al grupo etario para el que se propone.

SYNTHESIS

Talent is one of the main conditions for achieving great achievements in high performance sport. The interest in selecting the most gifted subjects to intervene in competitive competitions in sport is as old as the sport itself.

In the process of long-term sports preparation, an essential task is to recognize who are the candidates that have the necessary attributes to begin the route to the high performance in a certain sporting modality, so that the coaches must possess the necessary tools to carry out this process with high efficiency and effectiveness.

From the previous theoretical study and the preliminary diagnosis made in the present investigation, through the application of surveys to trainers and the revision of official documents, it was found that the coaches did not have a sports selection instrument that offered a high degree of safety in the criterion issued at the time of selecting judokas that entered the EIDE, which showed that this issue was not addressed in such a way that it responded to the exigencies of the concrete historical circumstances in which the sport is developed today , so that to study it with increasing cientificidad entails a marked need.

As a result of the research carried out, a selection model was developed with a multidimensional approach that integrates the main factors that define the demand profile for the judokas who will enter the EIDE, which contributes to the coaches performing a process of selection of form more objective. The results of the evaluation of the proposal by the expert criterion and the practical verification carried out showed that the model has the discriminatory capacity to successfully fulfill this objective and that its application is viable to evaluate the age group for which it is proposed.

INTRODUCCIÓN

En el proceso de preparación deportiva a largo plazo, una tarea imprescindible es reconocer quiénes son los candidatos que reúnen los atributos necesarios para

comenzar la especialización en determinada modalidad deportiva, por lo que todo entrenador debe poseer las herramientas necesarias para realizar este proceso con una alta eficiencia y eficacia. Por tanto, cuando se define el concepto de Preparación Deportiva, necesariamente hay que incluir como parte integrante de éste, la selección de los talentosos para inicial el camino al alto rendimiento.

En la actualidad en Cuba se ha logrado en algunas especialidades deportivas disponer de instrumentos de selección con sólidas bases científicas, sin embargo en otras aún no se cuenta con estas herramientas a pesar de los resultados exhibidos, por lo que se torna necesario elaborar y aplicar dichos instrumentos tanto para el tránsito por las diferentes etapas de desarrollo, como para la conformación de equipos con el fin de mantener al país en la élite mundial.

Objetivo general

Elaborar un modelo para el perfeccionamiento de la selección de los judokas de ambos sexos que ingresan a la EIDE fundamentado en un enfoque integral que garantice una toma de decisión objetiva.

Objetivos específicos:

1. Estudiar el estado actual de la selección deportiva en la literatura especializada.
2. Diagnosticar la forma en que los entrenadores seleccionan los judokas que ingresan a la EIDE.
3. Definir los componentes del rendimiento de la zona de desarrollo próximo de la categoría 11-12 años del judo en ambos sexos.
4. Organizar el contenido del modelo según la naturaleza de los componentes del rendimiento que lo integran donde queden definidas las pruebas a realizar.

La investigación se aborda desde un enfoque mixto ya que existen tanto las valoraciones cuantitativas como cualitativas.

La aplicación de los métodos teóricos utilizados en la investigación se centró en:

Histórico-lógico: Establecer los argumentos que antecedieron al problema científico formulado, así como lograr una clara comprensión de la evolución de la selección deportiva en general y en el judo en particular.

Inductivo–deductivo y el análisis-síntesis: Interpretación de los resultados del empleo de los métodos empíricos. Conjuntamente con la modelación propició; a través de un enfoque sistémico-estructural y funcional determinar la estructura del rendimiento deportivo y sus factores en la categoría estudiada, además se logró comprender y sintetizar las concepciones relacionadas con el objeto de estudio y propiciar las aproximaciones sucesivas de los modelos intermedios hasta llegar a la propuesta final.

En el nivel empírico se utilizó:

La revisión de documentos oficiales: que permitió conocer las indicaciones existentes para la selección de los alumnos que ingresan en la EIDE tales como los Programas de Preparación del Deportista de Judo emitidos hasta la actualidad y otros documentos rectores.

La revisión bibliográfica: para profundizar en los fundamentos teóricos-metodológicos de la selección deportiva y conocer lo reflejado en la literatura sobre los factores determinantes del rendimiento en las categorías estudiadas del judo.

El análisis grupal: se utilizó para conocer el criterio de los expertos sobre los indicadores del rendimiento deportivo definidos en las observaciones realizadas a los combates en competiciones y la revisión bibliográfica, ordenar los factores del rendimiento en grupos de la misma naturaleza, y ponderar el peso de cada factor del rendimiento encontrado.

La triangulación metodológica: para comparar los resultados obtenidos con los anteriores métodos empíricos y las técnicas investigativas aplicadas y así lograr una mayor aproximación al modelo definitivo.

La observación: se realizó a través de videos grabados por dos cámaras digitales con la finalidad de caracterizar las acciones competitivas de la categoría estudiada

y de este modo propiciar un acercamiento a la estructura del rendimiento desde ángulos diferentes.

La medición: fue utilizada para la realización del pilotaje y la exploración empírica de factibilidad en la práctica del modelo en cada uno de los indicadores propuestos.

También se aplicaron test psicométricos para evaluar las cualidades psicológicas de los judokas en las edades estudiadas. Se utilizó la cineantropometría para estudiar la composición física de los judokas investigados.

Métodos estadístico-matemáticos: se utilizó la estadística descriptiva (valores promedios, máximo, mínimo y análisis de frecuencia en el diagnóstico preliminar y la exploración empírica de factibilidad en la práctica del modelo. Como apoyo a la determinación de los factores del rendimiento se utilizó el coeficiente de correlación de Speerman y el análisis de componentes principales; se utilizó el coeficiente de concordancia de Kendall para determinar el grado de concordancia entre las respuestas emitidas por los expertos que evaluaron el modelo. Los datos se procesaron utilizando un ordenador Pentium IV, mediante el Microsoft Office Excel
2007 para Windows XP y el paquete estadístico SPSS versión 11.5.

Como lógica investigativa se asumió la propuesta metodológica de Álvarez de Zayas, C. (1995), modificada por Sánchez Mesa, M. (2007) y que *cita Pensado Delgado, J. (2010),* en su tesis doctoral, que transita por las siguientes etapas.

1ra. Etapa: La investigación a un nivel fenomenológico. (Estudio teórico previo y diagnóstico de necesidades).

2da. Etapa: Construcción del modelo.

3ra. Etapa: Aplicación y evaluación del modelo.

Resultados

La **novedad científica** está dada en que se develó la relación existente entre la estructura del rendimiento aportada y la zona de desarrollo próximo, a partir del

estudio realizado con dos poblaciones evolutivas deslizantes, lo que posibilitó el establecimiento del perfil de exigencias para la selección de los judokas de la categoría 11-12 años que ingresan en la EIDE.

Contribución a la teoría:

El modelo para seleccionar los judokas que ingresan en la EIDE, contribuye a enriquecer la teoría y metodología del entrenamiento deportivo del judo a partir de los criterios teóricos propuestos para desarrollar este proceso y ofrece una organización del contenido en diferentes dimensiones y factores del rendimiento según la naturaleza de los indicadores que los integran.

Significación práctica.

El modelo para seleccionar los judokas que ingresan a la EIDE es un instrumento que apoya al entrenador en la selección de los posibles talentos, con un alto nivel de objetividad y de esta forma incide en la elevación de la calidad de la matrícula, contribuye a racionalizar los recursos logísticos del proceso de formación y desarrollo de los deportistas.

Diseño del modelo

Dimensión pedagógica.

Tipos de factores: técnicos-tácticos, capacidades físicas y resultados deportivos.

Factor técnico-táctico: efectividad técnica de realización y dominio técnico.

Factor capacidades físicas: fuerza explosiva de las extremidades superiores, fuerza explosiva de las extremidades inferiores, resistencia a la fuerza rápida de las extremidades superiores, resistencia a la fuerza rápida de abdominales,

Rapidez de acción lineal y circular, resistencia a la rapidez de acción, agilidad, equilibrio estático y movilidad articular, fuerza isométrica.

Factor resultados deportivos: posición ocupada en las competiciones.

Pruebas o formas de medición: observación de competiciones, prueba técnica, impulsión de la bala, salto vertical, triple salto, tracción en barra fija en 20 segundos, flexión y extensión del tronco en 20 segundos, repeticiones técnicas en

10 segundos, repeticiones técnicas en un minuto, test bumerán, test del flamenco, flexión de tronco y dinamometría de mano y competición.

Dimensión médico-biológica.

Tipos de factores: salud, composición física y maduración biológica.

Factor salud: historia (incluyendo historia familiar) de enfermedades pasadas y presentes, revisión física general, examen ortopédico específico, composición química de la sangre, estado del aparato cardiovascular.

Factor composición física: somatotipo, kg de MCA, AKS, kg de grasa y % de grasa.

Factor maduración biológica: edad morfológica.

Pruebas o formas de medición: anamnesis, método clínico, clínica observacional, hemograma y ECG y método antropométrico.

Dimensión psicológica:

Tipos de factores: inductor, orientador.

Pruebas o formas de medición: test de los Motivos de Butt, test de los Diez Deseos, test de Motivos Directos e Indirectos, test de Operatividad del Pensamiento, test de Toma de Decisiones y cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.

A partir de la anterior organización (ver anexos 4 y 4a), se realizó un pilotaje de los indicadores definidos con las pruebas o formas de evaluación seleccionadas, con la finalidad de comprobar la confiabilidad de los instrumentos propuestos, el nivel de relación estadística existente entre los resultados y reducir el número de componentes. Para ello se utilizó una muestra de la categoría 11-12 años (11 del sexo femenino y 25 del sexo masculino). La confiabilidad estadística se realizó através del coeficiente Alfa de Cronbach (anexo 5), la relación entre los resultados se determinó por un análisis de correlación de Speerman de los indicadores del rendimiento técnico-táctico y el lugar ocupado en competiciones con los demás indicadores

Elaboración del modelo de selección.

Como ya ha sido expuesto el principal método utilizado en la elaboración del modelo para la selección de los judokas que ingresan en la EIDE fue la modelación, enfatizando en la necesaria relación entre este, como método científico general y el enfoque sistémico-estructural, que permitió determinar los elementos estructurales del modelo (dimensiones, factores, indicadores, pruebas e indicaciones metodológicas) que posibilitan su comprensión y aplicación. Como se aprecia hasta aquí, la elaboración de la propuesta se realizó siguiendo el criterio de aproximaciones sucesivas de modelos intermedios, que se fueron corrigiendo paulatinamente según las necesidades que demandaba el objeto de estudio.

Concepción general del modelo.

En la presente investigación se asumió el criterio de Marimón Carrazana, J. A y E. Guelmes Valdés (2008), que recomiendan la presentación del modelo en los contextos de un trabajo de tesis doctoral o de maestría de la siguiente manera:

Marco epistemológico (Fundamentación y justificación de su necesidad).

Contexto social en el que se inserta el modelo. ¿Con qué objetos de la realidad interactúa?

Elementos estructurales del modelo (representación gráfica).

Explicación (significados, exigencias, criterio de uso, argumentación sobre sus cualidades).

Formas de instrumentación (recomendaciones, alternativas y variantes).

Evaluación.

También se asumió la concepción de Ruiz, Aguilera, A. (2007), al considerar que, “su contenido debe cumplir con los requisitos de ser “flexible, adaptable, conciliador entre lo que el destinatario necesita y lo que se quiere y necesita del destinatario y lo que ese conocimiento requiere para ser enseñado y lo que el destinatario está en capacidad de asimilar”.

Se tomó en consideración el criterio de Villarroel, A. (1990) citado por Blanco Pérez, A. (2005) (52), que define las funciones de las evaluaciones en: diagnosticar, pronosticar, controlar, orientar y clasificar.

Diagnosticar: El modelo permite medir, analizar y determinar el nivel de los indicadores de selección en los aspirantes a ingresar en la EIDE en el deporte de judo.

Pronosticar: La integralidad de la evaluación que ofrece el modelo teniendo en cuenta la edad biológica permite realizar una aproximación al comportamiento futuro del rendimiento de los judokas seleccionados.

Controlar: El modelo posibilita comprobar el nivel de los indicadores de selección en el momento de la evaluación.

Orientar: El modelo diseñado les ofrece a los entrenadores los indicadores a tener en cuenta en la evaluación de los candidatos a ingresar en la EIDE y orienta el proceder en la aplicación de dicha evaluación.

Clasificar: Permite ordenar por niveles las evaluaciones obtenidas por los candidatos al ingreso en la EIDE (confección de escalafón).

CONCLUSIONES GENERALES.

1. La comunidad científica global acepta que en el talento confluyen características de naturaleza innata, que su interrelación con el medio hace que aparezcan nuevos atributos (características adquiridas), que son portadores de saltos cualitativos que permiten la confirmación de este, confiriéndole esta dependencia un carácter dialéctico al fenómeno.
2. Los resultados documentados sobre investigaciones en esta temática, a pesar de constituir antecedentes importantes no ofrecen a los entrenadores un instrumento que permita una evaluación integral de los judokas que ingresan en el alto rendimiento.
3. La investigación reveló que los entrenadores de judo seleccionan a los judokas que ingresan a la EIDE partir de la información que brindan las pruebas técnicas y los resultados competitivos.
4. La definición de la estructura del rendimiento permitió develar los elementos que conforman la propuesta de modelo, estructurado en cuatro niveles de profundidad (dimensiones, factores e indicadores que son medidos con las pruebas o formas de evaluación que se derivan de estos).

5. Se definieron seis componentes principales o factores del rendimiento, agrupados en: capacidades coordinativas y la movilidad articular, manifestaciones de la fuerza, manifestaciones de rapidez y la resistencia, habilidades técnico-tácticas, composición física y factores psico-reguladores de la conducta, todos condicionados por la edad biológica.

6. El modelo resultante de este estudio posee una fundamentación teórica derivada de los estudios realizados con un enfoque integral, a partir de las dimensiones pedagógica, médico-biológica y psicológica,

7. A través de la exploración empírica de factibilidad, se conoció el criterio de los expertos consultados sobre la posibilidad de aplicación del modelo, igualmente se constató que a través de la aplicación del instrumento se logra establecer las diferencias existentes entre los aspirantes a ingresar en la EIDE y permite categorizarlos.

RECOMENDACIONES

1. Incluir el modelo para la selección de los judokas que ingresarán en las EIDE en el Programa de Preparación Integral del Deportista.

2. Diseñar instrumentos para la identificación de los niños con aptitudes para iniciarse en la práctica del judo y la selección de los que ingresarán en el nivel juvenil y la primera categoría, que posibiliten conjuntamente con el modelo resultante de la presente investigación, la conformación de un sistema general de selección del judo cubano.

3. Someter el modelo resultado de la presente investigación a un continuo perfeccionamiento según varíen las exigencias de la actividad competitiva, influenciada por los cambios del reglamento así como por la variación de las edades del nivel estudiado.

4. Realizar cursos de capacitación para los entrenadores de judo y especialistas encargados de aplicar el modelo propuesto.

5. Evaluar las percepciones especializadas que influyan en la solución de las situaciones tácticas relacionadas con el rendimiento deportivo de los judokas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pila Hernández, H. (1989). Estudio sobre las Normas de Capacidades Motrices y sus Características en la Población Cubana. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). Ciudad de La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".

2. Fleitas Díaz, I (1981). Criterios de selección para la práctica de la Gimnasia Rítmica Deportiva en niñas de 6-7 años. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias Pedagógicas). Moscú.

3. Romero Esquivel, R (2005). Principios fundamentales para la selección y preparación atlética en deportistas de canoa – kayak. Disponible en http://www.efdeportes.com/ revista digital Buenos Aires - año 9 - n° 65 – septiembre de 2002. Consultado el 23 de junio de 2009.

4. Ilisástigui Avilés, M. (1999). Sistema de Selección Deportiva en la Gimnasia Rítmica para los centros de alto rendimiento. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias Pedagógicas). Ciudad de La Habana, ISCF, "Manuel Fajardo".

5. Noa Cuadro, H. (2003). Modelo de selección de talentos futbolísticos para la iniciación al deporte elite. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). Ciudad de La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".

6. Navarro Falgons, S. (2007). La iniciación deportiva y la planificación del entrenamiento deportivo. Ciudad de la Habana, Cuba. Editorial Deportes. p.53

7. Romero Frómeta, E. (2003). La clasificación del resultado deportivo en la iniciación del atletismo cubano. Disponible en http://www.efdeportes.com/ Revista Digital – Buenos Aires. Consultado en julio 23 del 2003.

Título: Modelo didáctico para la preparación teórica en el entrenamiento deportivo del Voleibol.

Title: Didactic model for the theoretical preparation in the volleyball sports training.

Autor (es):M.Sc. Jorge Luis Rodríguez Stivan. stivan@inder.cu. Profesor auxiliar.
Dr. C.Víctor Cortina Bover. Profesor Titular.

Institución: Dirección Provincial de Deportes, Las Tunas.

País: Cuba

Resumen:

La presente investigación titulada Modelo de la dinámica de la preparación teórica en el entrenamiento deportivo del Voleibol, da tratamiento a uno de los temas de importancia de la preparación del deportista. Luego de un estudio preliminar a los atletas de las provincias orientales en los zonales realizados entre los años 2014 al año 2016 se detectaron deficiencias cognoscitivas en los voleibolistas de las categorías escolares y juveniles encontrando que estos tienen bajo dominio de los fundamentos de juego y en la importancia de las acciones de calentamiento, acondicionamiento y recuperación del organismo por lo que al visitar las unidades de entrenamiento de las provincias de esta región se determinó como principal insuficiencia, problemas en la forma de enseñar los conocimientos del Voleibol, por lo que el objetivo de la investigación recayó en encontrar una herramienta que posibilitara mejorar esta situación. Los métodos fundamentales utilizados fueron el sistémico – estructural - funcional, observación, encuesta, análisis síntesis y el criterio de expertos. Los resultados esperados recaen en un sustento teórico y práctico que permita que esta se incluya en la unidad sin interrumpir o modificar las actividades de la misma. El impacto deseado recae en mejorar o disminuir la cantidad de errores mentales que se presentan en los juegos de Voleibol y lograr seleccionar atletas a los centros nacionales con conocimientos del deporte que practican.

Palabras claves: preparación teórica, entrenamiento deportivo, unidad de entrenamiento, Voleibol, didáctica, modelo, procedimiento.

Summary

The present research titled Model of the dynamics of the theoretical preparation in the volleyball sports training, treats one of the important subjects of the preparation of the athlete. After a preliminary study to the athletes of the eastern provinces in the zones made between the years 2014 and 2016, cognitive deficits were detected in the volleyball players of the school and youth categories, finding that these have low domination of the fundamentals of play and in the Importance of the actions of warm-up, conditioning and recovery of the organism so that when visiting the training units of the provinces of this region was determined as main insufficiency, problems in the way of teaching the knowledge of Volleyball, so the goal of The research relied on finding a tool that could improve this situation. The fundamental methods used were systemic - structural - functional, observation, survey, synthesis analysis and expert judgment. The expected results are based on a theoretical and practical support that allows it to be included in the unit without interrupting or changing the activities of the unit. The desired impact is to improve or reduce the amount of mental errors that occur in the Volleyball games and to select athletes to the national centers with knowledge of the sport that they practice.

Key words: theoretical preparation, sports training, training unit, volleyball, didactics, model, procedure.

Introducción.

En el entrenamiento deportivo del Voleibol, según Rafael Navelo Cabello, 2004, se utilizan diferentes enfoques de enseñanza deportiva: El enfoque tradicional o técnico y el enfoque alternativo o centrado en la táctica. El primero desarrolla los fundamentos del juego antes de abordar los aspectos tácticos y de practicar el juego en situaciones reales. El segundo se asocia a la pedagogía del descubrimiento y está fundamentado en la propuesta de experiencias motrices múltiples vinculadas al contexto real de juego.

Navelo Cabello Matos, 2004, plantea que la práctica sistemática del deporte permite el desarrollo intelectual de entrenadores y atletas jóvenes del Voleibol.

Además sugiere, que el sistema de preparación conduce a la obtención de conocimientos, habilidades y capacidades. Estudios de la Federación Internacional de Voleibol en 2006, demostraron que la introducción constante de elementos contemporáneos de la ciencia y la investigación, permiten el avance continuo y competitividad entre los países. También, expresa que tienen mayor auge la existencia de la aplicación de la inteligencia deportiva, sabermetría y la información estadística, todas en función de la toma de decisiones por atletas y entrenadores. Por último, señala que se ha introducido la informática con la aplicación de software que permite un análisis rápido de lo observado y educar a los sujetos en los aspectos a ejecutar.

Por su parte, Frangel Reinaldo Balbuena planteó su modelo de entrenamiento de significación táctica para deportes de equipos, 2011. Esto, buscando el crecimiento del pensamiento táctico del atleta, además proponer un enfoque activo y amplio que contribuye no solo al desarrollo de habilidades motrices, sino también a la formación de actitudes positivas, la condición física y el conocimiento del sujeto. Además, basa su propuesta en el entrenamiento a través de situaciones simplificadas de juego en el Voleibol, 1998, planteadas por Calixto Andúx Dechapells, a través del desarrollo del campo visual, percepciones especializadas, alto perfeccionamiento de las acciones complejas y la imaginación creadora.

En las demandas tecnológicas de la Comisión Nacional de Voleibol, 2016,se plantea que el país tiene atletas de talla exigida, la planificación del entrenamiento está basada en principios que rigen la actividad competitiva, la situación médica de los atletas es óptima, las motivaciones propias de la edad y grupos son atendidas; además, participan todas las provincias en las competencias nacionales.En el mismo documento, el profesor Ídolo Gilberto Herrera, 2016, expone que en el Voleibol Cubano: “la teoría es mínima y la que se realiza necesita una dirección investigativa, los entrenamientos son reproductivos, no permiten desarrollar el pensamiento, nuestros jugadores actualmente no están educados en el estudio de nuestros contrarios, así como poner la teoría y práctica relacionada con los patrones técnicos a desarrollar y conceptualizar las situaciones complejas de juego a través de la enseñanza problémica.En la

provincia Las Tunas, el análisis de la situación por parte de la comisión, que rige esta actividad en el año 2016, ha percibido que aun cuando tenemos los atletas de talla exigida, se ha logrado una organización de la comisión provincial, la planificación del entrenamiento está basada en los principios que rigen la actividad competitiva, los programas están fundamentados para las diferentes categorías, la situación médica de los atletas es óptima, las motivaciones de acuerdo a la edad y grupos son atendidas y existe motivación a partir de la participación en todas las competencias y topes preparatorios necesarios y calendariados; a pesar de esto se necesita que los voleibolistas manifiesten aprehensión integral de los contenidos del Voleibol en las competencias oficiales.

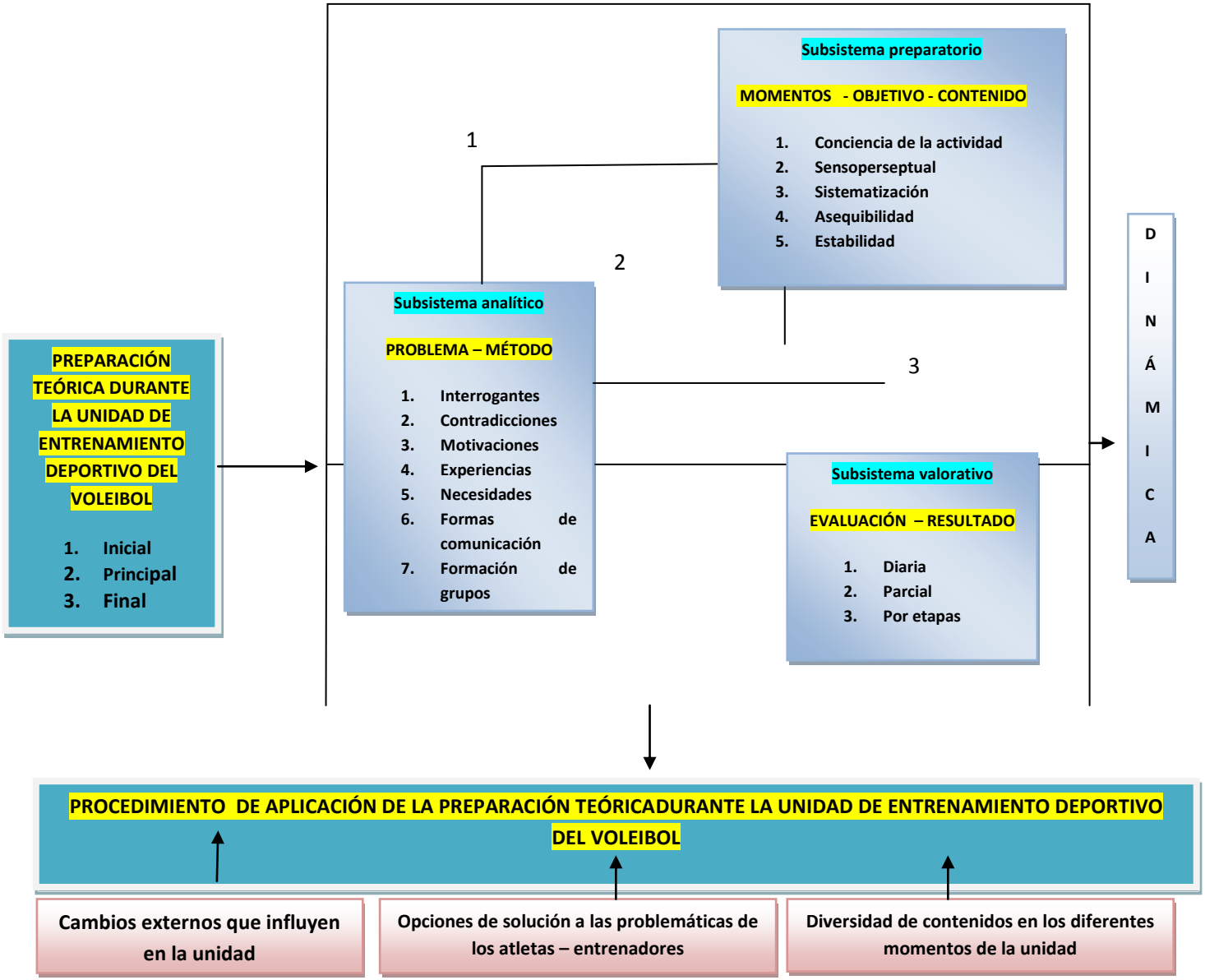
Materiales y métodos

En la provincia Las Tunas, el análisis de la situación por parte de la comisión, que rige esta actividad en el año 2016, ha percibido que aun cuando tenemos los atletas de talla exigida, se ha logrado una organización de la comisión provincial, la planificación del entrenamiento está basada en los principios que rigen la actividad competitiva, los programas están fundamentados para las diferentes categorías, la situación médica de los atletas es óptima, las motivaciones de acuerdo a la edad y grupos son atendidas y existe motivación a partir de la participación en todas las competencias y topes preparatorios necesarios y calendariados; a pesar de esto se necesita que los voleibolistas manifiesten aprehensión integral de los contenidos del Voleibol en las competencias oficiales. En un estudio preliminar de carácter fáctico en el año 2016, realizado con atletas de las categorías escolares y juvenil, se detectó la existencia de constantes intervenciones del profesor explicando cómo ejecutar una acción de juego durante la unidad de entrenamiento; limitada planificación de actividades que estén dirigidas al aprendizaje de contenidos teóricos del Voleibol durante la unidad de entrenamiento, los métodos, momentos y formas organizativas para el desarrollo de contenidos teóricos del Voleibol durante la unidad de entrenamiento son espontáneos, de carácter empírico y sin argumentos científicos.En encuestas realizadas, el 100% de los entrenadores se limitan a planificar la preparación teórica pues la observan de forma implícita. El 75 % de los entrenadores

identifican que siempre están realizando preparación teórica a partir de ser el entrenamiento deportivo un proceso de enseñanza – aprendizaje. El otro 25 % manifiesta que la realizan de forma explícita a partir del estudio de videos, talleres y la realización de tareas extra – unidad de entrenamiento. El 90 % plantea que el objetivo de la preparación teórica está dirigido al conocimiento de los aspectos técnicos – tácticos del Voleibol. El otro 10% manifiesta que el objetivo fundamental está en elevar la cultura deportiva del voleibolista. En encuestas realizadas a los atletas de las categorías 11 – 12 años y 13 – 15 años en el año 2015, se manifiesta que el 100% le confiere importancia a las explicaciones de los entrenadores; sin embargo, el 75 % desconocen por qué y para qué realizan diferentes ejercicios técnicos y físicos, beneficios, implicaciones de realizarlo de una forma u otra y variantes para la solución a problemáticas que se le presentan en el juego.

En el año 2015 se realizó una comprobación teórica a los atletas de la categoría 13 – 15 años de ambos sexos, resultando que el 100% de los atletas conocen aspectos de la historia del deporte; no obstante, existe limitado dominio de los resultados de la provincia, la categoría y los atletas de mejores resultados. Además, el 87 % domina el reglamento, pero tienen dificultad para encontrar ventajas y desventajas del mismo. Al analizar jugadas simples, el 70 % manifiesta conocimientos del deporte; sin embargo, al complejizarlas con posibles acciones del contrario o desde el punto de vista físico, biológico y psicológico, el 100% cometen errores en las respuestas. En observaciones a los equipos masculinos de Las Tunas en las competencias escolares de la región oriental durante los años 2014, 2015 y 2016, se identificó que existe bajo dominio de los fundamentos generales del juego reflejado en la valoración de la posibilidad de anotar puntos en 156 ocasiones de forma directa a partir de espacios vacíos dejados por el contrario y solo en 66 lograron ejecutarlo correctamente para un 42,30 %. En el caso de analizar la intención de mantener el balón cuando las posibilidades de juego son limitadas por el contrario o por su propio accionar, se desarrollaron 176 situaciones y de ellas se logró el objetivo en 98, representando el 55, 68% de ejecución correcta de la acción.

Resultados:A continuación se gráfica el modelo de la dinámica de preparación teórica durante la unidad de entrenamiento del Voleibol:



Análisis y discusión:

La aplicación de los procedimientos se propuso para los atletas de la categoría juvenil (masculina y femenina por ser este grupo los de mayor experiencia competitiva y en los cuales se observaron durante el proceso de indagación con mayor frecuencia. Los voleibolistas en esta categoría durante varios años han obtenido resultados deportivos negativos, estando en muchas ocasiones con posibilidades de clasificar a las finales y sin Voleibol de sala.

Para la aplicación de los procedimientos se escogió como horizonte espacial a la EIDE Carlos Leyva González de la provincia Las Tunas dentro ella a los atletas del deporte Voleibol en el alto rendimiento. En el horizonte temporal se escogieron los cursos escolares 2015 – 2016 y 2016 – 2017 para aplicar la preprueba y la postprueba.

La población consto de 42 atletas y 12 entrenadores. La muestra seleccionada de forma intencional consto de 12 atletas (6 femeninas y 6 masculinos) lo que representa el 28,57% del total y 8 entrenadores para un 66, 66 % del total.

Los indicadores para evaluar a los entrenadores fueron los siguientes:

1- Nivel de conocimientos sobre los contenidos de enseñanza del Voleibol: los entrenadores deberán ajustarse a los criterios evaluativos de los atletas.
2- Número de situaciones de aprendizaje explicita aplicados durante la unidad de entrenamiento: cantidad de situaciones por unidad de entrenamiento desarrollada (observada en el caso del investigador)
3- Integración en el objetivo de cada unidad de aspectos teóricos: demostrar de forma gráfica o verbal la integración deseada.
4- Interrogantes propuestas por los atletas que encontraron solución: define expresiones de los atletas o provocadas por la utilización de métodos por el entrenador.
5- Cantidad de métodos productivos de enseñanza utilizados: posibilidad de desarrollar aspectos contemporáneos del entrenamiento deportivo.
6- Número de evaluaciones en función del contenido realizadas: posibilidad de conocer los resultados de forma diaria, periódica y sistemática.

Para valorara estos indicadores se utilizó la observación y la medición, así como el software expuesto anteriormente.

Para desarrollar esta comprobación se utilizó el software de comprobación de conocimientos propuesto por el autor de la investigación en el año 2015 el cual fue reconocido como premio anual del CITMA y obtuvo la condición de relevante en el fórum de basé, municipal y provincial gubernamental. Esta herramienta sirvió como la primera aproximación de esta investigación para desarrollar el diagnóstico de atletas y entrenadores en relación al conocimiento de contenidos de enseñanza en el Voleibol.

Valoración de la preprueba aplicada: Se cumplieron todos los indicadores propuestos para su realización. Los entrenadores tuvieron altos niveles de motivación al ser seleccionados y trasmitieron confianza en los atletas motivo de análisis. Los voleibolistas que fueron objeto de verificación habían obtenido resultados entre el 7 al doceno lugar en los campeonatos en los que habían participado, de ellos 2 habían ocupado un tercer lugar a nivel zonal.

Valoración de la postprueba aplicada: Se cumplieron todos los indicadores propuestos para su realización obteniendo coincidencia en el número de observaciones a las unidades de entrenamiento, atletas, no siendo así en los entrenadores por un periodo de tiempo. Los entrenadores tuvieron altos niveles de motivación al recibir talleres de aprendizaje teórico, sobre contenidos a enseñar en el Voleibol, momentos de enseñanza teórica, didáctica del entrenamiento, evaluación del aprendizaje teórico. Los atletas motivo de análisis en el anterior curso y el presente realizaron un taller de análisis de sus capacidades cognoscitivas para jugar Voleibol.

Valoración general: los resultados obtenidos demostraron con la aplicación del cuaxi- experimento que los entrenadores lograron mejorar los conocimientos de los atletas disminuyendo las interrogantes que estos tenían sobre las diversas problemáticas que se le presentaban en la unidad de entrenamiento. Los métodos aplicados propiciaron un cambio de estructura de la actividad a desarrollar y la

forma y momento adecuado de establecer la teoría como componente del entrenamiento deportivo.

Conclusiones.

Las etapas del estudio histórico demuestran las características del Voleibol: los federativos exigen la necesidad de espectacularidad del juego para mantenerse en el escenario olímpico. El tiempo de duración de los partidos se reduce. Aumentan los niveles de intensidad de los partidos, demostrado en el cansancio físico y mental de los atletas. En los estudios de Gabriel Bonar González, en su tesis de grado, 2015: Elementos teóricos para el análisis de la actividad competitiva de los equipos femeninos de Voleibol, este autor describe que predomina la toma de decisiones individuales a partir de los limitados conocimientos que tienen los atletas de los fundamentos del juego de Voleibol.

Además, se plantea el cambio de esencia del juego, la especialización en diferentes funciones para situaciones de juego; no obstante, se deben encontrar vías para el desarrollo intelectual de los atletas; es necesario estudiar los complejos esquemas tácticos y contrarios a enfrentar, así como la instrucción en aspectos físicos, biológicos, motrices, sociales y deportivos para jugar Voleibol.

La relación entre los principios del entrenamiento, las direcciones y las formas de aprendizaje del atleta propone que se aumenten los niveles intelectuales para en situaciones de juego de forma dialéctica, encontrar soluciones internas en situaciones de juego a través del valor de uso de las ventajas y desventajas que proporcionan o presentan los sujetos y el entorno.

Los estudios realizados demuestran el limitado estudio del desarrollo mental de los atletas. Los entrenadores enfatizan en utilizar las motivaciones, intereses y necesidades, así como su capacidad de salto, fortaleza al rematar, movilidad al defender y resistencia a las diferentes rallings de juego; sin embargo, aún cometen errores en la ejecución de acciones técnicas y tácticas a partir de un inadecuado razonamiento de las situaciones del juego.

El modelo propuesto es el sustento teórico que concibe rupturas epistémicas ante la concepción tradicional de la preparación teórica. Los elementos tratados de

forma sistémica demuestran la forma explícita de aplicación en la unidad de entrenamiento. La base de esta elaboración está en aspectos de la teoría histórico – cultural, la lógica dialéctica y aspectosde la personalidad de los voleibolistas.

Los procedimientos se convierten en la herramienta práctica para el desarrollo de la preparación teórica en la unidad de entrenamiento. Este supuesto, a diferencia de los existentes, interrelaciona aspectos didácticos; además, concibe diferentes las cuestiones que pueden influir para evitar el logro del fin propuesto, se convierte en el referente pedagógico de tratamiento a las interrogantes en el proceso de enseñanza aprendizaje del Voleibol.

Referencias.

1. Ídolo Gilberto Herrera, Demandas Tecnológicas de la Comisión Nacional de Voleibol, Cuba, 2012.
2. Wilfredo Denies Esquivel, Entrenamiento del cerebro del atleta, Guatemala, 2003.
3. L.P. Matvieiev, Fundamentos del entrenamiento deportivo, URSS, 1997.
4. V.N. Platonov, Metodología del entrenamiento deportivo, URSS, 1995.
5. Eugenio George Laffita, Escuela Nacional de Voleibol, 12 de agosto del 2000.
6. L.P. Matveiev, Metodología del entrenamiento deportivo, URSS, 1985.
7. Adalberto Collazo y Nelson Betancourt, Teoría y metodología del entrenamiento deportivo, Cuba, 2006.
8. Marta Martínez Llantada, Recuento histórico del surgimiento de la Enseñanza Problémica, Cuba, 1987.
9. L.S. Vigostki, Tendencias pedagógicas contemporáneas, Cuba, 1996.
10. Conrado Reyes Savón, Situaciones simplificadas de juego, Revista monografías. com, (4), 2000.
11. Armando Forteza de la Rosa, Entrenar para ganar, Cuba, 1997.
12. Juan Manuel García Manso, Planificación del entrenamiento deportivo, España, 1996.

13. Rafael Navelo Cabello, Modelo didáctico para la preparación técnico – táctica del voleibolista, Cuba, 2001.
14. Fátima Addine Fernández, libro de resultados científicos, Santa Clara, 1999.
15. Santiago Calero Morales, Modelo de control estadístico en el Voleibol, La Habana, 2009.
16. Roberto Hernandez Sampeir, Metodología de la Investigación, La Habana, 2003.

Bibliografía.

1. ÁLVAREZ, C. M. (1995 b). Metodología de la investigación. Santiago de Cuba. Cuba. (soporte digital).
2. BALBUENA, REINALDO, F. (2011). Modelo de entrenamiento de significación táctica para deportes de equipos. La Habana. Cuba. Editorial deportes.
3. BETANCOURT, N y COLLASO, A. (2006). "Teoría y metodología del entrenamiento deportivo". La Habana. Cuba. Editorial deportes.
4. CABELLO, NAVELO, R. (2001). Modelo didáctico para la preparación técnico – táctica del voleibolista. La Habana. Cuba. Editorial José Martí.
5. CAÑETE, MOZO, L. (2010). "La preparación teórica en la etapa de iniciación deportiva". Retrieved 12 de abril de 2017, from http://www.efdeportes.com.
6. CAÑIZARES, M. (2008). La Psicología en la actividad física: su aplicación en la educación física, el deporte, la recreación y la rehabilitación. La Habana. Cuba. Editorial deportes.
7. DANILOV, M. (1989). Didáctica de la escuela media. RDA. (soporte digital).
8. DECHAPELLS, ANDÚX, C. (1998). Entrenamiento a través de situaciones simplificadas de juego. La Habana. Cuba. Tesis de maestría.
9. DOWNER, BORROTO, E. (1984). Voleibol. La Habana. Cuba. Editorial Pueblo y Educación.

10. ESQUIVEL, DENIES, W. (2003). Entrenamiento del cerebro del atleta. Guatemala. (soporte digital).
11. FIEDLER, M. (1979). Voleibol. EEUU. (soporte digital).
12. GONZÁLEZ, MILLÁN, C. (2002). Características en el Voleibol tras los nuevos cambios en el reglamento. Madrid. España. (soporte digital).
13. HARRE, D. (1989). Entrenamiento deportivo. RDA. (soporte digital).
14. IVOILOV, A. (1988). Ensayos de biomecánica y metodología del entrenamiento. Moscú. URSS. Editorial Fiskultura y Deporte.
15. KLINGBERG, L. (1972). Introducción a la didáctica general. La Habana. Cuba. (soporte digital).
16. KLOSSHOV, Y. (1988). Voleibol. La Habana. Cuba. (soporte digital).
17. LAFFITA, GEORGE, E. (2000). Talleres metodológicos de la Comisión Nacional de Voleibol. La Habana. Cuba. (soporte digital).
18.. VARGAS, S. –L. (1986). Modelo cognitivo del Entrenamiento Deportivo. Madrid. España. (soporte digital).
19.. VIGOSTKI, L. S. (1996). Tendencias pedagógicas contemporáneas. La Habana. Cuba. El Poira Editores e impresores S.A. Ibagué, Colombia.
20.. Villavicencio, Vargas. L. (2016). Análisis estratégico para el ciclo 2017 – 2020 del Voleibol en Las Tunas. Las Tunas. Cuba. Tesis de licenciatura.
21.. ZARZAR, C. (1983). "Diseño de estrategia para el aprendizaje grupal. Una experiencia de trabajo". La Habana. Cuba. (soporte digital).
22.. ZAYAS, ÁLVAREZ, C. (1999). La escuela en la vida. La Habana. Cuba. (soporte digital).
23.. ZHELEZNIAK, Y. "Voleibol: Teoría y método de la preparación." Retrieved 12 de abril de 2017 from http://www.researchgate.net.

Título: Modelo para la organización del desentrenamiento deportivo.

Autor: Dr. C. Ovel Mena Pérez.Profesor Titular. Universidad de Cienfuegos.

Coautores:

Dr. C. Jorge Luis Menéndez Díaz. Profesor Titular. Universidad de Cienfuegos.

M.Sc. Alberto Martínez Espinosa. Sub. Dtor. Docencia. INDER. Provincia Cienfuegos.

País: Cuba

RESUMEN

La presente investigación centra su interés en el desentrenamiento deportivo y la organización del mismo como elemento determinante para su concreción práctica, sin embargo en la actualidad existen insuficiencias que atentan contra este propósito, razón por la cual se diseñó un modelo para la organización de esta etapa del proceso de preparación deportiva. Los aspectos que hacen novedoso al modelo diseñado son: la determinación de los componentes y subcomponentes que dinamizan y revelan la lógica para, desde la concepción teórica concretar en la práctica dicha actividad. Se valoró la pertinencia del modelo y de las indicaciones metodológicas emitidas, a partir de la socialización en diferentes espacios, la consulta a expertos y un cuasi-experimento, que fue aplicado a 20 baloncestistas retirados del deporte de alto rendimiento en la provincia de Cienfuegos, distribuidos en un grupo control y un grupo experimental. Del experimento se obtuvieron resultados positivos en las readecuaciones orgánicas previstas según características, exigencias y fines del desentrenamiento en el grupo experimental, expresado en la disminución de la frecuencia cardíaca en reposo y final, así como el máximo consumo de oxígeno. Lo que permitió el estudio de algunas variables que ofrecieron información sobre la influencia de las transformaciones organizativas y metodológicas propuestas mediante el modelo, en las readecuaciones orgánicas de los sujetos investigados, indicadores que pudieran influir en preservar su salud y calidad de vida. En el presente informe se expresa el nivel de satisfacción de los miembros del grupo experimental.

INTRODUCCIÓN:

La práctica deportiva como fenómeno sociocultural no puede estar ajena a los beneficios de la ciencia y la investigación. En la actualidad, detrás de cada resultado están los avances científicos, el uso de nuevas tecnologías, así como la investigación dirigida a dar respuesta a las exigentes problemáticas que emanan del deporte y la práctica de actividades físicas en su diversidad.

El entrenamiento deportivo, según Verkhoshansky, Y. (1990), es un proceso pedagógico, multifactorial, capaz de romper mediante la aplicación de estímulos la homeostasis y producir un efecto de carga progresiva creciente que favorezca procesos fisiológicos de respuesta y adaptación. Investigarlo desde sus raíces posee una gran importancia para los profesionales implicados en él, debido a la compleja y diversa repercusión que provoca en el organismo humano.

El atleta que se inserta en el proceso de preparación deportiva transita por varias etapas hasta arribar a la longevidad, asume el retiro y continúa dicha actividad con tendencias a disminuir la carga de entrenamiento acumulada, lo que implica un despojo de la misma o parte de ella mediante el desentrenamiento deportivo como etapa del proceso de preparación deportiva a largo plazo. Entre los estudios pertinentes a escala nacional e internacional sobre calidad de vida, salud y preservación del hombre como especie, sin duda se encuentran los direccionados al desentrenamiento deportivo como una necesidad vital para los atletas que se retiran del deporte de alto rendimiento.

Esta demanda investigativa surge a partir de constatar que el desentrenamiento deportivo no es masivo, pues la gran mayoría de los atletas que se retiran del deporte de alto rendimiento no se desentrenan, por lo que no es sistemático en la práctica por sus demandantes y por lo general se realiza sin previa orientación, sobre bases empíricas, estructurado en etapas temporalizadas y rígidas en su planificación. Todos estos elementos han propiciado insuficiencias en la organización del desentrenamiento deportivo para desde la concepción teórica concretarlo en la práctica.

Los presupuestos epistemológicos que caracterizan el desentrenamiento deportivo en la actualidad, centran su contenido esencialmente en describir las

consecuencias que sufren los atletas que se retiran del deporte de alto rendimiento y no se desentrenan, quienes suelen ser por lo general blancos perfectos de patologías propias de la desadaptación y la inactividad. Esto se ha constatado en los estudios de Pino, P. (1998); Vázquez, V.J. (1999); Dreke, I. (2000); Alonso, R. (2001); Correa, M.T. y F. García (2001); Carabeo, D. y M. Salt (2001); Padilla, S. e I. Mújica (2001); Albizúa, F. (2001); Barrizontes, F. (2003); Ibañez, S. (2003); Romo, I. (2003), Aguiar, E. y R. Hernández(2004); Díaz, A.C. (2005); Ribeiro, C.P. (2005); López, C.R. (2007); Alcaráz, I.(2010) y García, M. (2012).

Otros autores abordan el desentrenamiento desde lo metodológico y han ofrecido en sus investigaciones alternativas para su implementación sobre la base de diversas actividades físicas: Carabeo, D. y M. Salt (2002); Monteagudo, J.; M. Granda y T. Iglesias (2003); Morfa, R. (2004); Porto, F. (2004); Mena, O. (2007); Sutherland, L. (2008); Aguiar, E. (2009); Aguiar, E. y E. Valdivia (2010); Barroso, M. (2010); Mayo, M. (2012 y 2013). Si bien estos trabajos tributan al tratamiento que merece el objeto que se investiga, los mismos en su mayoría están dirigidos a grupos de deportes específicos, en ellos se realizan consideraciones generales sobre el desentrenamiento y lo reducen a la aplicación del instrumento propuesto en sus estudios. Sin embargo el desentrenamiento deportivo demanda de una organización que dinamice su concreción práctica, garantice su sistematicidad, así como la participación e implicación consciente de los sujetos.

Del análisis realizado sobre las variantes metodológicas para implementar el desentrenamiento deportivo en la actualidad, se derivan elementos o carencias en el componente organizativo que han contribuido a que este no se concrete en la práctica. Estos elementos o carencias se relacionan a continuación:

- Circunscriben el desentrenamiento deportivo a la aplicación de la variante metodológica que proponen, aun cuando la organización de este debe ser más amplia a fin de garantizar su concreción práctica.
- Temporalización pre-establecida en la planificación de las etapas por las que debe transitar el atleta en su desentrenamiento, sin tener en cuenta

que cada sujeto, como sistema único e irrepetible, no dispondrá del mismo tiempo para evidenciar las transformaciones deseadas.

- Tratamiento rígido a los componentes de la carga, utilización de los mismos valores para la intensidad, el volumen, la frecuencia y el tiempo de trabajo sin tener en cuenta el deporte practicado, las características del sujeto y otros elementos para la individualización del desentrenamiento deportivo.
- En su organización no se precisan indicaciones metodológicas que hagan de la propuesta una herramienta operativa para que los implicados en el desentrenamiento deportivo puedan desde su concepción teórica concretarlo en la práctica.
- No se concibe un control desde su concepción organizativa que indique con certeza que el sujeto que transita por el desentrenamiento deportivo exhibe readecuaciones según los objetivos del mismo.
- No se tiene en cuenta la capacitación de los implicados desde su organización, como elemento determinante en la concientización e implementación del desentrenamiento deportivo.

Teniendo en cuenta las carencias enunciadas anteriormente, el tratamiento científico al objeto que se investiga pudiera ser a partir de diversas alternativas. Sin embargo el autor asume que el proceso investigativo gira en torno a la **situación problemática** que se refiere a continuación: La organización del desentrenamiento deportivo es una necesidad insatisfecha como elemento pertinente para su concreción práctica y lograr readecuaciones orgánicas en los sujetos que transitan por el mismo.

El análisis de la situación problemática, los resultados del diagnóstico y la sistematización de los presupuestos epistemológicos permitieron formular el siguiente **problema científico** como categoría que contribuye a solucionar la problemática planteada: ¿Cómo organizar el desentrenamiento deportivo para lograr su concreción práctica e inducir readecuaciones orgánicas en sus demandantes?

En tal sentido, se declara como **objetivo general**: Diseñar un modelo para organizar el desentrenamiento deportivo.

Un modelo teórico metodológico es aquel que se utiliza para designar con símbolos las propiedades del sistema real que se desea estudiar, representar sus características y relaciones fundamentales, que además proporciona explicaciones y sirve como guía para generar teorías. Marimón, J.A. (2003). Tomando en consideración los argumentos anteriores se asume el modelo que se presenta como resultado científico, ya que se pretende elaborar una construcción teórica que en su diseño organiza, interpreta y reproduce simplificadamente el desentrenamiento deportivo, para de esta forma brindar nuevas informaciones del objeto.

Al analizar los referentes epistemológicos sobre el objeto de estudio y el campo de acción, así como los resultados del diagnóstico, emergen limitaciones que inciden desfavorablemente en la organización del desentrenamiento para desde la concepción teórica concretarlo en la práctica, por lo que a partir de esto se hace necesario intervenir y revelar hacia dónde debe proyectarse la transformación del objeto que se investiga. Estos argumentos permiten asumir los postulados de Ruiz, M. (s/f) cuando plantea que en los estudios experimentales preferentemente se declaran **hipótesis**, como la que se explicita a continuación:

Si se diseña e implementa un modelo teórico metodológico para la organización del desentrenamiento deportivo, podrá concretarse en la práctica y favorecer en los sujetos implicados readecuaciones atemperadas a las exigencias del mismo.

Para desarrollar la investigación se trazaron los siguientes **objetivos específicos**:

1. Develar los referentes teóricos y metodológicos que sustentan el modelo y fundamentan su necesidad.
2. Diagnosticar el estado actual en que se encuentra la organización del desentrenamiento deportivo.
3. Determinar los componentes y subcomponentes que estructuran el modelo, así como los nexos y relaciones sistémicas que se establecen entre ellos a fin de garantizar su concreción práctica.
4. Valorar la estructura, carácter sistémico, contenidos y pertinencia del modelo teórico metodológico para la organización del desentrenamiento deportivo, a partir del criterio de expertos.

5. Evaluar la pertinencia del modelo teórico metodológico para la organización del desentrenamiento en la práctica.

La presente investigación se sustenta en un enfoque filosófico, dialéctico y materialista del mundo, se desarrolla sobre bases metodológicas con la utilización del método científico como vía para asegurar los resultados investigativo. Los métodos del nivel teórico utilizados fueron:Histórico-lógico, analítico-sintético, inductivo-deductivo, hipotético-deductivo y sistémico-estructural-funcional. Los métodos y técnicas para la indagación empírica son: Análisis de documentos, la encuesta, la entrevista, la observación estructurada participante, criterio de expertos (preferencia), la medición, técnicas de participación grupal de discusión, tormenta de ideas y la triangulación metodológica.

DESARROLLO:

Importancia del modelo para la organización del desentrenamiento deportivo.

La utilización de los modelos cada vez ocupa un lugar más importante en la investigación científica, ya que se convierten en medio y método para lograr representaciones simples de fenómenos complejos como los que se presentan en la vida diaria y sobre todo en el área de las ciencias sociales.

Para Sierra, V. (2003) desde el punto de vista de la metodología de la investigación científica el modelo es una representación ideal del objeto o fenómeno a investigar, donde el sujeto abstrae todos aquellos elementos esenciales y las relaciones que conforman al objeto y lo sistematiza a un plan superior.

El modelo y el proceso que se sigue para llegar a él es “la modelación”, se han ido desarrollando y ampliando a tal punto que en la actualidad encuentra aplicaciones en disímiles esferas del saber y ha ido penetrando con fuerza en el campo de las ciencias de la Cultura Física.

Por tales razones se asume que el modelo es un reflejo mediatizado de la realidad, sobre la base de la cual opera el científico en ausencia del objeto para estudiarlo, explicarlo, comprenderlo, interpretarlo e implementarlo. El modelo

revela una determinada unidad entre lo objetivo expresado en las relaciones entre las estructuras del mismo, y lo subjetivo dado por la necesidad del investigador de solucionar el problema planteado. Es por ello que el modelo que se diseña constituye una pertinencia investigativa, pues con él se perfecciona la organización del desentrenamiento mediante los nexos y relaciones que se establecen entre los componentes y subcomponentes, así como las orientaciones metodológicas que lo dinamizan y le dan un orden lógico para desde su concepción teórica concretarlo en la práctica.

Fundamentación del modelo.

Para la elaboración del modelo se utilizan como referentes teóricos los planteamientos de Nerelys de Armas y otros autores del Centro de Estudios de la Universidad Pedagógica "Félix Varela" en los que se asume que el modelo "es una construcción teórica que interpreta, diseña y reproduce simplificadamente la realidad o parte de ella en correspondencia con una necesidad histórica concreta y de una teoría referencial", De Armas, N. y col. (2002).

Los referentes teóricos abordados justifican, que el modelo teórico metodológico para la organización del desentrenamiento deportivo diseñado en la presente investigación, revela una perspectiva de análisis nueva sobre el objeto, que favorece su comprensión, transforma la realidad existente y permite representarlo, elementos que tributan a sistematizar su concreción práctica.

El **objetivo del modelo** que se diseña en la presente investigación es: Perfeccionar la organización del desentrenamiento deportivo para su concreción práctica.

La elaboración del modelo es el resultado de un proceso de aproximaciones sucesivas que viene transitando por diferentes etapas desde el año (2007).Se diseñó sobre la base del método sistémico-estructural-funcional y la modelación, los que constituyen una unidad dialéctica al estudiar un objeto, ya que posibilitan comprender la organización del desentrenamiento deportivo a partir de sus componentes estructurales y de las relaciones que se establecen entre ellos como una realidad integral. También se aplicaron técnicas de participación grupal de discusiones, propuestas por De la Rúa, M. (2002), las que propiciaron la

implicación de los sujetos quienes con sus opiniones, planteamientos, experiencias, criterios y vivencias fueron perfeccionando su diseño hasta arribar al modelo teórico metodológico para la organización del desentrenamiento deportivo que se aporta en la presente investigación.

El modelo para la organización del desentrenamiento puede ser analizado desde dos perspectivas: la que presupone lo estructural (organización); y la que se refiere a lo funcional (pasos para su concreción práctica).

Perspectiva Estructural: Se dirige a representar el objeto modelado en su dimensión estática, visto como la integración de un sistema de componentes que se relacionan y articulan entre sí posibilitando concretar en la práctica el desentrenamiento deportivo desde su concepción teórica.

Funcionalmente el modelo es la representación del algoritmo lógico que debe seguir el desentrenamiento deportivo, centrado en su organización como herramienta para concretarlo en la práctica como etapa direccionada a disminuir las cargas físicas acumuladas durante el entrenamiento deportivo, preservar la salud y mejorar la calidad de vida de los implicados.

Principales resultados:

Al triangular los métodos utilizados y contrastar los resultados de las entrevistas, la encuesta y la revisión de documentos como métodos y técnicas investigativas empleadas, se constata la correspondencia de los resultados, los cuales evidencian rigidez en la organización del desentrenamiento, limitaciones en el tratamiento metodológico, no se garantiza su sistematicidad, ni que se desentrene la mayoría de los atletas que se retiran del deporte activo; su concreción es una necesidad insatisfecha.

Resultados generales del diagnóstico de campo. Test de carrera sobre 2000m.

Grupos de estudio.	**FCr Pul/min**	**FCf Pul/min**	**Tiempo Min-seg**	**Velocidad Km/h**	**VO2máx.ml/k**	**METs.**
Grupo control.	67	158	8.11	14.32	54.36	15.5
Grupo experimental.	68	157	8.15	14.41	54.16	15.1

Comportamiento de variables en el pre test.

Grupos	FCr Pul/min	FCf Pul/min	Tiempo Min-seg	Velocidad Km/h	VO2 Max ml/kg/min.	METs
Pre test grupo Control.	68	156	8.03	14.93	54.14	15.4
Pre test grupo experiment	70	158	8.21	14.27	52.45	14.8

Comportamiento de variables en el post test.

Grupos	FC r	FCf	Tiempo Min-seg	Velocidad Km/h	VO2 Max ml/kg/min.	METs
Post test grupo Control.	78	176	9.22	13.00	48.6	13.8
Post test grupo experimental.	74	148	9.04	13.23	49.05	14.05

CONCLUSIONES

- En el diagnóstico del estado actual de la organización del desentrenamiento deportivo se aprecian limitaciones en los fundamentos que sustentan las propuestas analizadas.
- El modelo teórico metodológico para la organización del desentrenamiento deportivo, se distingue por los componentes y subcomponentes que lo estructuran, los que dinamizan la forma en que se debe desarrollar el mismo atendiendo a la particularidades de los implicados, exigencias y fines propuestos, elementos que lo fundamenta y garantizan su concreción práctica.
- Los expertos seleccionados emitieron criterios a favor de la estructura del modelo, de la relación sistémica que se establece entre los componentes y subcomponentes del mismo, su contenido y formas de control, así como de las orientaciones metodológicas que garantizan su concreción en la práctica a partir de las particularidades de los atletas que se desentrenan.
- Con la aplicación del modelo se logró su concreción y se constataron readecuaciones orgánicas en los sujetos implicados en relación con la frecuencia cardiaca en reposo y final, el máximo consumo de oxígeno y los equivalentes metabólicos de trabajo, así como un alto nivel de satisfacción, elementos que corroboran la pertinencia del modelo.

RECOMENDACIONES

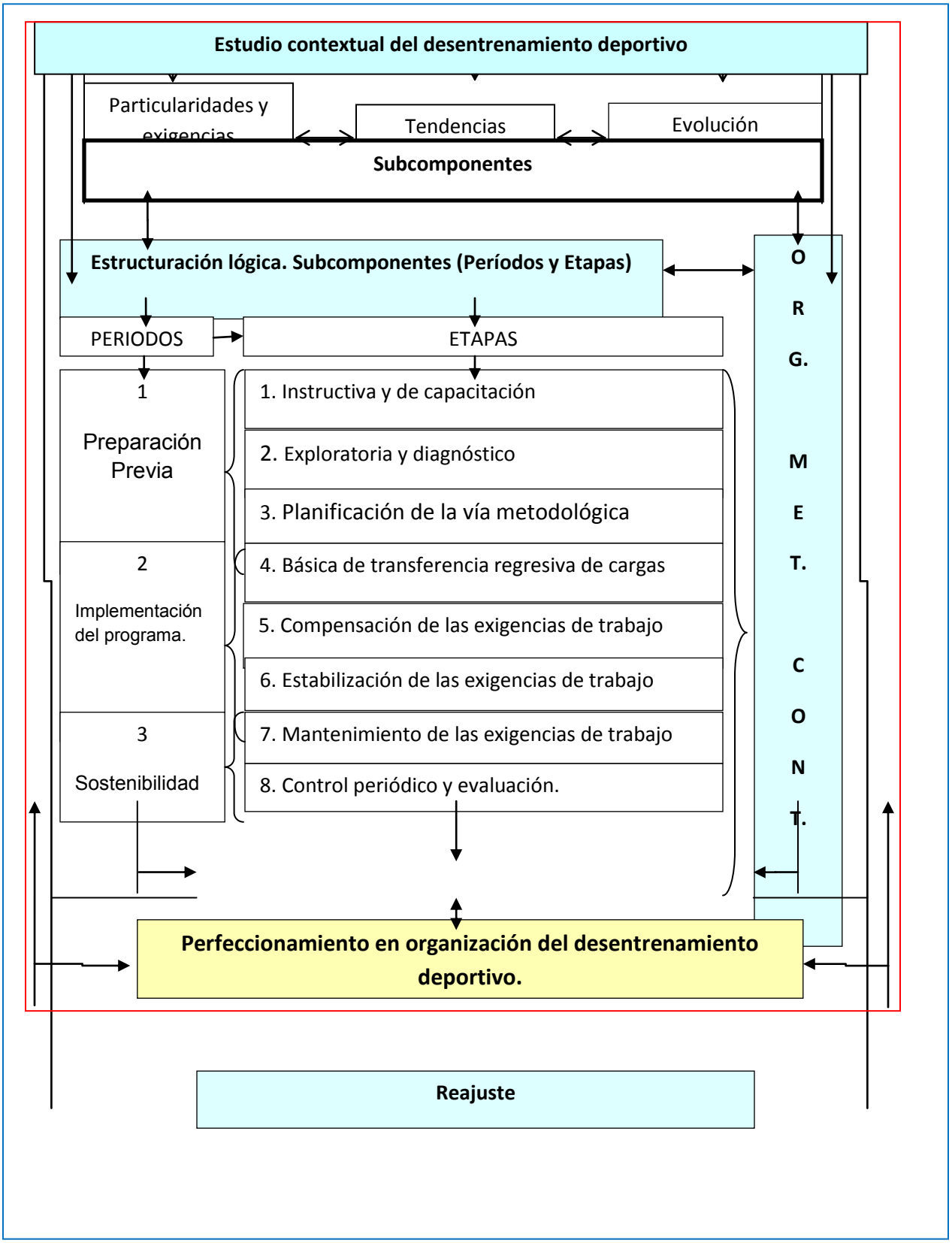
- Validar en la práctica la efectividad del modelo diseñado con atletas retirados de diferentes deportes.
- Fundamentar metodológicamente el tratamiento a los componentes de la carga durante el desentrenamiento deportivo.
- Determinar variables psicológicas que se pudieran controlar desde la aplicación del modelo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Abreu. L. (2007) Estudio descriptivo sobre el desentrenamiento como unanecesidad vital para los Baskebolistas Cienfuegueros retirados del altorendimiento. Trabajo de diploma. ISCF. La Habana. Cuba. FCF. Cienfuegos.
2. Aguilar, E. y Hernández. R. (2004) Caracterización integral de un grupo de atletas retirados de Ciudad de la Habana. Tesis de Maestría no publicada. ISCF “Manuel Fajardo”. La Habana. Cuba.
3. Aguilar, E. (2009) Metaprograma de entrenamiento físico para el desentrenamiento de atletas élite. Tesis Doctoral no publicada. ISCF Manuel Fajardo. La Habana. Cuba.
4. Álvarez de Zayas. C. (1995) La metodología de la investigación científica.MES.La Habana. Cuba.
5. Albizúa, F. F. (2001) El desentrenamiento deportivo. A.C.D. Hispagimnasios. Todos los derechos reservados.
6. Alonso, R. (2000) La medicina deportiva en el entrenamiento deportivo: Teoría o Hipótesis. Retrievfrom: http://wwwefdeportes.com.Consultado en Septiembre de2009
7. Comité Olímpico Internacional, (1958) Carta Olímpica. Programa para la transición luego del deporte. Actualizado Beijing (2008).
8. Colectivo de autores de Cuba. (2003) Programa nacional de medicina deportiva de atención a atletas activos, retirados y familiares. La Habana: Deportes.

9. De Armas, N. [et. al] (2002) Conceptualización y caracterización de los aportes teóricos metodológicos como resultados científicos de la investigación.
10. De la Rúa, M. (2002) Técnicas para propiciar la participación investigativa II. Editora “Máximo Gómez”. MINFAR. Cuba.
11. García, M. (2012) El desentrenamiento en los atletas retirados del deporte de alto rendimiento. Revista Digital. Buenos Aires - Año 17 - Nº 168 - Mayo de 2012. Disponible en: http://www.efdeportes.com/.Consultado Octubre 2012.
12. Mayo, M. (2012) Principios para la individualización del desentrenamiento deportivo. *Revista Digital*. Buenos Aires - Año 17 - Nº 168 - Mayo de 2012. Retrievfrom: http://www.efdeportes.com/.Consultado Mayo 2012.
13. Mena, O. (2007) Propuesta de un programa de entrenamiento físico para desentrenar los Baloncestistas Cienfuegueros retirados del alto rendimiento. V Simposio Internacional Científico Metodológico de Educación Física y Deportes. Cienfuegos. Cuba.
14. Mena, O. (2013) Tendencias y retos actuales del proceso de desentrenamiento deportivo. Retrievfrom: http://www.efdeportes.com. Consultado agosto de 2013.
15. Ruiz, M. (s/f)LaCompetenciaInvestigadora.Entrevista sobre tutoría aInvestigaciones Educativas.
16. Sierra Lombardía, V. (1998) Metodología de la investigación científica. Centro de estudios de la Educación Superior “Manuel F. Gran” Universidad de Oriente.
17. Verjoschanky, J.V. (1990) Entrenamiento deportivo, planificación y programación. Barcelona: Martínez Roca.

Figura. 1. Modelo para la organización del desentrenamiento deportivo.



Título: Nuevo sistema para la evaluación de la optimización morfológica del deportista cubano de alto rendimiento.

Autores: Wiliam Carvajal Veitía[1], Sofía León Pérez[2], María Elena González Revuelta[3], Yanell Deturnell Campos[4].

[1] Licenciado en Biología, Master en Antropología, Centro de Investigaciones del Deporte Cubano

[2] Dra en Ciencias Pedagógicas, Centro Provincial de Medicina del Deporte

[3] Dra en Ciencias Médicas, Instituto de Medicina del Deporte

[4] Licenciado en Biología, Master en Antropología, Instituto de Medicina del Deporte

País: Cuba

Resumen:

Uno de los pilares para el desarrollo del control biomédico de la preparación de los deportistas es poseer modelos provenientes de deportistas exitosos que permitan establecer las desviaciones que pudieran repercutir en el alcance de un mejor resultado deportivo. Generalmente suele ocurrir que estos modelos no son accesibles en muchas ciencias aplicadas al deporte, pues en algunos casos constituyen resultados estratégicos. La Cineantropometría es una de las ciencias que no ha mostrado estas limitaciones, pues los datos de los mejores deportistas a nivel mundial han sido divulgados por la editorial del Comité Olímpico y otras prestigiosas editoriales a nivel internacional. En Cuba, nunca se ha realizado la evaluación del deportista tomando como referencia los mejores exponentes a nivel internacional, ya que aunque existen datos disponibles en la literatura internacional, a veces faltan datos relevantes en el perfil cineantropométricos del modelo, mientras que por otra parte, los modelos de los deportistas representativos de un deporte han cambiado con el desarrollo del deporte a nivel mundial. Después de desarrollar un trabajo documental donde se recopiló información existente de diversas bases de datos y se evaluó y solicitó información a algunos expertos internacionales, en el siguiente trabajo se expone una metodología que compara los deportistas cubanos a los de la elite internacional y

establece el nivel de optimización alcanzado basado en las variables que describen el desempeño deportivo.

Introducción

Los resultados obtenidos por los deportistas de categoría mundial y olímpica proceden de una combinación de rasgos heredables y de la capacidad de desarrollar otros con el entrenamiento deportivo. Cuando la distribución de los rasgos morfológicos de los deportistas más exitosos difiere marcadamente de los que poseen los deportistas menos exitosos, esto significa que estas características son más importantes para el desempeño competitivo.

Norton & Olds describieron el método de Zona de Superposición (ZS) y Zona de Superposición Bivariada (ZSB), para cuantificar las diferencias entre las distribuciones poblacionales. Ambos métodos se basan en el cálculo de la probabilidad de que un sujeto seleccionado de la población general posea atributos de la población deportiva. Un valor elevado de SZ o ZSB indica una superposición sustancial entre la población de deportistas elites y la población de referencia, mientras que valores pequeños indican que el sujeto o la población general no poseen los atributos de la población deportiva. Ambos, la SZ y la ZSB pueden ser usados para predecir las diferencias en la presión de selección entre deportes y varias posiciones dentro del deporte, dimorfismo sexual, y cambios a través del tiempo.

En Cuba, los referentes evaluativos de la composición corporal, se basan en la estimación puntual y el análisis comparativo univariado utilizando rangos que definen el pool genético de la población deportiva cubana para cierta variable. El autor considera que el método multivariado de SZB permite hacer una evaluación integral del deportista, una vez que este es comparado con los mejores de su deporte a nivel internacional.

Una vez que se realiza la evaluación antropométrica de los deportistas, el estudio comparativo con los mejores a nivel internacional pudiera arrojar información sobre los elementos esenciales para el alcance de la optimización morfológica.

En la presente investigación se pretenden exponer los estándares de los deportistas nacionales, ajustados a las características que estos deben poseer para estar en el rango de atributos de los mejores deportistas a nivel internacional, así como establecer valores de referencia para la población deportiva cubana.

Diseño metodológico

El autor realizó una extensa revisión documental donde fueron compilados los indicadores que definen a los mejores deportistas a nivel internacional. Las fuentes primarias para el análisis de datos fueron extraídas de la base de datos "Anthropometry of Olympic Athletes 2012", mientras que las compilaciones de la adiposidad y/o porcentaje de grasa fueron obtenidos a partir de los datos aportados por la Federación Española de Medicina del Deporte, algunas publicaciones internacionales y algunos clásicos de la literatura especializada divulgados por el Comité Olímpico Internacional y por revistas de la temática. La base de datos de de donde se extrajo la información de los deportistas cubanos fue la del proyecto antropológico "Evolución morfológica en población deportiva cubana: 1970-2010". La misma fue previamente utilizada para publicaciones e investigaciones como "Evaluación de la Composición Corporal en el Control Biomédico de la Preparación de Atletas venezolanos" finalizados en el año 2014.

Para evaluar las características de la composición corporal y el somatotipo antropométrico en los deportistas estudiados, ajustadas al estimado peso-estatura de la población deportiva internacional, se utilizó el método de la Zona de Superposición Bivariada (ZSB). El algoritmo de este método (Norton & Olds, 2001) fue programado por el autor en una hoja de Excel y sus premisas adaptadas a la situación particular de la investigación.

Los indicadores utilizados en el análisis de datos fueron: peso, estatura, sumatoria de panículos adiposos (subescapula+tríceps+supraespinal+abdominal+muslo+ierna), porcentaje de grasa y los componentes del somatotipo antropométrico de Heath-Carter así como su distribución espacial en la somatocarta.

El estimado del porcentaje de grasa fue realizado a partir del método de Withers y colaboradores (1987), mientras que el índice de sustancia corporal activa derivó de este proceder.

Los pasos seguidos para evaluar la ZSB fueron:

1. Se extrajeron los pares peso; estatura de la población olímpica de Londres 2012 con el objetivo de establecer los datos de una población deportiva de referencia (Pr).
2. Cuando el peso corporal no se ajustó a la normalidad de los datos, se procedió a la conversión logarítmica del mismo.
3. Una vez obtenido los pares peso; estatura de la Pr se determinó la probabilidad de que cada par peso; estatura de la población deportiva cubana (Pc) tuviera características comunes a la Pr. Esto se hizo utilizando la distribución ($\chi 2$) a través de la fórmula (Norton y Olds,2001):

Donde X y Y son los valores de los pares X;Y(peso; estatura) del deportista o el promedio de la selección cubana; r es la correlación entre el peso y la estatura para los deportistas foráneos del deporte comparado ; es el valor muestral promedio para la variable X en la población foránea; DEx es el estimado de la desviación estándar para la variable X en la población foránea; es el valor muestral promedio para la variable Y en la población foránea; y Dey es el estimado de la desviación estándar para la variable Y en la población foránea.

1. Una vez que se tuvo el valor de X2 asociado para cada par X; Y, se calculó su probabilidad asociada usando dos grados de libertad (gl=2), se promediaron los valores de probabilidad de los pares individuales X;Y , el resultado fue representado en gráficos de barra.
2. Un valor de ZSB cercano a 0 se tradujo como medida del aumento de la presión de selección y fue predictora de evolución futura del somatotipo y de los indicadores de la composición corporal, mientras que un valor cada vez más cercano a 1 se tradujo como presión de selección disminuida y un somatotipo y composición corporal óptimos para el desempeño.

3. Una vez que se determinó la cantidad de deportistas cubanos que mostraron una ZSB ≥ 0.5, se extrajeron y se promediaron los componentes del somatotipo de estos según el procedimiento de Norton & Olds (2001). De esta forma se obtuvo el somatotipo ideal para el peso y estatura ideal para el deporte.
4. Una vez establecidas las características ideales ajustadas a la zona de superposición de los mejores deportistas internacionales, se procedió a comparar la composición corporal y el somatotipo de los deportistas cubanos con los foráneos para evaluar las diferencias existentes.

Los resultados fueron expresados en gráficos y somatocartas que sirven de referencia para la evaluación de los deportistas cubanos.

Para el procesamiento estadístico se utilizaron los paquetes estadísticos NCSS PASS GUESS (Hintze, 2007), Statistical 8.0 y Statistical Package of Social Science 21.0 en computadora HP Pavilion g4-1287 la Notebook PC.

Resultados

Para sintetizar los resultados expuestos en los anexos, y dar un sentido más práctico a los resultados alcanzados, se obtuvieron los perfiles del porcentaje de grasa e índice sustancia corporal activa de todos los deportes, así como sus somatocartas. Según Norton et al. (2000), la importancia de los perfiles poblacionales y de las somatocartas radica en que se podrán diferenciar los deportes y/ o modalidades que poseen similitud de los que no la poseen. Por otra parte, los mismos permiten hacer agrupaciones de deportes que poseen las mismas demandas biomecánicas e igual composición corporal y/o somatotipo.

En el perfil del porcentaje de grasa del sexo masculino (Figura 1) el lado izquierdo de la distribución está influenciado por deportes como la gimnasia artística, la modalidades de carrera y salto del atletismo, fútbol, natación, ciclismo ruta, voleibol y canotaje (%G<8,1); el extremo derecho de la distribución es asimétrico y posee una gran influencia de los deportes las modalidades de lanzamiento en el atletismo, béisbol y el polo acuático (%G10,1). El resto posee una distribución central con respecto a la media grupal (>8,1 y ≤10,1).

La influencia de la estatura , en algunos casos, mientras que la marcada hipertrofia en otros, caracterizó el desarrollo relativo del perfil de la masa corporal activa(Figura 2): El salto alto, baloncesto, voleibol y el fondo largo, tuvieron los valores más discretos del índice(AKS<1,11), mientras que las modalidades de lanzamiento en el atletismo influenciaron el extremo derecho de la distribución con los valores más elevados del índice de sustancia corporal activa al igual que el béisbol, gimnasia artística, clavado y canotaje(AKS>1,26).

En el sexo femenino, el perfil del porcentaje de grasa fue cualitativamente similar al del sexo masculino (Figura 3), la única excepción fue la gimnasia rítmica que apareció entre los deportes que tuvieron los valores más bajos, al igual que la gimnasia artística y las corredoras de fondo largo, modalidades de carrera del atletismo, ciclismo, voleibol y esgrima (%G<13,6). Las deportistas de natación, se encuentran entre las que poseen mayor porcentaje de grasa al igual que las de atletismo lanzamiento (disco y bala) con valores superiores a 16,5% de grasa.

El valor relativo de la masa corporal activa que mostraron las deportistas de disco y bala fue superior al del resto(Figura 4), las deportistas de ciclismo ruta, clavado, canotaje y el atletismo velocidad también estuvieron en el lado derecho de la distribución(AKS>1,15), mientras que las deportistas de gimnasia rítmica, junto con las de nado sincronizado, voleibol, natación, remos ligeros y las exponentes de la distancia 400/800m del atletismo tuvieron los valores más bajos de masa magra relativa(AKS<1,09).

La figura 5 refleja la gama de variabilidad somatotípica del sexo masculino, se aprecia que la mayoría de los deportes se encuentran dentro del canal que agrupa a los mesomórficos balanceados; en el mismo varía la mesomorfia en alguna medida: los mayores valores los posee la categoría de 90kg del judo y los menores los jugadores de tenis de mesa.

En la misma figura, los mesoendomórficos representan otra proporción de deportes donde el tenis posee los valores más discretos de mesomorfia y los exponentes de la halterofilia (105 y >105kg) y los supercompletos de judo (>100) los mayores niveles de mesomorfia.

El tercer grupo de deportistas del sexo masculino se encuentra distribuido en las categorías mesoectomórfico, mesomórfico-ectomórfico y ectomesomórfico. En el primer grupo se encuentran los exponentes del atletismo 400/800m y fondo largo, así como los boxeadores de 56kg; en el segundo grupo los exponentes del salto alto y voleibol; mientras que los exponentes del salto alto con la combinación peso-estatura ideal fueron ectomesomórficos.

En el sexo femenino (Figura 6) se encontraron dos categorías adicionales, pues el somatotipo central y el endomórfico-mesomórfico representa a los exponentes de nado sincronizado y baloncesto, en el primer caso, mientras que las lanzadoras de disco se encuentran en el canal que define un equilibrio para el desarrollo músculo esquelético y la adiposidad relativa.

En la figura 6 se aprecia que la tendencia al somatotipo mesomórfico balanceado fue más frecuente en la población deportiva del sexo femenino, la magnitud del desarrollo músculo esquelético varió dentro de los deportes donde las deportistas de judo de las categorías 52 y 63 fueron las que ostentaron mayor desarrollo músculo-esquelético, mientras que las exponentes de 100c/v dentro del atletismo fueron las de menor desarrollo relativo en este componente.

El somatotipo promedio mesoendomórfico también mostró una alta frecuencia en la gama de deportes evaluados, en esta categoría, los superpesados de judo y las lanzadoras de bala, disco y jabalina tuvieron el mayor desarrollo músculo esquelético relativo y los mayores valores de adiposidad. Las deportistas de nado sincronizado, voleibol, remos ligeros y las de atletismo 400/800m mostraron un somatotipo con tendencias al equilibrio del desarrollo músculo esquelético y la linealidad.

Conclusiones

1. El nuevo sistema de evaluación de la composición corporal y el somatotipo es más objetivo que los anteriores, pues el mismo incluye no solo las estimaciones puntuales en un número mayor de deportes que lo sistemas precedente, sino que incluye dos categorías basadas en los indicadores ajustados a la élite internacional y los de la población deportiva cubana actual.

2. La nueva tipología gráfica es más informativa para la evaluación cineantropométrica, pues la misma discrimina las diferencias existente entre deportes y/ o modalidades, y tiene en cuenta la gama de demandas morfológicas asociada a la composición corporal de cada deporte.

Referencias

1. Kerr DA, Ross WD, Norton K, Hume P, Kagawa M. Olympic Lightweight and Open-Class Rowers Possess Distinctive Physical and Proportionately Characteristics. J Sports Sci 2007; 25(1): 43-53.
2. Olds, T. Body Composition and Sports performance. In: Olympic textbook of science in sport. Volume xv of the encyclopedia of sports medicine an JOC medical commission publication, John Wiley & Sons, Ltd., Publication. Garsington Road, Oxford; 2009. P.131-148.
3. Norton, K., Olds, T. morphological evolution of athletes over the 20th century: causes and consequences. Sport Med 2001; 31(11): 763-83.
4. Rodríguez CA., Sánchez G, Norat T, Fernandez MC. Instrumento para medir nutrición y reservas de energía. Rev. Cub. Med. Dep. y Cul. Fís. 1996; 1(1): 50-57.
5. Olds T., Tomkinson G.R. Absolute Body Size. In: Applied Anatomy and Biomechanics in Sport, 2th Edition (Ackland T.R., Elliott B.C., Bloomfield J., Eds); Blackwell Scientific Publications, Oxford; 2009.p. 29-47.
6. ISAK. International Standards for Anthropometric Assessment. International Society for the Advancement of Kinanthropometry. 2011; p.139.
7. Epstein D. The Sports Gene: Inside the Science of Extraordinary Athletic Performance, Current, 2013.
8. Eckstein S, Barberia L. Grounding Immigrant Generations in History: Cuban Americans and Their Transnational Ties', International Migration Review 2002; 36(3): 799-837.
9. Carvajal, W. Selección natural y deporte: un acercamiento al estudio de la evolución morfológica del deportista de alto rendimiento. An Antrop 2013; 47(1): 189-210.

10. Connor J, Griffin A. The Muscle Trade: International track and field athlete mobility, colonialism and development. 2012. Available in: http://www.tasa.org.au/conferences/conferencepapers09/papers/Connor,%20James.pdf [2017 Jan 10].
11. Oficina Nacional de Salud Pública. II Encuesta de Factores de Riesgo para la Salud y Enfermedades no Transmisibles, 2001. La Habana (Cuba): Edición Abril; 2008.
12. Carvajal, W., Ríos, A., Echeverría, I., Martínez, M., Castillo, M.E. (2008a) Tendencia secular en deportistas cubanos de alto rendimiento: periodo 1976- 2008. Rev. Esp. Antrop. Fis 2008;(28):71–9.
13. Sands WA, Slater C, McNeal JR, Murray SR, Stone MH. Historical Trends in the Size of US Olympic Female Artistic Gymnasts. Int J Sports Physiol Perform 2012; 7, 350-356.
14. Sedeaud A, Marc A, Schipman J, Schaal K, Danial M, Guillaume M, Berthelot G, Toussaint JF.Secular trend: morphology and performance. J Sports Sci. 2014; 32(12):1146-54.
15. Carvajal, W., Serviat, N. Evolución del somatotipo de jugadores cubanos de voleibol en el periodo 1970-2012. Arch Med Dep 2014; 31(6):384-390.
16. Watts AS, Coleman I, Nevill A. The changing shape characteristics associated with success in world-class sprinters. J Sports Sci 2012; 30(11):1085-95.
17. Douda HT, Toubekis AG, Avloniti AA, Tokmakidis SP. Physiological and anthropometric determinants of rhythmic gymnastics performance. Int J Sports Physiol Perform 2008; 3(1):41-54.
18. Cicchella A, Jidong L, Jürimäe T, Zini M, Passariello C, Rizzo L et al. Anthropometric comparison between young estonian and chinese swimmers. J Hum Sport Exerc 2009; 4(2):154-160.

Anexos

Tablas, Gráficos y Figuras

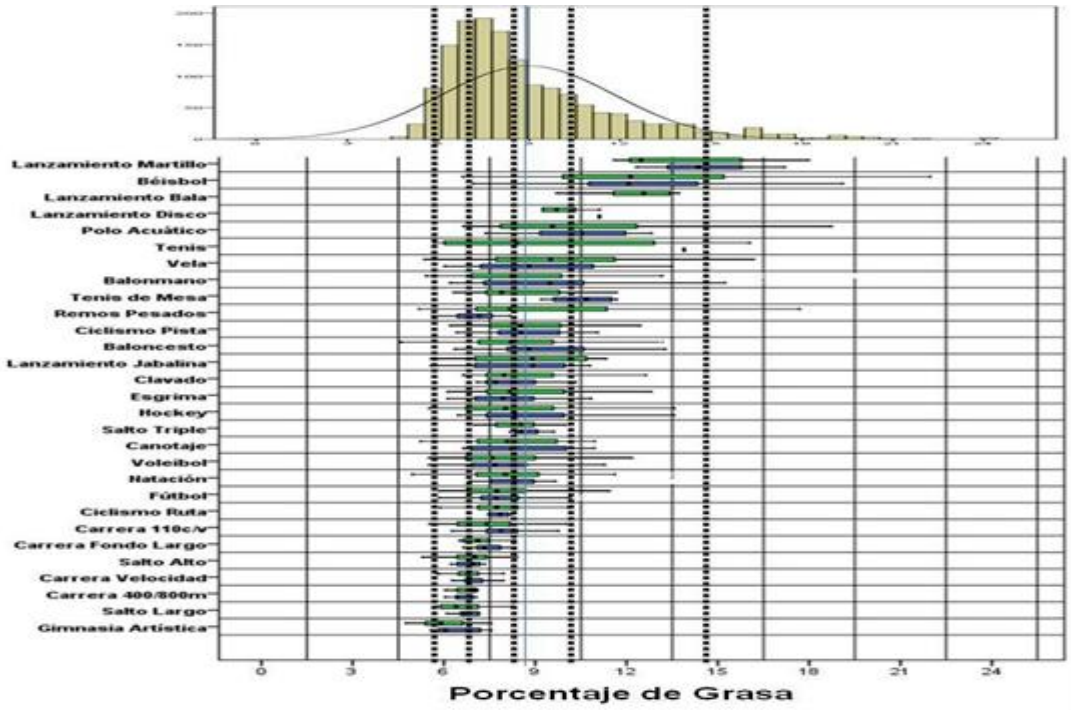


Figura 1. Porcentaje de grasa (X±DE) en deportistas del sexo masculino de diferentes deportes. En la figura, la barra verde representa el promedio poblacional cubano, mientras que la azul representa los deportistas con similitud corporal a los deportistas olímpicos. Las líneas discontinuas, los percentiles 5,25, 50,75 y 95 de izquierda a derecha.

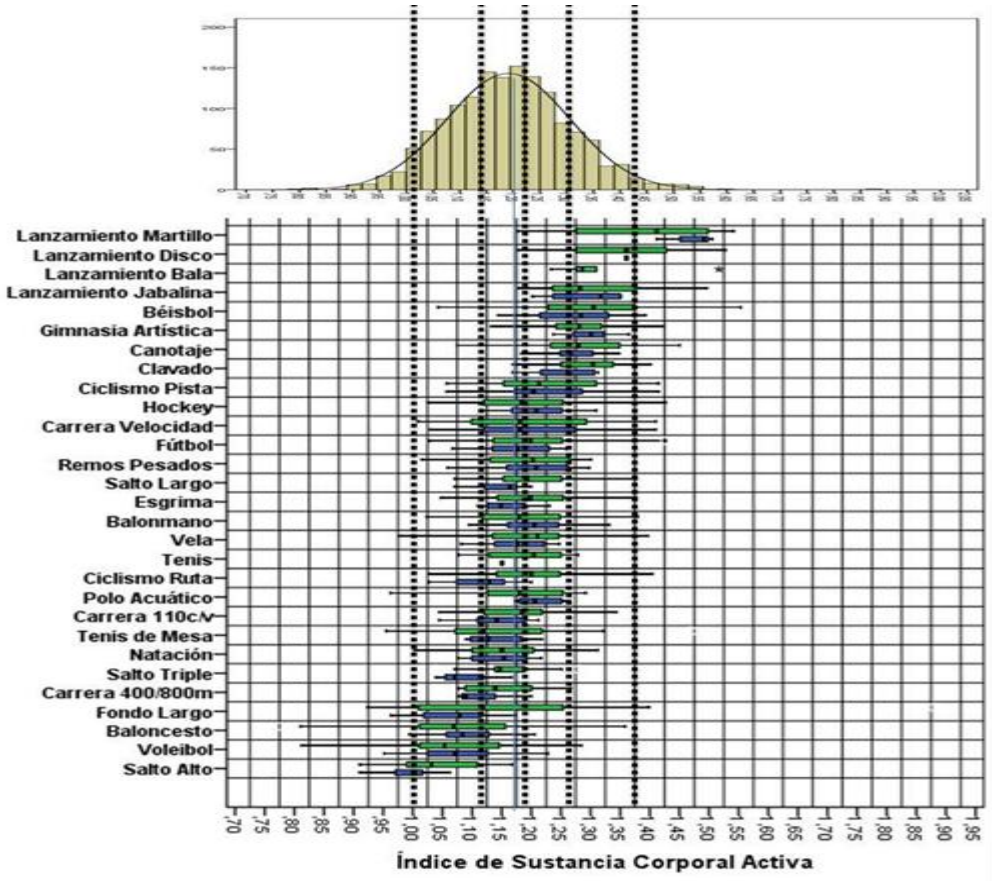


Figura 2. Índice de Sustancia Corporal Activa (X±DE) en deportistas del sexo masculino de diferentes deportes. En la figura, la barra verde representa el promedio poblacional cubano, mientras que la azul representa los deportistas con similitud corporal a los deportistas olímpicos. Las líneas discontinuas, los percentiles 5, 25, 50,75 y 95 de izquierda a derecha.

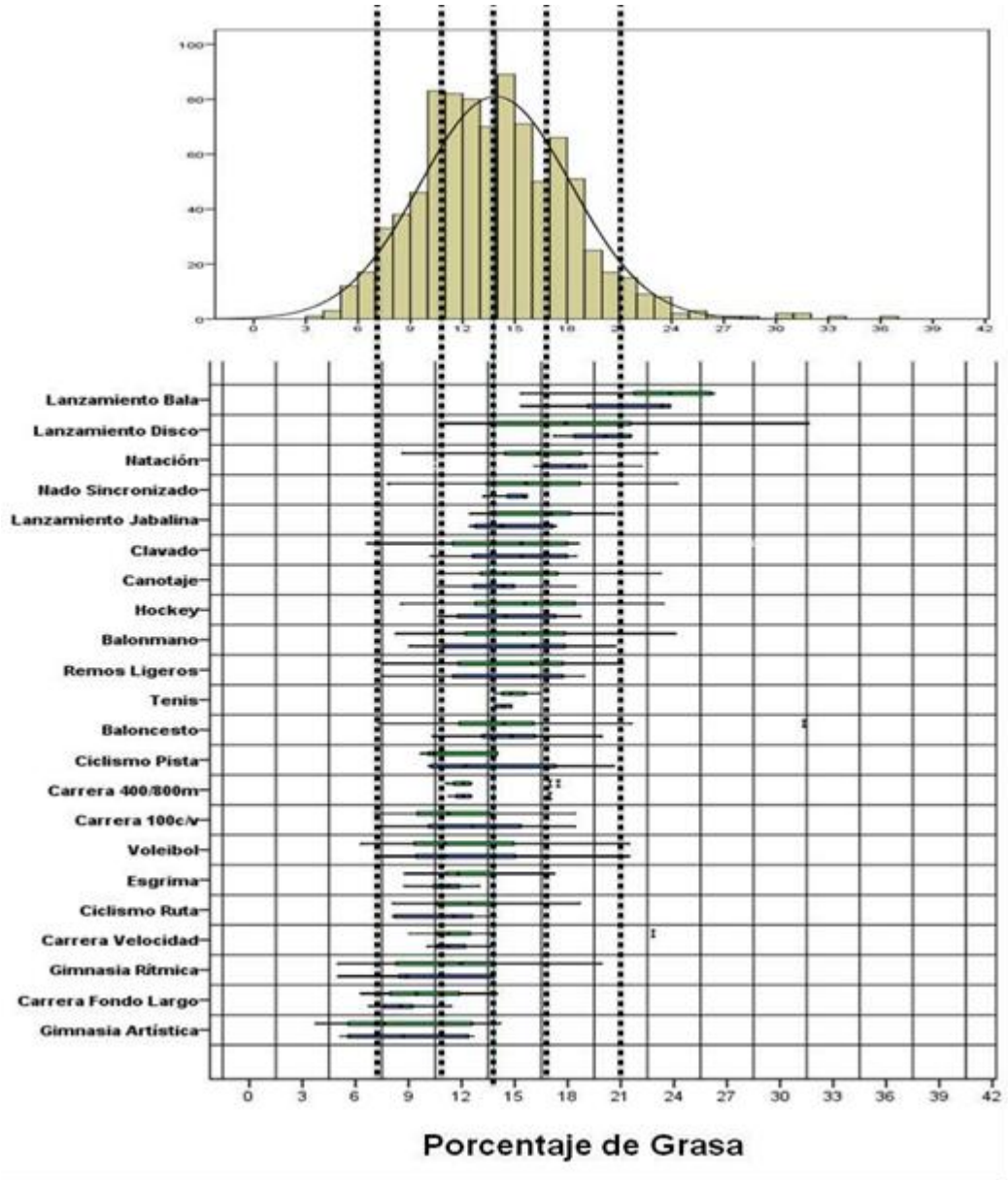


Figura 3. Porcentaje de grasa (X±DE) en deportistas del sexo femenino de diferentes deportes. En la figura, la barra verde representa el promedio poblacional cubano, mientras que la azul representa los deportistas con similitud corporal a los deportistas olímpicos. Las líneas discontinuas, los percentiles 5, 25, 50,75 y 95 de izquierda a derecha.

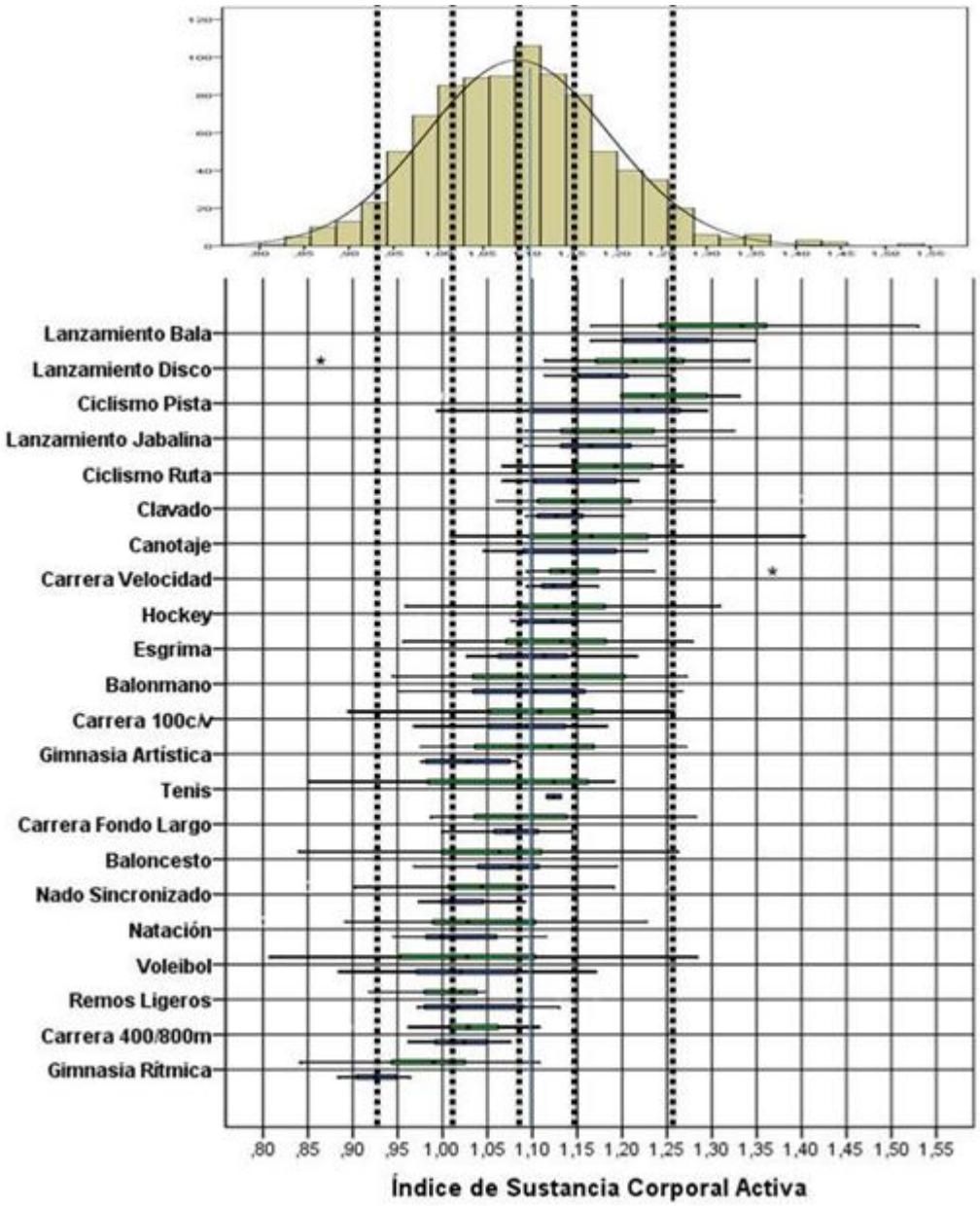
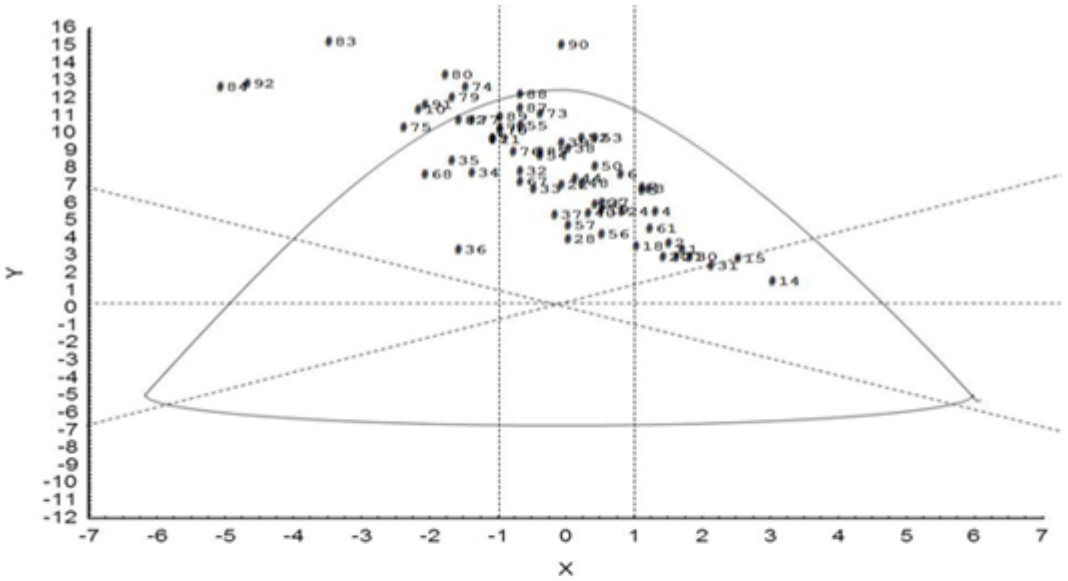
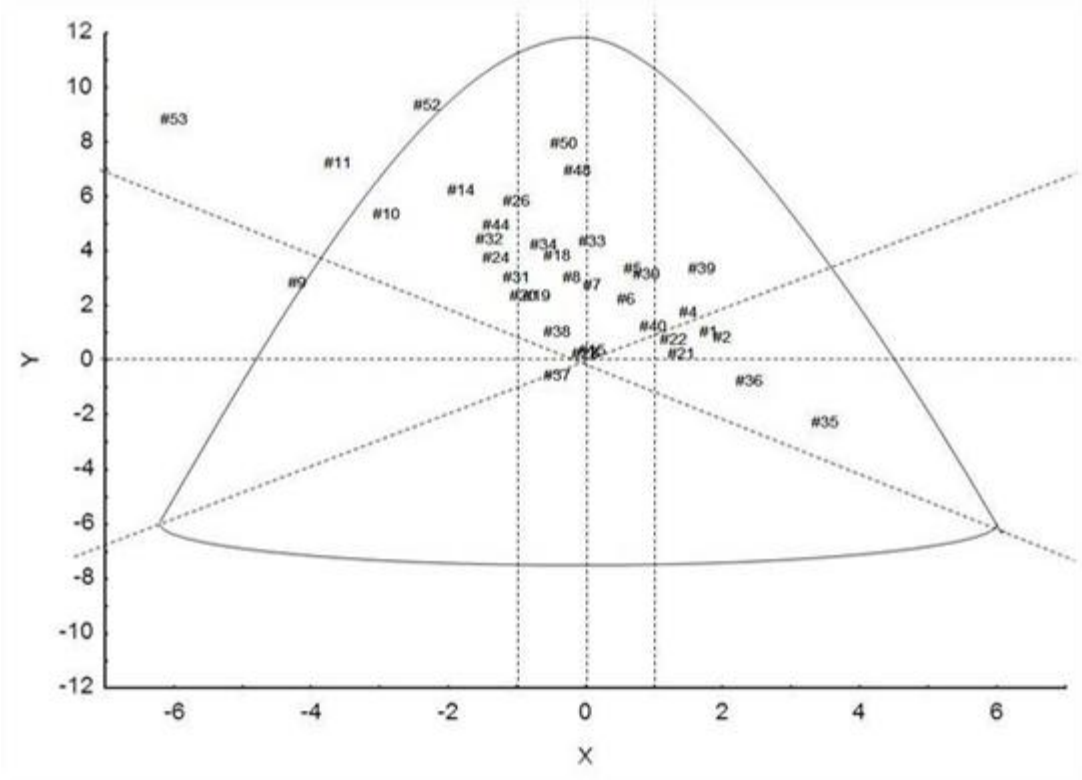


Figura 4. Índice de Sustancia Corporal Activa (X±DE) en deportistas del sexo femenino de diferentes deportes. En la figura, la barra verde representa el promedio poblacional cubano, mientras que la azul representa los deportistas con similitud corporal a los deportistas olímpicos. Las líneas discontinuas, los percentiles 5, 25, 50,75 y 95 de izquierda a derecha.



1	Carrera 400/800m(ZSB)	27	Hockey	53	Gimnasia Artistica	79	Halterofilia 69
2	Carrera 400/800m	28	Tenis Mesa(ZSB)	54	Clavado (ZSB)	80	Halterofilia 77
3	Carrera fondo largo(ZSB)	29	Tenis Mesa	55	Clavado	81	Halterofilia 85
4	Carrera fondo largo	30	Voleibol(ZSB)	56	Esgrima(ZSB)	82	Halterofilia 94
5	Carrera 110c/v(ZSB)	31	Voleibol	57	Esgrima	83	Halterofilia 105
6	Carrera 110c/v	32	Polo Acuático(ZSB)	58	Boxeo 49	84	Halterofilia >105
7	Carrera velocidad(ZSB)	33	Polo Acuático	59	Boxeo 52	85	Judo 56
8	Carrera velocidad	34	Béisbol(ZSB)	60	Boxeo 54	86	Judo 60
9	Lanzamiento disco(ZSB)	35	Béisbol	61	Boxeo 56	87	Judo 66
10	Lanzamiento disco	36	Tenis(ZSB)	62	Boxeo 60	88	Judo 73
11	Lanzamiento bala	37	Tenis	63	Boxeo 64	89	Judo 81
12	Lanzamiento jabalina(ZSB)	38	Canotaje(ZSB)	64	Boxeo 69	90	Judo 90
13	Lanzamiento jabalina	39	Canotaje	65	Boxeo 75	91	Judo 100
14	Salto alto(ZSB)	40	Vela(ZSB)	66	Boxeo 81	92	Judo >100
15	Salto alto	41	Vela	67	Boxeo 91		
16	Salto largo(ZSB)	42	Natación(ZSB)	68	Boxeo >91		
17	Salto largo	43	Natación	69	Lucha 54		
18	Salto triple(ZSB)	44	Ciclismo pista(ZSB)	70	Lucha 58		
19	Salto triple	45	Ciclismo pista	71	Lucha 63		
20	Baloncesto(ZSB)	46	Ciclismo ruta(ZSB)	72	Lucha 69		
21	Baloncesto	47	Ciclismo ruta	73	Lucha 76		
22	Balonmano(ZSB)	48	Remos ligero(ZSB)	74	Lucha 85		
23	Balonmano	49	Remos ligero	75	Lucha 97		
24	Fútbol(ZSB)	50	Remos pesado(ZSB)	76	Lucha 130		
25	Fútbol	51	Remos pesado	77	Halterofilia 56		
26	Hockey(ZSB)	52	Gimnasia Artistica(ZSB)	78	Halterofilia 62		

Figura 5. Somatotipo promedio de los deportes y o modalidades estudiadas en el sexo masculino.



1	Carrera 400/800m(ZSB)	14	Lanzamiento jabalina	27	Vela(ZSB)	40	Remos ligero
2	Carrera 400/800m	15	Baloncesto(ZSB)	28	Vela	41	Gimnasia Artistica(ZSB)
3	Carrera fondo largo(ZSB)	16	Baloncesto	29	Natación(ZSB)	42	Gimnasia Artistica
4	Carrera fondo largo	17	Balonmano(ZSB)	30	Natación	43	Clavado (ZSB)
5	Carrera 100c/v(ZSB)	18	Balonmano	31	Ciclismo pista(ZSB)	44	Clavado
6	Carrera 100c/v	19	Hockey(ZSB)	32	Ciclismo pista	45	Esgrima(ZSB)
7	Carrera velocidad(ZSB)	20	Hockey	33	Ciclismo ruta(ZSB)	46	Esgrima
8	Carrera velocidad	21	Voleibol(ZSB)	34	Ciclismo ruta	47	Judo 48
9	Lanzamiento disco(ZSB)	22	Voleibol	35	Gimnasia Ritmica(ZSB)	48	Judo 52
10	Lanzamiento disco	23	Tenis(ZSB)	36	Gimnasia Ritmica	49	Judo 57
11	Lanzamiento bala(ZSB)	24	Tenis	37	Nado Sincronizado(ZSB)	50	Judo 63
12	Lanzamiento bala	25	Canotaje(ZSB)	38	Nado Sincronizado	51	Judo 70
13	Lanzamiento jabalina(ZSB)	26	Canotaje	39	Remos ligero(ZSB)	52	Judo 78
						53	Judo >78

Figura 6. Somatotipo promedio de los deportes y o modalidades estudiadas en el sexo femenino.

Titulo: Orientación hacia el tratamiento de la higiene en la vida sexual del deportista de la alta competición.

Autora:M.Sc. María Regla Aballí Candelario. Licenciada en la Enseñanza de la matemática. Profesora Auxiliar. mariarc@uccfd.cu

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

País: Cuba

Resumen

Cuando nos referimos al término deporte, podemos observar la presencia de sujetos que interactuando se comportan, en cada caso, de modo muy singular, reflejado a través de su propia personalidad, que influye en la adaptación al contexto social a lo largo de su vida, mediante el juego, el estudio, el trabajo, acciones en la comunidad, actividades: intelectuales, políticas, artísticas, deportivas, científicas y recreativas; de donde surgen las relaciones afectivas que dan lugar a las relaciones de parejas. Este trabajo es el resultado parcial del estudio de las necesidades educativas de la sexualidad en deportistas de alta competición, con el propósito de fortalecer las acciones de orientación hacia la salud, en la promoción y prevención para el mejoramiento de estilos de vida, que contribuyan a incrementar los niveles de inmunidad de la población y propicie la orientación dirigida a la vida sexual, componente importante en el desempeño del deportista de alta competencia.

Palabras claves: sexualidad, vida sexual, relaciones de pareja, deportista de alta competencia.

Title: The orientation needsin high-performance sportsman´s sex life

Abstract

When we refer to the term sport, we can observe subjects 'presence that interacting, they behave in each case, in a very singular form, reflected through their own personality, that acts upon the adaptation to social context during his life, by means of game, study, work, actions in the community, intellectual, political, artistically, sports, scientific and recreational activities; where the affective relations

happenhencecouples´ones. This work is the partial study result of sexuality educational needs in high-performance sportsmen, in order to strengthen the orientation actions toward health, in promotion and prevention for lifestyles improvement, that contribute to raise the population immunitylevel sand propitiate the orientation directed to sex life, important component in the fulfillment of the high-performance sportsman.
Keywords: sexuality, sex life, partnerships, high-performance sportsman

Introducción

En Cuba, en el deporte de alta competencia, se observar la presencia de sujetos que interactuando se comportan, en cada caso, de modo muy singular, reflejado a través de su propia personalidad.

En cada una de las manifestaciones deportivas, se relacionan las personas unos con otros de diferente forma, utilizan espacios y terrenos de juegos muy diversos, donde cada uno muestra su propia personalidad, de forma única, producto de su singular experiencia en la vida, con diversas características afectivas, emocionales, físicas e intelectivas, que influyen en su adaptación al contexto social.

Contexto social en el que el individuo interactúa con sus semejantes, y se comunica con las personas de ambos sexos a lo largo de su vida, mediante el juego, el estudio, el trabajo, acciones en la comunidad, actividades: intelectuales, políticas, artísticas, deportivas, científicas y recreativas; de donde surgen las relaciones afectivas que dan lugar a las relaciones de parejas.

Desde que el niño (niña) nace, dentro del seno familiar se instruye sutilmente hacia la idea de conformar parejas estables, sin embargo se carece de estructuras efectivas de orientaciones de este tipo, provocando deficiencias en la asesoría acerca de la sexualidad, mancomunado a los tabúes que existe en el tratamiento del tema.

En el proceso de desarrollo del rendimiento deportivo[1], se impone la necesidad de

[1]Navarro Falgóns, S. (2007). *La iniciación deportiva y la planificación del entrenamiento* (Editorial Deportes ed.). Ciudad de la Habana.

salvaguardar la salud, mediante un proceso único de instrucción y educación sin mitos ni tabúes que puedan perjudicar el crecimiento humano de los sujetos, que incluye en su contenido, mantener conductas sexualmente saludables y comportamiento responsables en su vida sexual, respaldado por una serie de normas, requerimientos y medidas higiénicas dirigidas al fortalecimiento de la energía, propiciar un régimen correcto de entrenamiento y descanso, que repercute en lograr el incremento de la capacidad en su desempeño.

El deportista de alta competencia es un sujeto especial y como ser sexuado, necesita del disfrute de su vida sexual con responsabilidad y de forma respetuosa, para preservar su salud y el logro de la compensación psicológica que requiere la práctica deportiva. Conjuntamente, debe aprender a regular y autorregular el comportamiento en su vida sexual para el logro de las proyecciones futuras.

Esta autorregulación, no implica la represión de emociones, sino una resistencia de la misma más constructiva y saludable, acorde a la significación que la situación tenga para el sujeto, vista como un proceso consciente, donde la personalidad del deportista tiene un papel de mediador. Ferrer Lozano, (2009).

Asimismo, Sánchez Acosta (2005)[2], resalta la importancia para la planificación del entrenamiento deportivo del estudio de las necesidades reales del deportista, ya que pueden afectar el proceso de preparación psicológico para el entrenamiento y la competencia deportivo, y el disfrute de la sexualidad en el deportista es una necesidad real.

De la misma forma, Pérez Manresa Milaida (2010)[3], en su investigación, insiste dentro de las necesidades del deportista, de una sexualidad responsable desde la adolescencia, que a su vez debe formar parte de su formación integral. Al mismo tiempo, recomienda la capacitación de todo el personal formador para llevar a cabo la educación de la sexualidad, y propone un sistema de acciones para la educación de la sexualidad desde el deporte participativo. A su vez distingue el

---

[2]Sánchez, M. E. A. (2005). *Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva* (Deportes ed.). Ciudad de la Habana.

[3] Pérez Manresa, M. (2010). *TESIS EN OPCIÓN AL TITULO ACADÉMICO DE MÁSTER EN ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD.* Sistema de acciones para la educación de la sexualidad responsable desde el deporte participativo para adolescentes de 14 a 16 años de la Comunidad Las Brisas, Iribarren, Estado Lara. Venezuela.

perfeccionamiento de los programas, con vista a enriquecer los conocimientos sobre las temáticas de la sexualidad a través de los contenidos de la enseñanza.

Ruiz Gamio Xiomara (79,17)[4], Fernando pacheco (32,11) , diferencian sobre las necesidades de la juventud, citando: de alegría vital, optimismo, del deporte, la práctica de ejercicio físico, excursión, estudio, análisis investigativo; unido a los sentimientos amorosos, las relaciones sexuales, respaldado con los conocimientos que eleva el nivel de responsabilidad que ella reclama.

Manzano Milanés, (2009)[5], en su investigación en la Escuela de Formación de Atletas ¨Giraldo Córdova Cardín¨, señala la existencia en el Instituto Nacional del Deporte de un programa para la prevención de las infecciones de trasmisión sexual, muy general, que no tiene en cuenta las características de los grupos etáreo, ni especifica las etapas de aplicación y diseña un sistema de acciones para la prevención de las ITS/SIDA en atletas juveniles.

Paralelamente, Lobato González, (2009)[6], realizó una investigación con adolescentes deportistas de la Escuela de Formación de Atletas ¨Giraldo Córdova Cardín, y destaca el insuficiente estudio descriptivo respecto al tema de la sexualidad en los adolescentes deportistas, del cual deriva la necesidad de investigar los conocimientos, comportamientos y perjuicios sobre la sexualidad en este grupo social, identificando las necesidades básicas de aprendizaje asociados a la sexualidad.

Contrariamente, de la importancia de una adecuada salud para obtener un elevado rendimiento deportivo, todavía no se cuenta con orientaciones precisas para guiar al deportista de la enseñanza media general hacia los conocimientos sobre la forma de conducir la vida sexual en función de la calidad de su

---

[4] Ruiz Gamio Xiomara (2006). Educación sexual, familia, escuela y educación de la sexualidad editorial magisterio. 235pag.

[5]Manzano Milanés, Bárbara. (2007). Tesis en opción al título de máster En Psicología del Deporte. “Acciones para la prevención de ITS/VIH/SIDA, en atletas juveniles en la ESFA GiraldoCórdovaCardin”. Ciudad de la Habana. UCCFD “ManuelFajardo”.

[6] Lobato González, Silvia. (2009). Necesidades básicas de aprendizaje asociados a la sexualidaden adolescentes deportistas de la ESFA GiraldoCórdova Cardin”. Tesisenopción al gradodeMáster en Psicologia Del deporte. Ciudad de la Habana. UCCFD “Manuel Fajardo”.

desempeño como deportista de alta competición, esto conlleva a plantear la siguiente interrogante, ¿Cómo contribuir en el **mejoramiento de l**a orientacióndirigida a la forma de conducir los deportistas de alta competición la v**ida sexual** en función de la calidad de su desempeño deportivo?

Para responder a esa interrogante fue preciso comenzar el estudio a la educación de la sexualidad de los (las) deportistas de alta competitividaden la Escuela de Formación de Atletas ¨Giraldo Córdova Cardín¨, para accionar en La **orientación dirigida a la** forma de conducir su v**ida sexual** en función de la calidad de su desempeño deportivo.

Desarrollo

En esta etapa de la investigación fue preciso darle respuesta a dos interrogantes: ¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la orientación sobre la vida sexual en los (las) deportistas?, ¿Qué características presenta el proceso de orientación dirigido a la forma de conducir los deportistas de altacompetencia su vida sexual en función de la calidad de lapráctica deportivade la Escuela de Formación de Atletas ¨Giraldo Córdova Cardín¨?

La investigación se sustenta entre otros, en las teorías de: Laptev, pronunciada en su obra; ¨HIGIENE DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE, Castro Alegret, Pedro L, María Antonia Torres Cueto, Ruth A. García Estrada. (2006), en la obra: ¨Las necesidades de educación sexual de los jóvenes estudiantes. Para el docente de la Educación Media. Pag 75-88¨, y Guerrero Borrego, Natividad y Maylín Pérez Enríquez. (2012). Aproximación a los referentes teóricos y contenidos temáticos para el estudio y educación de la sexualidad. Primer parte. Investigación social y políticas sociales. Revista sobre juventud, pp.(14 – 25)

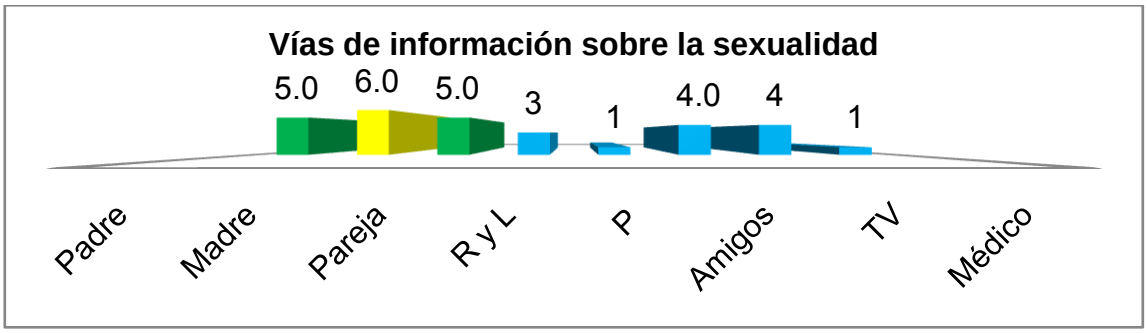
Se comenzó aplicando una encuesta a 20 deportistas de la alta competencia seleccionados al azar de diferentes deportes en la Escuela de Formación de Atletas ¨Giraldo Córdova Cardín¨, 10 del sexo masculino y 10 del sexo femenino.

En el grupo del sexo femenino, 5 practican las disciplinas del atletismo, 3 son ciclismo, 1 practica Taekwondo y 1 es de clavado; con una edad de 21 años; en el grupo del sexo masculino, 5 practican el atletismo, 3 son ciclistas, 1 de karate y 1 es de clavado, con una edad promedio de 22 años.

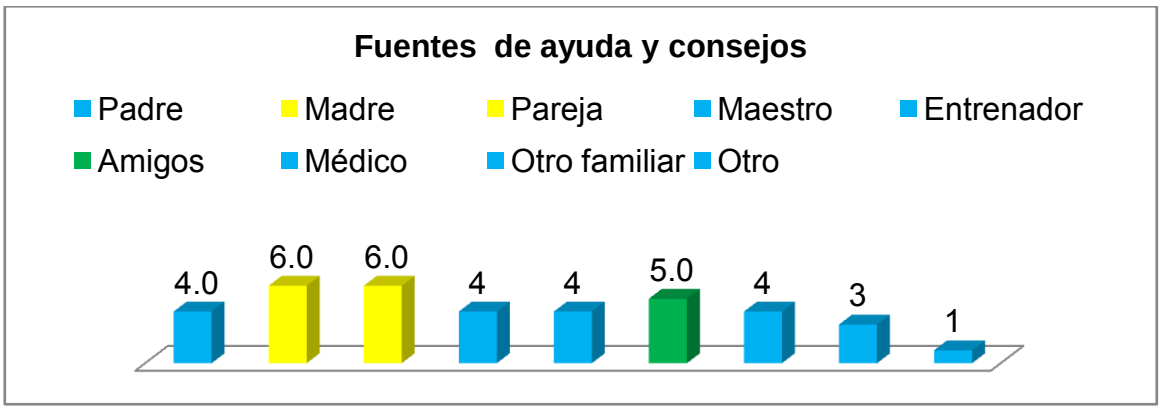
También se le aplicó una encuesta a 10 entre profesores y entrenadores, con el criterio de selección, que tuvieran más de 5 años de experiencia de trabajo en el centro de preparación de deportistas de alta competitividad, para propiciar el haber contribuido a la formación integral del deportista por lo menos en un período de preparación competitiva.

La encuesta en los deportista se aplicó con el propósito de realizar una caracterización del proceso de orientación dirigido a la forma de conducir los deportistas de la altacompetitividad su vida sexual en función de la calidad del desarrollo de las capacidades para el entrenamiento deportivo en la Escuela de Formación de Atletas ¨Giraldo Córdova Cardín¨ y se arribó a los siguientes resultados:

En el sexo masculino



Los deportistas encuestados, declaran tres fuentes fundamentales de obtener información respecto a la sexualidad que son: la madre en primer lugar y después le sigue el padre y la pareja, siendo la ayuda de la madre la más importante.

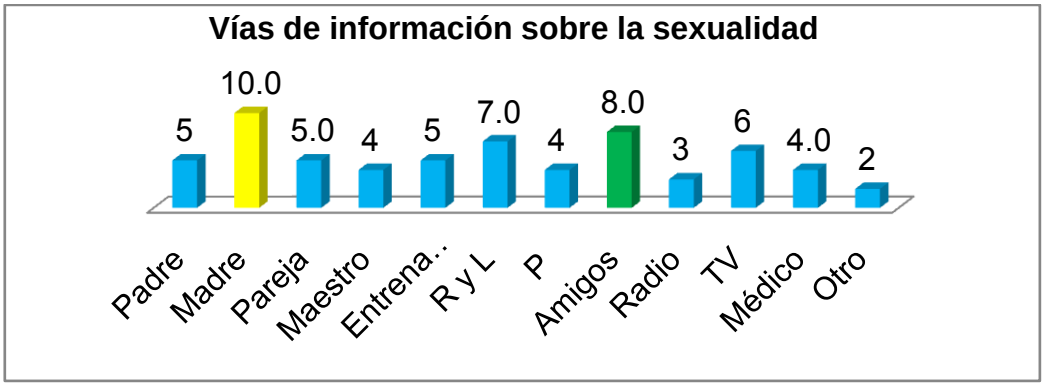


Las fuentes de ayuda en la búsqueda de consejo, para resolver problemas relacionados con la sexualidad, emiten inquirirla fundamentalmente en la madre, la pareja y entre amigos, aunque la madre, el padre y la pareja son los

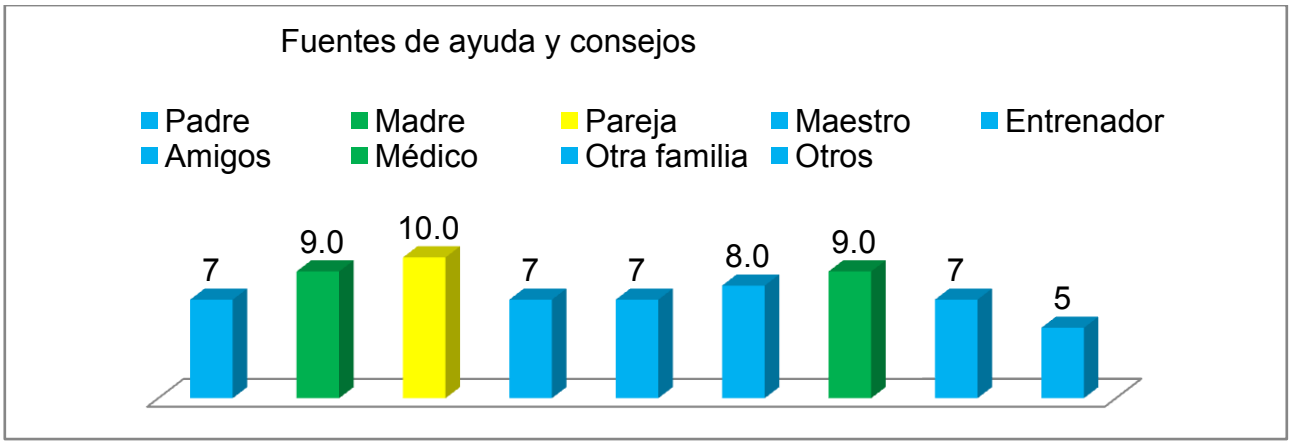
fundamentales.

Además, declaran consultar como materiales de información sobre temas relacionado con la sexualidad, fundamentalmente videos, y revistas, algunas veces.

Respecto al sexo femenino

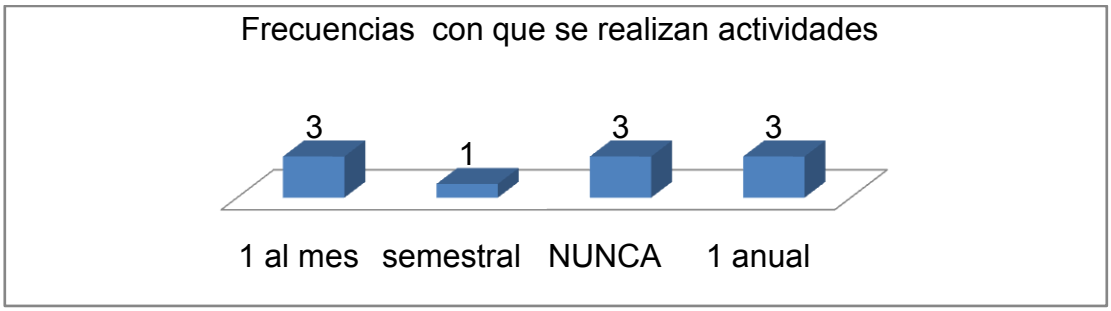


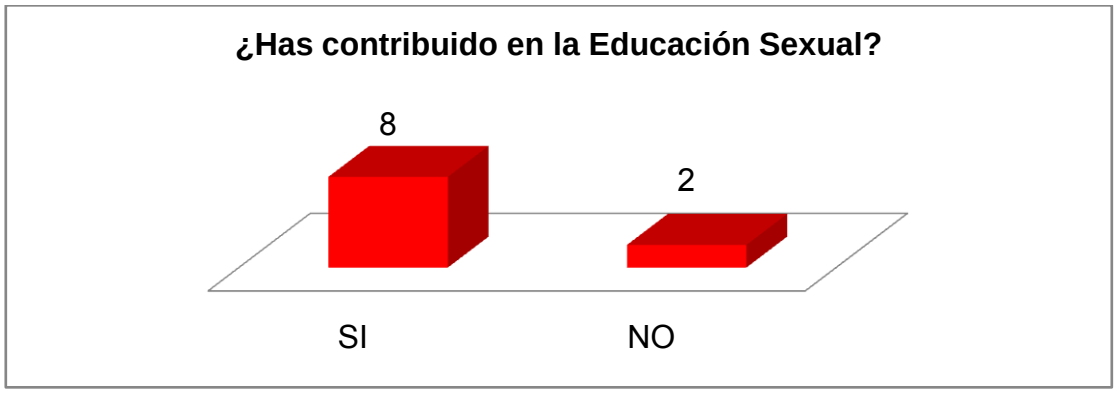
Las deportistas expresan, que las vías de información han sido a través de la madre, primero y después mediante conversaciones con las amistades, y la lectura de revistas y libros. Aunque destacan la vía materna como la de mayor frecuencia.



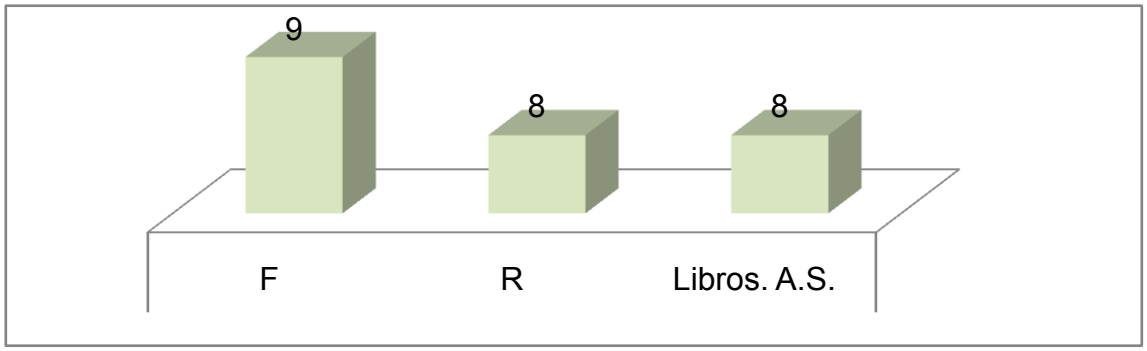
En la búsqueda de ayuda y consejo, en la resolución de problemas relacionado con la sexualidad, acuden principalmente a la pareja, después a la madre y el médico, aunque resaltan mayor importanciaa los consejo de la madre.

Los materiales de consulta para satisfacer el saber sobre temas de la sexualidad son: folletos educativos, videos y libros de anatomía y sexualidad, pocas veces.

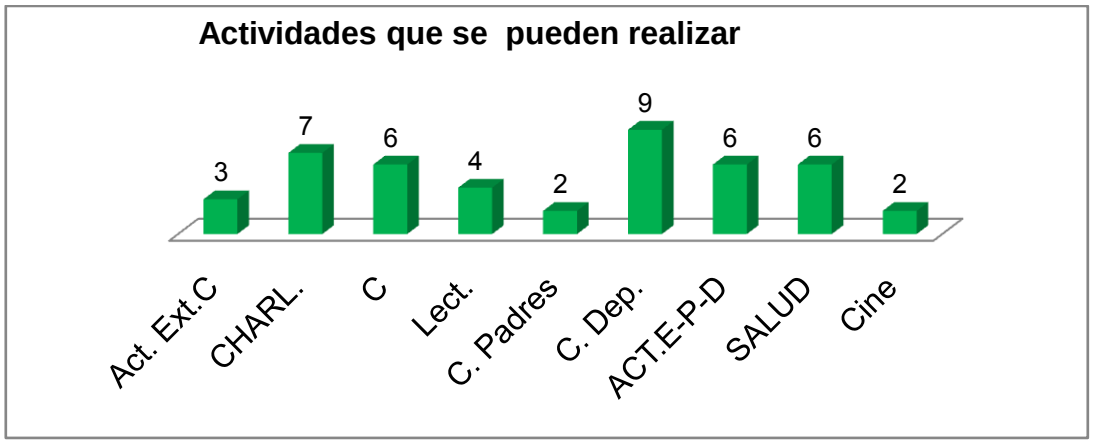




En la encuesta con los profesores, se pudo obtener la siguiente información: existe dificultades en la planificación de actividades encaminada a propiciar información sobre temas de la sexualidad, ellos declaran que se realiza alguna actividad una vez al mes, nunca o una anual. No obstante de forma personal, declaran contribuir en la educación sexual de los deportistas.



Los profesores y entrenadores encuestados declaran obtener información sobre temas de la sexualidad mediante folletos, revistas y libros de anatomía y sexualidad.



Asimismo, sugieren conjunto de actividades, que pueden desarrollarsecon el fin de, propiciar información a los deportistas. Sin embargo, destacan dentro de las actividades, la conversación con el deportista como un medio de orientación.

Conclusiones

El diagnóstico refleja que existen dificultades en la fuente de información respecto a la sexualidad en ambos sexos, ya que la madre es la vía de información más importante y ellos permanecen la mayor parte del tiempo en su centro de entrenamiento.

La información que reciben los encuestados respecto a la sexualidad, proviene de fuentes que en su totalidad no se puede garantizar que tenga el enfoque científico que el tema requiere.

Preexiste la necesidad de estructurar acciones precisas para guiar al deportista de la enseñanza media general hacia la búsqueda de conocimientos sobre la sexualidad. Se evidencia que el centro presenta dificultades en la planificación sistemática de actividades regida a la motivación de la búsqueda de orientación dirigida a la vida sexual del deportista de alto rendimiento.

No sonsuficienteslasorientaciones sobre los materiales que se pueden consultar para obtener información sobre temas de la sexualidad, ni la institución dispone de los mismos.

La búsqueda de información sobre la sexualidad por revistas y video no confiables contribuye a tergiversar la esencia de la sexualidad humana.

Es preciso seguir investigando sobre las necesidades de orientación en la vida sexual del deportista, como componente importante en su desempeño.

Bibliografía

1. Guerrero Borrego, Natividad y Maylín Pérez Enríquez. (2012). Aproximación a los referentes teóricos y contenidos temáticos para el estudio y educación de la sexualidad. Primer parte. Investigación social y políticas sociales. Revista sobre juventud, pp.(14 – 25).
2. LAPTEV A., A. M. (1987). *Higiene de la cultura física y el deporte* (A. Suárez Durán, Trans. Pueblo y Educación ed.). Moscú: Editorial Ráduga.
3. Lobato González, Silvia. (2009). Necesidades básicas de aprendizaje asociados a la sexualidad en adolescentes deportistas de la ESFA GiraldoCórdova Cardin". Tesisenopción al grado de Máster en Psicologia Del deporte. Ciudad de la Habana. UCCFD "ManuelFajardo".
4. Manzano Milanés, Bárbara. (2007). Tesis en opción al título de máster En Psicología del Deporte. "Acciones para la prevención de ITS/VIH/SIDA, en atletas juveniles en la ESFAGiraldoCórdovaCardín". Ciudad de la Habana. UCCFD "ManuelFajardo".
5. Navarro Falgóns, S. (2007). *La iniciación deportiva y la planificación del entrenamiento* (Editorial Deportes ed.). Ciudad de la Habana.
6. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, l. C. y. l. C. (2010). Justificación de la Educación en Sexualidad. Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad*, I,* 58.
7. Pérez Manresa, M. (2010). *Tesisen opción al título académico de máster en actividad física en la comunidad.* Sistema de acciones para la educación de la sexualidad responsable desde el deporte participativo para adolescentes de 14 a 16 años de la Comunidad Las Brisas, Iribarren, Estado Lara. Venezuela.
8. Ruiz Gamio Xiomara (2006). Educación sexual, familia, escuela y educación de la sexualidad editorial magisterio. 235pag.
9. Sánchez, M. E. A. (2005). *Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva* (Deportes ed.). Ciudad de la Habana.

Title: Physical activity and the development of basic competences during infancy and toddlerhood

Autor: Renate Zimmer, rzimmer@uos.de Profesor Titular

Forma de presentación: Ponencia

País: Alemania

Resumen

This lecture will present the results of two research studies dealing with the significance of movement experiences for the development of basic competences during infancy and toddlerhood.

Language and movement are two fundamental dimensions of the child's personality development that can be separately looked at, but simultaneously interdependently develop and reciprocally influence each other. In a longitudinal study, a new model for the language promotion in early childhood through the medium movement was implemented into daily practice in crèches and kindergartens. Findings and conclusions from the standardized tests on children's language skills and through observations will be presented.

Aim of a new psychomotricity study is to stabilize support of self-activity and self-efficacy experiences by offering situations in which the children can build up confidence in their own abilities. These experiences are provided through specific play and motor activities. Adequate observation methods need to be implemented.

Título: Procedimiento para la construcción teórica del modelo de planificación por contenidos comunes en el pentatlón moderno para el alto rendimiento

Autores: M.Sc. Yhullieth Delgado de la Cruz. manivela@inder.cu

Dr. C. Manuel Copello Janjaque.

M.Sc. Luz Marda de la Cruz Gómez.

Institución: UCCFD "Manuel Fajardo"

País: Cuba.

Resumen:

La presente investigación es un estudio que se realiza en el Pentatlón moderno para el alto rendimiento y responde a una de las tareas del proyecto de investigación "Hacia nuevos modelos teóricos de planificación del entrenamiento deportivo" que se lleva a cabo en el Centro de estudios CETHLON del CES rector.

El mismo surge por la necesidad de elaborar nuevos modelos de planificación apoyados en algunas de las teorías que fundamentan los modelos o estructuras de planificación utilizados en nuestros días.

Considerando lo anterior se busca la especialización de un deporte de 5 eventos teniendo en cuenta los contenidos comunes entre cada uno de ellos, para de esa forma elaborar un modelo teórico de planificación que responda a las exigencias competitivas en el pentatlón moderno.

Para ello se aplicó una entrevista a los entrenadores y la observación a las sesiones de entrenamiento, que sirvieron como punto de partida en la fase exploratoria de nuestra investigación. Los resultados obtenidos se expresan en que existen insuficiencias teóricas sobre el proceso de planificación que limitan satisfacer las exigencias que demanda dicha modalidad deportiva.

En la fase del diagnóstico los instrumentos a utilizar son la revisión documental y la encuesta que sirvieron de apoyo para poder contrastar la información obtenida y de esa forma arribar a nuevas conclusiones.

Palabras claves: Planificación, Modelos, Estructuras, Contenidos.

Abstract:

This issue contents the study made on the high performance Modern Pentathlon that is a task of the research project “Approaching to new theoretical models of sport training planning” being developed in the Study Center “CETHLON” of Havana Sport University.

This research arose from the necessity of finding new training planning models leaning on some of the nowadays theoretical fundamentals of sport planning models or structures.

Considering these prior ideas, the goal is finding the sport specialization of five different events but having in the other hand the common contents they might have, so it can be structured a theoretical planning model that responds to competitive demands of Modern Pentathlon.

To seek these particularities it was made a script to interviewing this sport trainers and another to make technical observations of training sessions which results gave a starting point for the exploratory stage of this research. The obtained results showed theoretical insufficiencies in planning procedures which limits the correct satisfaction of sport requests of this modality.

In the diagnosis stage the instruments to use are the documental revision and the enquiry application that will achieve the necessary information to contrast and to arrive to new conclusions.

Introducción:

El pentatlón moderno, en cualquiera de sus cinco modalidades, es una actividad deportiva que se caracteriza por las altas exigencias a las capacidades físicas y coordinativas, a la concentración de la atención, a los reflejos extraordinariamente rápidos, y a una excelente función visual.

A todo esto habrá que añadirle, como en cualquier otro deporte una serie de valores (honestidad, perseverancia, compañerismo, tenacidad, voluntad) que debe manifestar el deportista incluyendo las situaciones adversas a las que deberá sobreponerse durante el agotador día de competencia.

Estas premisas indican que el camino hacia la maestría deportiva de un pentatleta es largo, que además de la motivación personal del practicante por el deporte, hay que aprender mucho, desarrollar muchas habilidades, e incorporar una vasta experiencia.

No cabe la menor duda que su práctica debe comenzar tempranamente y dedicarle mucho tiempo al entrenamiento cotidiano. Habrá que mostrar una gran disposición y constancia a lo largo del sacrificado camino de la formación de un pentatleta.

Este deporte fue inicialmente concebido por el Barón Pierre de Coubertín y hace su aparición en la V olimpiada en Estocolmo, Suecia 1912. Los eventos que integran este deporte son: tiro con pistola neumática para realizar 20 disparos a una distancia de 10 metros; esgrima modalidad de espada con un sistema de competencias de todos contra todos para efectuar un toque en un minuto; natación estilo libre en la distancia de 200 metros; equitación con sorteo del caballo donde se realiza un aproximado de 15 saltos a una altura no mayor de un metro 20 centímetros en una distancia de recorrido de 350 metros y carrera ecuestre de tres kilómetros con salida en handycap según la ubicación de los atletas por los resultados obtenidos en los cuatro eventos precedentes.

Para este deporte se elaboró un sistema de puntuación que permite al atleta promediar 1100 puntos en cada evento.

Fundamentación:

El pentatlón Moderno tiene sus inicios en Cuba a partir del año 2000 y no es hasta el 2001 que se incluye como Equipo Nacional.

La planificación en aquel entonces se realizaba para cada uno de los deportes por separado, corriendo el riesgo de planificar contenidos repetitivos, alejándose de la realidad de la influencia interna de la carga, sobre cargar al organismo deportivo y la imposibilidad de controlar la relación planificación –influencia-efecto.

En el año 2009 y hasta el 2010 buscando mayor espectacularidad, se produjeron cambios significativos en el reglamento de esta modalidad deportiva, dentro de ellos se destacaron: la unión del tiro y la carrera para formar el evento combinado con el uso de la pistola láser para realizar cinco disparos en un tiempo disponible

de un minuto 10 segundos y recorrer una distancia de 1000 metros, esta secuencia se repetirá tres veces consecutivas.

El orden de la realización de los eventos para competencias oficiales es el siguiente: esgrima, natación, equitación y evento combinado, no siendo así en competencias clasificatorias, aunque en cualquiera de los casos se finaliza con el evento combinado a partir del sistema hanycap.

Otro de los aspectos a resaltar es que en la equitación el atleta que ocupa el primer lugar hasta el momento es el único con derecho a sortear su caballo a partir de bolas numeradas, del número extraído por el atleta, dependerá la ubicación de los restantes de forma sucesiva.

Desde el 2011 el equipo nacional de Pentatlón Moderno cuenta con cuatro especialistas, de ellos dos entrenadores capacitados y preparados para preparar a sus atletas en los eventos de esgrima, natación, tiro, carrera y evento combinado, de los dos restantes, uno puede entrenar natación, tiro, carrera y combinado, no siendo así para la esgrima y la equitación y el último solamente facultado para entrenar la equitación, poseen un modelo de planificación orientado por el INDER que se ajusta al Pentatlón Moderno. La siguiente explicación quedará demostrada a partir de la siguiente tabla.

Suj	**Edad**	**Exp Entrenador**	**Exp P.M**	**DEPORTES DE LOS CUALES SON RESPONSABLES**					
				Tiro	**Natac**	**Esgrima**	**Equitac**	**Carrera**	**E.C**
1	38	10	7	X	X	X	---	X	X
2	35	16	13	X	X	X	---	X	X
3	53	23	9	X	X	---	---	X	X
4	63	43	2	---	---	---	X	---	---

Teniendo en cuenta estos cambios y por la importancia que ello implica para la preparación deportiva de un pentatleta dada la complejidad de los eventos que lo conforman se realizó un análisis al modelo de planificación utilizado por los entrenadores de esta modalidad deportiva.

Según cortés, (1998) citado por Juan Manuel García Manso La planificación "Es el proceso de definir el curso de acción y los procedimientos requeridos para alcanzar los objetivos y metas. El plan establece lo que hay que hacer para llegar al estado final deseado" (3).

Así mismo Granell y Cervera (2001) citado por Romero Frómeta consideran que para la planificación debemos tener en cuenta el nivel del deportista, los objetivos deportivos, las competencias deportivas, los controles o actividades previstas, una organización metodológica de las cargas y un modelo para ordenar el entrenamiento en períodos y ciclos de acuerdo con las características peculiares del calendario deportivo (2).

Teniendo en cuenta este argumento realizamos una entrevista a los entrenadores de este deporte en la fase exploratoria de la investigación (curso 2013-2014), pudiéndose constatar que existen criterios divergentes en cuanto a la selección de la estructura de planificación. De los cuatro entrenadores entrevistados tres defienden a ultranza la periodización de Matveiev, aunque dentro de ellos uno cree apropiada la teoría pendular de Arosiev y Kalinin, mientras que el segundo, que también es partidario de la periodización, cree además en la necesidad de planificar a partir de las direcciones de entrenamiento, teniendo en cuenta los mesociclos siguientes:

Mesociclo de preparación físico general con una duración de ocho semanas.

Mesociclo especial de siete semanas.

Mesociclo competitivo de seis semanas y la participación en tres competencias internacionales.

1. Evento preparatorio en Guatemala.
2. Juegos centroamericanos.
3. Campeonato Mundial.

Período de tránsito. Refiriendo que si hay tiempo entre las competencias se realiza la mantención de la forma.

En este sentido Matveiev (1996) citado por Romero Frómeta fundamentó su teoría de la concepción de la periodización del entrenamiento deportivo en la ley de la adaptación biológica, la cual pasa por tres fases. La formación,

mantenimiento y pérdida temporal de la forma son determinantes por el efecto del entrenamiento, cuyo carácter se cambia de modo natural, de acuerdo con la fase de desarrollo de la formación deportiva. De este modo, la forma deportiva sólo puede formarse y mantenerse por un período límite, que se alterna con un carácter de ciclos preparatorios y competitivos (2).

Por otra parte Aroseiev (1976) quien propuso una forma no tradicional de planificación del año de entrenamiento denominada “Sistema de formación de la preparación especial” ideado para modalidades de combate sostiene la teoría de dividir la temporada en diferentes ciclos independientes, con lo que trata de acercarse a la realidad de aquellos deportes que incluyen varias competiciones importantes a lo largo de una temporada (3).

Si comparamos lo planteado por estos autores con el diseño de planificación de los entrenadores del Pentatlón Moderno, es posible inferir que esta modalidad deportiva más que multidisciplinar, es transdisciplinar, pues la idea principal consiste en integrar cada una de las modalidades que lo conforman en una estructura lógica

Esta comprensión no niega la interrelación de varios modelos en la mencionada estructura lógica. Por otra parte, si entre los modelos existentes alguno podría integrar adecuadamente los contenidos de la preparación, su utilización sería factible. Ahora bien, lo que resulta verdaderamente contradictorio es concebir válida la periodización y a su vez la teoría pendular diferenciadas en una misma estructura, para entrenar una actividad única que presenta exigencias específicas.

Además si tenemos en cuenta que las direcciones de entrenamiento no se refieren a alguna estructura de planificación, sino a una forma de organización del contenido aplicable a cualquier modelo o estructura de planificación y que las mesosestructuras declaradas no son diferentes a la estructura de periodización de Matveiev, sino la forma en que se hace concreto el principio de ciclicidad y carácter ondulatorio, entonces es evidente un desconocimiento tácito de los fundamentos teóricos de la planificación del entrenamiento. Por lo tanto, la situación problémica que sirve de partida a la presente investigación consiste en que las insuficiencias teóricas sobre el proceso de planificación, limitan las

posibilidades de satisfacer las exigencias del ejercicio competitivo en el Pentatlón Moderno para el alto rendimiento. De esa manera la interrogante conducente a la situación de esta contradicción se expresa en el siguiente problema científico: ¿Cómo suplir las insuficiencias teóricas que genera el proceso de planificación para el Pentatlón Moderno en el alto rendimiento?

OBJETIVO GENERAL: Elaborar un modelo de planificación del entrenamiento por contenidos comunes en el Pentatlón moderno para el alto rendimiento.

Resultados esperados:

Un modelo teórico sobre los criterios de planificación del entrenamiento en pentatlón moderno, estructurado y organizado a partir de la definición de los contenidos comunes para controlar la efectividad del proceso, o sea la relación que existe entre la planificación-influencia-efecto.

Novedad: Está determinada por las especificidades teóricas del proceso de planificación para la elaboración de un modelo teórico teniendo en cuenta los contenidos comunes que permita la especialización de un deporte de 5 eventos.

En la fase del diagnóstico de nuestra investigación se trabajó con la variable planificación, siendo analizada como proceso de dirección de la cultura física por su carácter rector en la preparación del deportista. Asimismo se tuvo en cuenta tres dimensiones con sus respectivos indicadores que a continuación mencionamos:

1. Capacidad de previsión:
- ✓ Relación con la convocatoria.
- ✓ Relación con la reglamentación
- ✓ Objetividad del pronóstico.
- ✓ Relación con el escenario.
2. Sistematización de los recursos disponibles:
- ✓ Relación: Objetivo-contenido-métodos y medios.
- ✓ Relación entre los recursos materiales, humanos y financieros con el objetivo de la planificación.
- ✓ Estructura a utilizar.
3. Relación con la competencia:

- ✓ Índice o nivel de especificidad de los medios.
- ✓ Relación entre criterio de efectividad y la modelación del entrenamiento.

Los instrumentos que sirvieron como punto de partida para arribar al diagnóstico son la encuesta y la revisión de documentos.

A partir de la aplicación de las técnicas antes mencionadas se procedió a realizar una triangulación metodológica y una caracterización a los entrenadores del Pentatlón moderno que permitieron arribar a las siguientes conclusiones parciales.

Existencia de criterios diversos en cuanto a la selección de la estructura de planificación que se ajusta con mayor precisión al P.M, que aunque no son determinantes no satisfacen las exigencias del ejercicio competitivo.

Deficiente atención al enfoque global o saber unitario para la planificación en el P.M como deporte transdisciplinar, manifestado en la especialización de cada deporte por separado que contribuya a formar nexos entre los resultados de las diferentes disciplinas.

Se comprobó que la limitante para satisfacer las exigencias del ejercicio competitivo en el P.M para el alto rendimiento no se encuentran en los aspectos o estructuras de planificación utilizados en el P.M, sino en el modo en que se hace efectivo el enfoque transdisciplinar al interconectar las disciplinas dentro de la planificación.

Partiendo de estos criterios se procedió a realizar la construcción teórica del modelo de planificación para el cual se analizó la definición sobre modelo de autores como Sierra (2002), Ruiz (2003), Granados (2004), Reyes, Silva, Santos (2005), Del Toro (2006), que permitió recopilar los siguientes elementos comunes sobre la definición de modelo.

- ⦿ Forma superior de construcción teórica del objeto investigado para la transformación del mismo en la práctica.
- ⦿ Reproducción ideal o material de procesos, relaciones y funciones posibles y reales para darle solución a un problema planteado y satisfacer una necesidad.
- ⦿ Representación simplificada de la realidad que permite descubrir y estudiar nuevas relaciones y cualidades del objeto de estudio.

- El origen del modelo en una teoría más o menos explícita que lo sustenta y lo hace viable.

Por su parte De Armas (2003) y colaboradores definen modelo como resultado científico mencionando que es la construcción de la representación del funcionamiento de un objeto A partir de una nueva comprensión teórica Para resolver el problema existente y representarlo de alguna manera.

Según Añorga (1999), existen un grupo de características que un modelo debe tener y a continuación mecionamos.

1. Permita extrapolar los datos obtenidos en el modelo al objeto o fenómeno estudiado.
2. Ser operativo, modificar, transformar, someter a estímulos diversos con vistas a su estudio.
3. Las variables, relaciones y constantes del modelo se interpretan a partir de una teoría científica.
4. Su provisionalidad, su adaptabilidad, su optimización, su carácter organizador en el proceso, su utilidad teórica, investigativa, tecnológica y práctica.

Por su parte Bringas (1999) comenta sobre algunos principios que deben cumplir los modelos y ellos son:

Principio del enfoque sistémico.

Principio de la simplicidad y la asequibilidad.

Principio de la consistencia lógica del modelo.

Principio de deducción por analogía.

Según López (2007) El modelo se estructura en **fundamentos, componentes y las relaciones** que entre estos últimos se establecen; mientras que para Valle (2007) las acciones para estructurar la modelación son las siguientes:

- La definición del objeto de modelación
- La determinación de sus regularidades y características esenciales
- La conformación del modelo
- La aplicación del modelo para comprobar su efectividad
- La propuesta definitiva de modelo

En este sentido concordamos con lo planteado por los autores aunque somos del criterio que la segunda acción para la construcción del modelo de planificación por contenidos comunes en el Pentatlón Moderno, sería justamente la determinación de los contenidos comunes para las cinco modalidades, en ese caso se definió un sistema de habilidades para cada disciplina, donde quedaron como resultante los desplazamientos y las posturas, variando en cada caso la forma en que se hace concreta la manifestación de la habilidad para cada disciplina del Pentatlón Moderno.

Bibliografía:

A. C y otros. La selección científica del posible talento deportivo y el sistema de la planificación del entrenamiento deportivo. En *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo.*

Añorga, J. (1999). El enfoque sistémico en la organización del mejoramiento de los recursos. Sucre, Bolivia.

Betancourt, N., & Collazo, A. (2006). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo.*

Bringas, J. (1999). *Modelo de dirección institucional de los institutos superiores pedagógicos.* Tesis en opción al grado científico de Doctor en Cencias Pedagógicas, ISPEJV, La Habana.

Castellanos, B. (1996). *Metodología de la investigación educativa.*

colaboradores, S. M. (2006). *Las capacidades físicas en la clase de educación física.* UCCFD "Manuel Fajardo", La Habana.

Collazo, A. (2003). Sistema de capacidades físicas. En *Sistema de capacidades físicas: Fundamentos teóricos, metodológicos y científicos que sustentan su desarrollo en el hombre* (pág. 151). La Habana, Cuba.

De Armas, N. y col (2003). *Los resultados científicos como aportes de la investigación educativa.* Universidad Pedagógica "Félix Varela" Centro de Ciencias e Investigaciones Pedagógicas.

Del Toro, M. (2006). *Modelo de diseño didáctico de hiperentomos de enseñanza-aprendizaje desde una concepción desarrolladora.* Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas, ISPEJV, La Habana.

Ferrer, M. (2002). *Modelo para la evaluación de las habilidades pedagógico-profesionales del maestro primario.* Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas , ISPEJV.

García J.M, J.A Ruiz (1996.). Planificación del entrenamiento deportivo. In Colección de entrenamiento deportivo.

García, L. (2002). El modelo de escuela. En *Compendio de Pedagogía.* La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Gotay, J. L. (2007). *Modelo pedagógico para el mejoramiento profesional y humano de los profesores a tiempo parcial de la educación infantil.* Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas , ISPEJV, Facultad de Educación Infantil, La Hababna.

Granados, L. (2004). *La planeación de la actividad pedagógica profesional del docente de la educación primaria.* Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas , ISPEJV, La Habana.

J. M. y otros (1996). Planificación del entrenamiento deportivo. En *Colección de entrenamiento deportivo.* Madrid: Editorial Gymnos.

López, M. (2007). *Modelo Pedagógico del Tutor en la enseñanza- aprendizaje del Inglés a distancia con el aprovechamiento de las TIC en el postgrado.* Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas, ISPEJV, Facultad de Lenguas Extranjeras, La Habana.

Martínez, M. (1998). *La investigación etnográfica.* Material en impresión ligera, ISPEJV.

Meinel, K. En *Didáctica del movimiento . Ensayo de una teoría del movimiento en el deporte desde el punto de vista pedagógico.* La Habana: Editorial Orbe.

Morales, A. (2005). Fundamentos de la enseñanza- aprendizaje y entrenamiento de las habilidades motrices deportivas. En *Habilidades motrices básicas.* Cuba.

Navarro, F. (1994). Principios del entrenamiento y estructuras de la planificación deportiva, Madrid.

Navarro, F. (2007). Iniciación deportiva y planificación. Editorial deportes. Ciudad de la Habana.

Navarro, S. (2007). La iniciación deportiva y la planificación del entrenamiento. Editorial deportes, Ciudad de la Habana.

o¨Farrill, R. y. (s.f.). Metrología aplicada al deporte de alta calificación. *Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física* .

Reyes, O. (2005). *Modelo de dirección educacional .* Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas, ISPEJV, La Habana.

Romero, E. (2007). Tendencias históricas de la planificación del entrenamiento. En *Planificación del entrenamiento deportivo.*

Romero, E. (2008). Clasificación de las Habilidades Motrices. En *Memorias del Bloque 3: "Las Habilidades Motrices Deportivas".*

Romero, E. (2008). Tema 1 tendencias históricas de la planificación del entrenamiento. In Planificación del entrenamiento deportivo.

Ruiz, A. (2003). El proceso de modelación del objeto como una de las vías para encontrar la unidad de la objetividad y la subjetividad. En *La investigación educativa.* La Habana, Cuba.

Sierra, R. (2002). Modelación y estrategia: Algunas consideraciones desde una perspectiva pedagógica. En *Compendio de Pedagogía* (pág. 319). La Habana: Pueblo y Educación.

Terrero, A. (2006). *Modelo pedagógico de la Alfabetización por Radio.* Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas, Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño (IPLAC), Cátedra: UNESCO, La Habana.

Valle, A. (2007). *Metamodelos de la investigación Pedagógica.* Instituto Central de Ciencias Pedagógicas, Ministerio de Educación, La Habana.

Titulo: Programa de desentrenamiento para ex - atletas del equipo nacional de atletismo.

Autor: M.Sc. Jorge Reinaldo Palma Montalvo.

País: Cuba

RESUMEN

Se realiza una propuesta para la implementación del programa de desentrenamiento deportivo para ex-atletas de atletismo con altos rendimientos en base a los conceptos actuales del mismo y la evaluación de las respuestas adaptativas de parámetros fisiológicos tales como: fuerza, potencia y resistencia muscular, velocidad, agilidad, flexibilidad y resistencia cardiorrespiratoria. Se describen las etapas del programa desde el punto de vista médico-pedagógicos para la correcta individualización de las cargas físicas, los resultados esperados a alcanzar con esta propuesta permitirá un perfeccionamiento en la orientación metodológica para la etapa final de la vida deportiva de los deportistas y que se incorporen a la vida social sin secuelas y por tanto que influya de manera directa en la mejoría de su calidad de vida.

INTRODUCCIÓN

Iniciamos nuestro trabajo con la convicción de que para nadie es un secreto que dada las características del nivel de los resultados deportivos actuales y el sistema competitivo existente en el atletismo de élite mundial, considerar al Deporte de Alto Rendimiento SALUDABLE es un ABSURDO.

Las continuas agresiones que implican las cargas físicas a realizar por los atletas, son cada vez más preocupantes y motivos de estudios de especialistas de la salud; sumarle a esto, el sistema de competencias cada vez más continuas y los sacrificios biológicos en busca de la adaptación que esto implica hacen que no pocos decidan la utilización anabolizantes u otros productos químicos prohibidos por la AMA y el COI.

La vida deportiva del atleta se divide por lo general en dos grandes etapas: Etapa de selección y etapa de preparación. Sin embargo, dado el nivel que han adquirido

los resultados deportivos, el tiempo que se requiere para alcanzarlos y las cargas físicas a realizar por parte de los atletas, es necesario dar apertura a una nueva etapa dentro de la concepción de la vida del deportista, a la misma se le puede denominar: DESENTRENAMIENTO DEPORTIVO.

Por regla general estos ex–atletas no realizan ninguna actividad física planificada y por lotantono mantienen los estímulos de la carga física acostumbrada bajo las cuales estuvieron entrenando durante largos periodos de su vida, éste paso, consideramos quese debe ir aminorando de manera paulatina casi de la misma manera enque sucede con algunos medicamentos los cuales son necesario continuar consumiendo de manera decreciente aún después de haber eliminado la enfermedad por el cual se recetó.

A partir de que no existe en la actualidad un Programa de Desentrenamiento para los atletas del equipo nacional de atletismoque por diversos motivos culminan su periodo activo en el equipo nacional y en consideración de las características complejas que identifican el atletismo como el deporte REY a partir de las 47 disciplinas que lo componen y las diferencias de exigencias de un gran número de estas, la Comisión Nacional considera necesario la concepción de un PROGRAMA INTEGRADOR PARA EL DESENTRENAMIENTO DE LOS ATLETAS DEL EQUIPO NACIONAL DE ATLETISMO, el mismo deberá ser rectorado por la Comisión Nacional bajo la observancia y la colaboración intrínseca del IMD.

SITUACIÓN PROBLEMICA

Los atletas de atletismo después de su retiro no cuentan con unPrograma de Desentrenamiento que le garantice el paso de deportista a ex–deportista con calidad de vida.

CONCEPTUALIZACIÓN

El Desentrenamiento Deportivo podría definirse como la etapa que comienza a partir del retiro como atleta activo; y la misma consiste en el proceso médico-pedagógico mediante el cual el organismo del atleta va a eliminar toda o gran

parte de esa sobrecarga que ha ido adquiriendo en las etapas de entrenamiento deportivo y que ha desarrollado durante su vida como atleta élite o de alto rendimiento. De igual manera otras bibliografías lo refieren como el proceso en el quelas adaptaciones fisiológicas que se producen en el organismo de los deportistas con el cese del entrenamiento físico regular. Ambos planteamientos son vistos desde diferentes ópticas pero en ambos casos coinciden con la misma etapa en la vida atlética de un deportista, PASO DE LA VIDA FÍSICA ACTIVA (como deportista) A LA VIDA FÍSICA PASIVA (como ex deportista).

CONSIDERACIONES GENERALES

La eliminación de sobrecargas puede ser total o parcial, en dependencia del régimen o modo de vida (posterior) que adquiera el ex-atleta.

Este proceso de reducción de la capacidad de trabajo físico, se produce en todo el sistema orgánico y de ahí que sea necesario desarrollar investigaciones en cada uno de ellos para monitorear las transformaciones que ocurren producto de esa falta de carga, es sabido que en el Sistema Nervioso Central (SNC) quedan huellas que pueden ser de fácil reactivación y que a su vez influyen en la reactivación del resto de los sistemas del cuerpo humano aun cuando por regla general los niveles de capacidad de trabajo a alcanzar no seanlos mismos a los obtenidos en etapas anteriores.

Hay que considerar que el ex-atleta es capaz de perder y rescatar (ésta última de forma más rápida) hasta cierto nivel la capacidad de trabajo físico de la misma forma que sucedía cuando era atleta activo y se producía un trauma o enfermedad durante el período de preparación o entrenamiento.

No obstante,toda esta gran cantidad de aspectos o influencias pueden neutralizarse gracias a la capacidad de adaptación del organismo, en especial, la del Sistema Nervioso Central;el mismo es capaz de soportarlo, e incluso adaptarse a ellos por su repetición diaria durante mucho tiempo, por lo que se considera que eliminar de forma brusca estos estímulos, podría provocar una serie de alteraciones en el plano de la salud del ex-atleta. A estas alteraciones que no

pocas veces se presentan en forma de síntomas, se les podría denominar **SÍNDROME AGUDO DE POSTCARGA LONGEVA.**

Se considera que una rápida erradicación del sistema de entrenamiento provoca de forma igual de rápida un deterioro de la condición cardiorrespiratoria ejemplificada a partir de la disminución acelerada del consumo máximo de oxígeno. Además se debe producir una alteración en el metabolismo principalmente en la capacidad de generar energía a partir de la ingesta y de la misma manera deberán producirse cambios en los modos de utilización de esta energía en momentos de requerimientos físicos de alta intensidad.

OBJETIVO

Profundizar en los conocimientos acerca del proceso de desentrenamiento de los atletas del equipo nacional de atletismo para garantizar su adaptación funcional una vez culminada su etapa como deportistas activos, contribuyendo al mantenimiento de su estado de salud.

ASPECTOS A CONTROLAR

- Área en la cual se entrenaba.
- Características de las Competencias de los últimos tres años.
- Valoración psicológica post retiro.
- Monitoreo de los resultados físicos y fisiológicos

<u>ÁREA EN LA CUAL SE ENTRENABA</u>: se considera que el programa debe concebir diferencias a partir del sistema energético predominante bajo el cual dependían sus resultados deportivos y conjuntamente el peso y el sexo.

<u>CARACTERÍSTICAS DE LAS COMPETENCIAS DE LOS ULTIMOS TRES AÑOS</u>: se considera que se debería analizar la regresión o progresión del número de competencia por macrociclos, el grado de exigencia de las mismas así como el lugar donde se realizaron.

<u>VALORACIÓN PSICOLÓGICA POST RETIRO</u>: se considera indispensable esta valoración <u>para iniciar, pronosticar y culminar</u>con éxitoel programa.

<u>MONITOREO DE SUS RESULTADOS FÍSICOS Y FISIOLÓGICOS</u>: se considera fundamental para el éxito la alianza que tendrá que existir entre la Comisión

Nacional de Atletismo como rector del Programa, los IMD Provinciales y las Comisiones Provinciales de Atletismo.

PROPUESTA DE PROGRAMA

No 1- duración 14 semanas; ciclaje 2:1

- Durante este periodo se trabajaran 4 días por semana, de ellos, 2 días dedicados solamente a la combinación del trabajo de resistencia aerobia (carreras de entre 15 a 24´ deberá ser continua pero se puede hacer con intervalos a partir de 5.00min de carrera con caminatas rápidas de hasta 1.30min) con el trabajo de flexibilidad (activa durante el calentamiento y pasiva después de la carrera); para el resto de los días se aplicarán juegos de agilidad 15 – 20min, ejercicios de media cuclillas, flexión del tronco al frente y pront acostado (3x4 – 70 al 75% de su 100% alcanzado en su último macro entrenado; la pausa entre repeticiones será de 1.30 a 2.00min y la recuperación de 5.00 a 6.00min entre ejercicios) seguidamente realizaran saltos rápidos al frente continuos (3x5 con pausa de 2.00min) continuará realizando 4 tramos de 40m a la máxima posibilidad con 1.40min de recuperación, finalizará la sesión trotando de 500 a 1500m y realizará de 10 a 12´ de flexibilidad pasiva. Las pruebas físicas y médicas se realizarán durante las semanas 3 y 9; mientras que en la semana 6 solamente realizará pruebas físicas. Después de las doce semanas se orientaran dos semanas de trote suave a discreción 3 veces x semana (de 2 a 4km) más trabajo de fortalecimiento a discreción a base de abdominales, planchas e hiperestensiones.

No 2- duración 22 semanas; ciclaje 3:1

- Durante este periodo se trabajaran igualmente 4 días por semana, de ellos, 2 días dedicados solamente a la combinación del trabajo de resistencia aerobia (carreras de entre 20 a 30min deberá ser continua pero se puede hacer con intervalos a partir de 7min de carrera con caminatas rápidas de hasta 1min) con el trabajo de flexibilidad (activa durante el calentamiento y pasiva después de la carrera); para el resto de los días se aplicarán juegos

de agilidad de 15 – 20min, ejercicios de media cuclillas, flexión del tronco al frente y pront acostado (3x8 – 60 al 65% de su 100% alcanzado en su último macro entrenado; la pausa entre repeticiones será de 1.15 a 1.45min y la recuperación de hasta 5.00min entre ejercicios) seguidamente realizaran saltos rápidos al frente continuos (desde 4x5 hasta 5x6 con pausa de 1.45min) continuará realizando 3 tramos de 40m a la máxima velocidad con 1.30min de recuperación, finalizará la sesión trotando de 1000 a 2500m y realizará de 10 a 12´ de flexibilidad pasiva. Las pruebas físicas y médicas se realizarán durante las semanas 4,12, y 20; mientras que las semanas 8 y 16 serán solo para desarrollo de pruebas físicas. Después de las veinte semanas se orientaran dos semanas de trote suave a discreción 4 veces x semana (de 3,5 a 6km) más trabajo de fortalecimiento a discreción a base de abdominales, planchas e hiperestensiones.

No 3- duración 10 semanas; ciclaje4:1

- Durante este periodo se trabajaran 3 días por semana, de ellos, 2 días dedicados solamente a la combinación del trabajo de resistencia aerobia (carreras de entre 20 a 30min deberá ser continua pero se puede hacer con intervalos a partir de 10min de carrera con caminatas rápidas de hasta 30seg) con el trabajo de flexibilidad (<u>activa</u> durante el calentamiento y <u>pasiva</u> después de la carrera); para el otro día se aplicará juegos de agilidad de 20 a 30min, ejercicios de media cuclillas, flexión del tronco al frente y pront acostado (3x12 – 50 al 55% de su 100% alcanzado en su último macro entrenado; la pausa entre repeticiones será de 1.00 a 1.30min y la recuperación de hasta 3min entre ejercicios) seguidamente realizará multisaltossaltos continuos (desde 4x8 hasta 6x10 con pausa de 1.30min) continuará realizando 2 tramos de 40m a la máxima velocidad con 1.10min de recuperación, finalizará la sesión trotando de 1500 a 3000m y realizará de 10 a 12min de flexibilidad pasiva. Las pruebas físicas y médicas se realizarán durante las semanas 5 y 10. Durante la semanadiez se realizará

un chequeo general y según los resultados se darán recomendaciones de seguimiento.

PRUEBAS MÉDICAS – PSICOLÓGICAS

MEDICAS:

Hemograma completo Eritrosedimentación Glicemia Colesterol HDL – colesterol LDL - colesterol Triglicéridos Creatinina Heces fecales Parcial de orina Radiografía de tórax Electrocardiograma Ecocardiograma Pruebas de esfuerzo Espirometría Composición corporal Psicometría.

Esta batería de pruebas debe ser analizada y reflejada en la historia clínica por el jefe de la Comisión Médica de Evaluación al Deportista Retirado,

PSICOLÓGICAS: (realizar al inicio del Programa y al final de cada una de las etapas)

En dependencia de los resultados obtenidos en la evaluación psicométrica deberá establecerse la conducta a seguir. Podrán formarse grupos para la aplicación de técnicas psicológicas grupales en dependencia de las consideraciones de cada territorio (síntomas o patológicas). En los casos necesarios, aplicar dinámicas familiares u otras técnicas participativas. Trabajar cambios de estilos de vida.

PRUEBAS FÍSICAS

- Pront (cantidad de repeticiones en 1min con el peso que se está trabajando)
- Media cuclilla (cantidad de repeticiones en 1min con el peso que se está trabajando)
- Salto de longitud sin carrera de impulso
- 40m con arrancada libre
- Test de Cooper
- Lanzamiento de bala de 4 o 6kg según el sexo (con dos manos al frente y a espalda)

- 20m en zigzag con marcadores cada 1,50m (igualmente se podría evaluar la agilidad a partir de los juegos utilizados por el entrenador durante las sesiones de entrenamiento)

La respuesta fisiológica al Desentrenamiento físico se puede apreciar por los cambios que se producen en las siguientes capacidades:

1- Fuerza y potencia muscular.
2- Resistencia muscular.
3- Velocidad, agilidad y flexibilidad.
4- Resistencia cardiorrespiratoria.

Cambios en la Fuerza y potencia muscular

Los mecanismos responsables de la perdida de fuerza muscular como consecuencia de la inmovilización o de la inactividad no se conocen con claridad. La atrofia muscular ocasiona una notable reducción de la masa muscular y del contenido de agua, que puede ser en parte responsable de una pérdida del desarrollo máximo de la tensión de las fibras musculares. Cuando los músculos no se usan, la frecuencia de su estimulación neurológica se reduce y la movilización normal de las fibras se altera. Por lo tanto parte de la pérdida de fuerza asociada con el abandono de los entrenamientos pueden ser la consecuencia de una incapacidad para activar algunas fibras musculares.

Las investigaciones indican que después del abandono de los entrenamientos, un deportista puede mantener la fuerza y la potencia hasta 6 semanas (1).

Cambios en la Resistencia muscular

La resistencia muscular disminuye después de tan solo 2 semanas de inactividad. En estos momentos no se dispone de suficientes pruebas para determinar si esta disminución del rendimiento es la consecuencia de cambios en los músculos o en la capacidad cardiovascular.

Las adaptaciones musculares localizadas que tienen lugar durante períodos de inactividad están bien documentadas, pero el conocimiento de la función exacta que desempeñan estos cambios en la pérdida de la resistencia todavía no se conocen.

Se describen casos que después de una semana o dos de inmovilización con yeso, las actividades de las enzimas oxidativas tales como la succinato deshidrogenasa y la citocromooxidasa disminuyen entre un 40 y un 60%. En estudios con nadadores se encontró que el potencial oxidativo de los músculos se reduce mucho más rápido que el VO2 máx de los sujetos con el abandono del entrenamiento. Aunque sería de esperar que la menor actividad enzimática oxidativa perjudicase la resistencia, debe haber algo más o el VO2 máx se reduciría junto con la actividad de estas enzimas (1,2, 3).

Por otro lado, cuando los deportistas abandonan el entrenamiento, las actividades de sus enzimas glucolíticas musculares, tales como la fosforilasa y la fosfofructocinasa, cambian poco o nada durante al menos 4 semanas. De hecho, con 84 días de falta de entrenamiento, Coyle y cols.(1) no observaron cambios en las actividades de las enzimas glucolíticas, pero sí una reducción del 60% en la actividad de las enzimas oxidativas.

Otro efecto notable en los músculos del abandono del entrenamiento es un cambio en el contenido de glucógeno.

Los músculos sometidos a entrenamiento de resistencia tienden a incrementar sus reservas de glucógeno. Pero se ha demostrado que 4 semanas sin entrenamiento reduce el glucógeno muscular en 40%.

Los niveles de lactato en sangre después de un ejercicio cambian muy poco en las primeras semanas de inactividad, pero al final de la cuarta semana sin entrenarse el equilibrio ácido básico se altera, ello indica la existencia de una significativa elevación de los niveles de lactato en sangre y una caída de los niveles de bicarbonato (4,5, 6).

La composición de las fibras musculares no parece cambiar durante periodos cortos de inactividad. Pero algunos casos clínicos han demostrado cambios espectaculares en el porcentaje de fibras musculares ST y FT con un cambio hacia fibras FT en deportistas que han sufrido inmovilización después de una intervención quirúrgica.

Otro cambio estructural que se ha propuesto como una posible razón para la reducción de la resistencia muscular implica al flujo sanguíneo hacia los músculos.

Algunas investigaciones sugieren que el abastecimiento capilar en los músculos puede reducirse durante el abandono de los entrenamientos, esto perjudicaría el suministro de oxígeno a los músculos reduciendo su potencial oxidativo.

Pérdida de Velocidad, agilidad y flexibilidad

El entrenamiento produce menos mejora en la velocidad y agilidad que en la fuerza, la potencia, la resistencia muscular, la flexibilidad y la resistencia cardiovascular.

Por lo tanto las pérdidas de velocidad y agilidad que se producen con el abandono de los entrenamientos son relativamente pequeñas.

La flexibilidad se pierde rápidamente durante la inactividad y esto puede incrementar la aparición de las lesiones.

Cambios en la Resistencia Cardiorrespiratoria

El corazón al igual que otros músculos del cuerpo, se fortalecen con el entrenamiento de resistencia. La inactividad puede desacondicionar sustancialmente el corazón y el sistema cardiovascular.

Los ejemplos más espectaculares de esto se observan en estudios dirigidos sobre sujetos sometidos a largos períodos de reposo absoluto en cama –no se les permitió el abandonar la cama y la actividad física se mantuvo en mínimo absoluto.

La función cardiovascular fue valorada mientras los sujetos se ejercitaban con un ritmo de esfuerzo constante antes y después de un periodo de 21 días de reposo en cama. Entre los efectos cardiovasculares que surgieron con el reposo en cama se citan:

Las reducciones del gasto cardiaco y del VO2máx. Parecen ser la consecuencia de un menor volumen sistólico, lo cual se debe probablemente una disminución combinada del volumen del corazón del volumen total de la sangre y del volumen del plasma y de la contractilidad ventricular.

En este estudio los dos sujetos más acondicionados (los que tenían los valores VO2max más elevados) experimentaron reducciones mayores del VO2máx que las personas de peor forma física.

Estudios recientes han demostrado que el debilitamiento de la función cardiovascular después de unas pocas semanas de falta de entrenamiento se debe en gran medida a una reducción del volumen sanguíneo, lo que a su vez disminuye el volumen sistólico del corazón. Dos o cuatro semanas de actividad reducidas después de meses de entrenamiento para ciclismo y carrera produjeron una reducción del 9%, en el volumen sanguíneo y del 12% en el volumen sistólico y en volumen del plasma, el VO2máx cayó al 5.9%.

La velocidad del desentrenamiento varía de persona a persona", dice el Fisiólogo Ed Burker(1),"Pero un estudio ha reportado un descenso de 6-7% en la capacidad física, VO2, hemoglobina total y volumen total de sangre después de una semana de descanso absoluto".

Diversos estudios entre ellos el realizado por Drinkwater y Horvanth han observado cambios en la resistencia de los sujetos entrenados durante períodos de inactividad.

Esta disminución de la resistencia cardiorrespiratoria es mucho mayor que las reducciones de la fuerza, potencia y de resistencia muscular para el mismo periodo de inactividad (1,3 4).

Implementación por el Instituto de Medicina del Deporte en el Programa de Desentrenamiento Deportivo

En nuestro país un grupo de especialistas se encuentran trabajado con los atletas que no continúan en el alto rendimiento y se conformó un programa para hacer recomendaciones desde el punto de vista médico para lograr una adaptación física y psicológicas para mantener un óptimo estado de salud de los ex-atletas y por tanto una mejor calidad de vida.

En la etapa final de la vida deportiva del atleta, en la cual continua en el proceso medico pedagógico realizando una disminución progresiva de las cargas físicas y psicológicas (7)

Con este programa se está realizando el proceso de Desentrenamiento en Cuba y se recomienda lo siguiente:

A todos los atletas que el colectivo técnico valore como próximos al retiro, independientemente de la causa, deberán comenzar el plan de desentrenamiento

donde se realizará una disminución progresiva de las cargas físicas y una preparación psicológica; se deberá tener en cuenta las características de cada deportista, el tiempo que lleva entrenando, así como las condiciones en que se encuentra cada uno de ellos cuando se decide el retiro.

Este programa se desarrollara con las siguientes etapas:

Primera Etapa

Duración: 3 meses

En la misma se comenzará a disminuir las cargas en un 65 %, en una sola sesión de entrenamiento los deportes que tienen dos, y 4 veces por semana los deportes que tienen una sola sesión, tomando como el 100 % el mayor porcentaje alcanzado en el último macrociclo de entrenamiento (7,8,9).

Se comenzará la preparación psicológica, el trabajo con la familia en la comunidad de residencia del atleta en coordinación con los Centros Provinciales de Medicina del Deporte (CEPROMEDE), el médico y la enfermera de la familia, para poder determinar los factores de riesgo y los problemas que puedan afectar a estos.

1. Se le indicarán los siguientes exámenes y pruebas:

Hemograma completo Eritrosedimentación Glicemia Colesterol HDL - colesterol LDL - colesterol Triglicéridos Creatinina Heces fecales Parcial de orina Radiografía de tórax Electrocardiograma Ecocardiograma Pruebas de esfuerzo Espirometría Composición corporal Electroencefalograma (solo para exboxeadores) Psicometría.

Esta batería de pruebas debe ser analizada y reflejada en la historia clínica por el jefe de la Comisión Médica de Evaluación al Deportista Retirado, y debe repetirse cada 3 meses (7,8,9,10, 11, 12).

Preparación Psicológica (efectuar en cada una de las etapas) En dependencia de los resultados obtenidos en la evaluación psicométrica debe establecerse la conducta a seguir.

Pueden formarse grupos por síntomas o patologías para la aplicación de técnicas psicológicas grupales.

En los casos necesarios, aplicar dinámicas familiares u otras técnicas participativas.

Trabajar cambios de estilos de vida.

Segunda Etapa

Duración: 3 meses

En esta se continuarán bajando las cargas a un 60 % en una sola sesión, se mantiene la preparación psicológica y se debe tener realizada la evaluación psicosocial.

Al final de esta etapa deben ser enviados a las consultas del IMD y los CEPROMEDES con su historia clínica y con un resumen donde se recojan todos los datos de su carrera deportiva, así como el desentrenamiento realizado.

Tercera Etapa

Duración: 6 meses

1- En esta consulta deben ser evaluados por una comisión médica integrada por:

Un médico Especialista en Medicina del Deporte. Un médico Especialista en Medicina General Integral o en Medicina Interna. Un médico Especialista en Oftalmología. Un médico Estomatólogo Un psicólogo

Continuar disminuyendo las cargas de un 59-55 %, 4 veces por semana y la preparación psicológica debe continuarse, así como trabajar para revertir cualquier situación que afecte la estabilidad en la familia y la comunidad de residencia del deportista.

1- Se evaluará la historia clínica médico deportivo así como el plan de desentrenamiento deportivo y psicológico iniciado por los entrenadores del deporte y el seguimiento médico realizado.

2- Los resultados finales de la evaluación médica, así como de los exámenes y pruebas indicados serán analizadas por el médico de la consulta responsable del caso, dándole seguimiento a cada caso en correspondencia con el estado de salud del paciente y las normas que rigen este programa.

Como parte de la atención social al deportista retirado, y a solicitud de los mismos, pueden ser atendidos en las unidades de salud.

Continuar disminuyendo las cargas de un 59-55 %, 4 veces por semana y la preparación psicológica debe continuarse, así como trabajar para revertir cualquier

situación que afecte la estabilidad en la familia y la comunidad de residencia del deportista (7,10 11, 13, 14 ,15)

1. Se evaluará la historia clínica médico deportiva así como el plan de desentrenamiento deportivo y psicológico iniciado por los entrenadores del deporte y el seguimiento médico realizado.

2. Los resultados finales de la evaluación médica, así como de los exámenes y pruebas indicados serán analizadas por el médico de la consulta responsable del caso, dándole seguimiento a cada caso en correspondencia con el estado de salud del paciente y las normas que rigen este programa.

3. Como parte de la atención social al deportista retirado, y a solicitud de los mismos, pueden ser atendidos en las unidades de salud.

4. A los deportistas retirados que se les diagnostique riesgo de alcoholismo, alcoholismo y hábito de fumar, y tengan conciencia de su enfermedad y estén dispuestos a recibir atención especializada deben ser enviados a la consulta de deshabituación de los centros de referencia y municipales de salud mental.

A partir de esta etapa los casos se comenzarán a seguir por las consultas establecidas en el Instituto de Medicina del Deporte y los CEPROMEDES, los planes de ejercicios deben realizarse en cada provincia en el área que se designe por la Dirección de Educación Física y Promoción de Salud, por un personal técnico bien calificado y atendido por un médico y el psicólogo que designe el Director del Centro Provincial de Medicina del Deporte.

Las cargas físicas deben ser disminuidas hasta el nivel de las capacidades de una persona activa no deportista (7,10,17,18,19,20).

Dentro de los planes de ejercicios se debe dar posibilidades al juego, que prefieran los exatletas.

De acuerdo a la evaluación dada por la comisión médica si el exatleta no tiene ninguna afección este puede continuar realizando el plan de desentrenamiento y si es necesario se lleva a interconsulta con el especialista correspondiente.

Durante el desentrenamiento, que se extenderá por un año, los resultados de las pruebas médicas serán recogidas en la historia clínica, los deportistas sanos se

verán en consulta cada tres meses y los que tengan alguna afección se verán durante el proceso a decisión del especialista.

El seguimiento en consulta de los pacientes que continúan sanos será dos veces al año y si padece de alguna Enfermedad Crónica No Transmisible serán examinados cada tres meses.

Título: Propuesta de una batería de ejercicios Pliométricos para el incremento de la potencia de los miembros inferiores en el salto vertical del equipo de voleibol masculino primera categoría de La Habana.

Title: Proposal of a battery of exercises Plyometric for the increment of the power of the inferior members in the vertical jump of the team of volleyball masculine first category of Havana.

Autor: Lic. Kasun Pelawaththa. kapelawattha@gmail.com

Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" La Habana, Cuba.

País: Sri Lanka.

Abstract

The power of the inferior members to carry out vertical jumps is fundamental in the volleyball, the technical elements as: the blockade, the attack, the tennis serve and that of floting in jump, in many occasions depends on the potentiality of the inferior extremities to solve technician-tactical problems. However, the team of Havana that will compete in the Championship of Primer Category, doesn't possess the necessary levels of physical preparation that allow to develop the inherent potentialities to the jump in a sustained way during a competition of seven parties in seven days, for this reason the author it has been traced as general objective to design a battery of exercises pliométricos that contributes to elevate the level of the power for the jump in the inferior members of the masculine volleyball plays of first category of Havana. In the used methodology the theoretical methods were used (inductive-deductive), empiric (it interviews, he/she interviews, mensuration) and of the statistical-mathematical ones the descriptive statistic. The realized investigation incorporates as novel elements the use of the exercises that you/they are part of the Test of Bosco to elevate the levels of power in the inferior extremities combining them with traditional exercises forming this way a battery of exercises pliométricos, that which constitutes a valuable contribution for the training of the team of volleyball of Havana which is formed by 18 players.

Key words: Power, Plyometric, vertical jump, Bosco test.

RESUMEN

La potencia de los miembros inferiores para realizar saltos verticales es fundamental en el voleibol, los elementos técnicos como: el bloqueo, el ataque, el saque de tenis y el de floting en salto, en muchas ocasiones dependen de la potencialidad de las extremidades inferiores para resolver problemas técnico-tácticos. Sin embargo, el equipo de La Habana, que competirá en el Campeonato de Primera Categoría, no posee los niveles de preparación física necesarios que permitan desarrollar las potencialidades inherentes al salto de manera sostenida durante una competencia de siete partidos en siete días, por esta razón el autor se ha trazado como objetivo general diseñar una batería de ejercicios pliométricos que contribuya a elevar el nivel de la potencia para el salto en los miembros inferiores de los voleibolistas masculinos de primera categoría de La Habana. En la metodología empleada se utilizaron los métodos teóricos (inductivo-deductivo), empíricos (encuesta, entrevista, medición) y de los estadísticos-matemáticos la estadística descriptiva. La investigación realizada incorpora como elementos novedosos la utilización de los ejercicios, que forman parte del Test de Bosco para elevar los niveles de potencia en las extremidades inferiores combinándolos con ejercicios tradicionales formando así una batería de ejercicios pliométricos, lo cual constituye un valioso aporte para el entrenamiento del equipo de voleibol de La Habana el cual está formado por 18 jugadores.

Palabras clave: Potencia, Pliométria,Salto vertical, Test de Bosco

Introducción.

En 1895, William G. Morgan, instructor y director de educación física de La Asociación de Jóvenes Cristianos (YMCA), en Holyoke, Massachusetts, decidió mezclar elementos de baloncesto (creado cuatro años antes), béisbol, tenis y pelota para crear un juego para sus clases de ejecutivos que exigían un contacto menos físico que el baloncesto, aunque con gran desgaste físico. Así surgió juego del voleibol. En la actualidad se puede clasificar el juego de voleibol como de regreso del balón exigiendo con ello que los jugadores de acuerdo con su función, posición, condiciones físicas, estado psicológico y medidas antropométricas,

tengan necesidad de apropiarse de diferentes habilidades motoras que les permitan realizar el complejo técnico-táctico que exige este juego. (Herrera, 2004)

La preparación física (PF) y el rendimiento deportivo son elementos que difícilmente estarán disociados, en este sentido, las capacidades físicas sustentan las habilidades técnico-tácticas; el desarrollo de éstas en los jugadores debe ser cada vez más específico; como una respuesta a la naturaleza, estructura y modificaciones de la reglamentación del juego. La preparación física específica se determina en función de la preparación técnico-táctica y psicológica del jugador. El voleibol se ha transformado en un deporte de gran fortaleza física por su rapidez y espectacularidad, en este sentido, el entrenador debe convertirse en un experto multidisciplinario en los contenidos de la preparación física específica de los voleibolistas.

En este sentido se han realizadocambios en función de mejorar la actividad competitiva creando nuevos métodos, metodologías y medios. La aplicación de la ciencia a este deporte ha permitido protagonizar un papel fundamental en el desarrollo y evolución de la propia actividad. Dentro de todos los aspectos físicos, los ejercicios Pliométricos abarcan una rama muy importante en el voleibol.

Los ejercicios Pliométricos, Es capacitan al músculo a alcanzar una fuerza máxima en un periodo de tiempo lo más corto posible (Chu, 1993)

La potencia de miembros inferiores es un factor determinante para el éxito del rendimiento de los deportistas y especialmente en el voleibol. Es importante destacar, que el entrenamiento de la potencia ha sido más utilizado en décadas anteriores en deportes individuales como el atletismo y levantamiento de pesas. Más tarde, los deportes colectivos como el futbol, el basquetbol y el mismo voleibol comenzaron a realizar entrenamientos para el desarrollo de estas capacidades físicas buscando un mejor desempeño y mejores resultados deportivos.Recientemente se ha descubierto que los deportistas más veloces dentro de un campo de juego, son los que presentan mayor índice de potencia y menor tiempo de contacto contra el suelo, de allí nace el interés por entrenar dichas capacidades físicas y sus manifestaciones en otros deportes. (Anselmi, 2006)

La potencia se refiere a la capacidad del sistema neuromuscular para producir la mayor fuerza en el periodo de tiempo más corto. Potencia es simplemente el producto de la fuerza (F) y la velocidad (V) de desplazamiento Por lo tanto, P= F x V. Para los propósitos deportivos, cualquier incremento de potencia puede ser el resultado de la mejoría tanto en fuerza como en velocidad, o en ambas (Bompa, 2015).

Objetivo: Diseñar una batería de ejercicios pliométricos que contribuya al incremento de la potencia de los miembros inferiores en el salto vertical del equipo de voleibol masculino primera categoría de la Habana.

POBLACIÓN.

18 Atletas del equipo masculino primera categoría de la Habana**.**

2.2 Caracterización de la población.

18 Atletas del equipo masculino primera categoría de la Habana y 3 entrenadores.

- Presentan edades entre 23-28 años.
- Los jugadores son de diferentes municipios
- Todos habían formado parte de la pirámide de alto rendimiento y la EIDE.
- Varios jugadores fueron de la selección nacional de cuba en la categoría
- Juvenil
- Los integrantes del equipo no habían participado juntos en ningunacompetencia
- La mayoría no tenía sin experiencias competitivas de primer nivel.

Métodos empleados

Métodos teóricos: Análisis- documental, Histórico-Lógico, Enfoque de sistema

Estadísticos Matemáticos: EstadísticaDescriptiva

Desarrollo.

Cuba, país de una alta tradición deportiva, donde se esfuerzan por reincorporar su voleibol al más alto nivel; con tal propósito se realizan campeonatos provinciales y nacionales de las diferentes categorías y se practica el voleibol en diferentes edades.

Mundialmente los jugadores cubanos se han caracterizado por un elevado nivel de preparación física donde se destaca el poder de salto, la fortaleza en el ataque y el bloqueo. En los últimos años sus resultados han sido oscilantes en la arena internacional, está situación como es normal ha afectado también el nivel nacional, vista esta situación en los equipos representativos de la ciudad de la Habana, los cuales no marcan la supremacía en varias categorías como ocurrió en décadas pasadas.

No escapan a este análisis las representaciones masculinas de primera categoría, aunque hayan sido en la última edición el campeón nacional. Para los equipos nacionales de Cuba la representación de jugadores de esta provincia es de singular importancia, debido a que la Habana es una de las provincias con mayor población y por otra parte poseen una gran cantidad de entrenadores que se dedican a fomentar jugadores con las miras a ingresar en las selecciones nacionales de este deporte.

Dentro de la gama de dificultades y situaciones que se les presentan a los entrenadores de toda la nación, es el estado de la preparación física, a pesar que uno de los componentes de la preparación en el que más énfasis se pone en los equipos cubanos de voleibol, es la preparación física, siendo esta base importante para el logro de resultados competitivos estables.

Al agrupar los mejores exponentes de esta provincia de cara a la preparación del campeonato nacional de primera categoría, se percibe que los jugadores presentan niveles bajos en la potencia para el salto en los miembros inferiores, debido a esto comienzan a crearse dificultades con las estrategias de preparación del rendimiento, que se traduce en barreras para cumplimentar con los objetivos propuestos del entrenamiento diario en el ámbito técnico-táctico. La falta a los entrenamientos que demanda esta categoría por parte de los jugadores, ha dado

al traste con el comienzo de un nivel de preparación física que responda en breve plazo alcanzar un salto vertical acorde con las exigencias de la competencia.

Se conoce que una de las capacidades más importante del voleibol, es la saltabilidad, por cuanto cuatro de los seis elementos técnicos que conforman este deporte, tienen necesidad de utilizar el salto como parte de su ejecución técnica. Convirtiéndose en un elemento esencial dentro del ejercicio competitivo.

Analizados estos resultados a partir de la aplicación de los instrumentos utilizados, como la prueba de sentadilla profunda, arranque y el salto vertical con carrera (S.V.C.C.) se evidenció que existían dificultades con la potencia de los miembros inferiores, específicamente para realizar los elementos técnicos de bloqueo, ataque, y el saque de tenis en salto.

En el equipo de voleibol de La Habana se pudo constatar que existen las siguientes insuficiencias:

- Dificultades para elevar el volumen de entrenamiento diario.
- Poca sistematicidad en la aplicación de la preparación física que se exige para este nivel.
- Poco dominio de los elementos técnicos en su relación con los complejos tácticos
- Un estado de preparación física, técnica, táctica y psicológica no acorde con las exigencias actuales.
- Bajos niveles de saltabilidad y pocas potencias en los miembros inferiores, observado en los test de Sentadilla Profunda, Arranque, y el Alcance en el Salto vertical con Carrera con una mano.
- Poco nivel del rendimiento durante la preparación táctica.

DiagnósticoInicial

La población la cual era necesario transformar presentaba los problemas los cuales se exponen en los antecedentes de la situación problémica, de todo lo cual se verifica después de haber tenido la oportunidad de entrenarlo durante varios días y realizado los test correspondientes para la población tan singular encontrada

Test utilizado durante el diagnostico

1) **Test de salto vertical (Test de Sargent)**

Se pinta con una tiza el borde superior del aro, los atletas pueden tomar la carrera de impulso, saltan y hacen contacto con el brazo lo más extendido posible en la parte pintada del aro.

Objetivo: Medir la potencia de despegue vertical que presentan los jugadores en sus miembros inferiores.

Materiales: pizarra o pared calibrada en centímetros y tiza o polvo para marcar.

Ejecución: Este parámetro se midió en el aro de baloncesto con previa medición de su altura con relación al piso. Se pinta con una tiza el borde superior del aro, los atletas pueden tomar la carrera de impulso con todos los metros que deseen, saltan y hacen contacto con el brazo lo más extendido posible en la parte pintada del aro. A partir de la medida del aro con relación al piso (el aro para esta prueba debe estar a una altura de 3,05m), se le agrega a la marca que tiene en el brazo, tantos cm como haya marcado, obteniendo así el resultado total del salto.

Anotación: Se otorga el mejor salto de los tres, medido en centímetros (diferencia entre la primera marca y la segunda hecha en la pared).

Evaluación: Nivel medio para los equipos cubanos en cuanto al promedio

Los resultado del salto vertical, alcance y despegue (Test de Sargent).

(Tabla No1)

Nombre	M.salto	C.Rango	Nombre	Alcanse	C.Rango	Nombre	Despegue	C.Rango
E.R	3.61	1	E.R	2.66	1	D.P	1.06	1
D.G	3.59	2	D.G	2.65	2	D.G	1.05	2
N.B	3.54	3	T.D	2.6	3	G.P	0.98	3
C.M	3.49	4	C.M	2.6	3	E.R	0.95	4
G.P	3.48	5	C.M	2.58	5	C.M	0.94	5
D.M	3.46	6	K.N	2.57	6	D.M	0.91	6
P.B	3.43	7	D.P	2.55	7	N.B	0.89	7

A.P	3.43	7	V.O	2.55	7	P.B	0.85	8
T.D	3.42	9	N.B	2.55	7	T.D	0.85	8
A.P	3.38	10	G.P	2.54	10	A.P	0.83	10
D.P	3.35	11	MF	2.54	10	A.P	0.83	10
C.M	3.34	12	P.B	2.52	12	C.M	0.82	12
M.F	3.32	13	B.Y	2.51	13	A.S	0.78	13
A.S	3.32	13	D.M	2.5	14	M.F	0.72	14
G.R	3.16	14	A.P	2.29	15	A.S		

Teniendo en cuenta que los jugadores de las preselecciones nacionales en pleno, desde los equipos juveniles, hasta el de mayores, participa en el torneo de primera categoría, pero con un nivel de entrenamiento sistemático. La muestra se encuentra entre valores medio, por lo que se infiere que de no aumentar esos indicadores los resultados donde exista implicaciones de saltabilidad, pudieran influencia negativamente en los resultados finales de la competencia.

El equipo de primera categoría de la habana obtuvo los siguientes resultados después de aplicar el test:

(Tabla No. 2)

Estadígrafos	Salto	Alcance	Despegue
Min	3.32	2.29	0.72
Max	3.61	2.66	1.06
Promedio	3.44	2.53	0.89
Desv. Est	0.23	0.19	0.20

Desv. Est.= Desviación Estándar de la población.

2). Test de Sentadilla Profunda.

Objetivo: Medir la potencia máxima que presentan los jugadores en sus miembros inferiores.

Material: una palanqueta.

Ejecución: una barra colocada en los hombros, realizando una flexión y extensión de las piernas y situadas al ancho de los hombros. (Iván Román Suarez, 2012)

Anotación: El jugador realiza dos intentos se toma el mejor.

Evaluación: Nivel medio para los equipos cubanos en cuanto al promedio

Los resultado del test de Sentadilla Profunda.

(Tabla No. 3)

Nombres	APe	DG	DM	AP	ER	DP	MF	AS	CM	YC	TD	PB	CN	NB
S.Profunda	140	140	140	140	130	130	130	125	125	125	110	100	80	80
Ranking	1	1	1	1	5	5	5	9	9	9	12	12	14	14

El test de sentadilla profunda se ejecutó para medir la potencia máxima que presentan los jugadores en sus miembros inferiores. El mismo se realizó entre las diez y las doce de la mañana después de realizar el calentamiento orientado; también se creó la atmosfera pedagógica correspondiente desde días antes para que los jugadores presentaran el máximo empeño para la acometida al test, logrando con estas acciones estimularlo y motivados para obtener los máximos resultado. El máximo peso fue realizado 140 kg y el mínimo es 80 kg.

Evaluación: Nivel bajo para la población cubana que entrena regularmente

3). Test de Arranque.

Objetivo: medir la potencia máxima de los miembros superiores.

Material: Palanqueta, Discos.

Ejecución: Levantar la palanqueta, en un solo movimiento desde la plataforma hasta la completa extensión de los brazos por encima dela cabeza. (Iván Román Suarez, 2012).

Anotación: El jugador realiza dos intentos se toma el mejor.

Los resultado del test de Arranque.

(Tabla No. 4)

Nombres	PB	ER	NB	TD	AS	CM	DP	MF	AP	DM	APE	CM	DG	YC
Arranque	75	75	68	68	68	68	68	68	68	68	68	58	54	43
Ranking	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	12	13	14

Evaluar la potencia máxima del miembro superior que el atleta realiza en un solo movimiento desde la plataforma hasta la completa extensión de los brazos por encima de la cabeza. El máximo peso fue realizado P, B y E.R es 75kg. El promedio corresponde a un nivel de fuerza medio, los de más jugadores están por debajo de la misma.

Evaluación: Nivel medio

Discusión

Evaluación general del momento en que se realizó el diagnóstico. Medio- bajo

Es importante aclarar que la comparación de esta muestra se realizó con los datos arrojados histórico de nuestros equipos nacionales, los cuales nos platean los siguientes datos: Sentadilla profunda 180 kg, Arranque 120kg, y saltabilidad con carrera 3,80 m. (Herrera 2015)

Conclusión.

El diagnóstico del estado actual arrojó sin lugar a dudas el momento en que se encontraban los jugadores al inicial la preparación del mesociclo motivo de estudio, llegando a catalogarse desde todos los ángulos de la preparación como de medio-bajo.

Recomendaciones

- Prestar especial atención al rendimiento físico para aumentar los valores técnicos, tácticos y psicológicos.aumentar los niveles de la potencia de miembros inferiores de los voleibolistas masculinos de la preselección UCCFD.
- Incrementó de los niveles de rendimiento en los elementos técnicos de mayor influencia en el juego como son el ataque, bloqueo, y el saque de tenis en salto.

Bibliografía.

1) Bompa. (2015). Periodización del Entrenamiento para el Deporte. Badalona España: Editorial Paidotribo.
2) Bosco, C. (1994). La valoración de la fuerza con el test de Bosco. Madrid Paidotribo.
3) Bosco, C. (1996). Aspectos fisiológicos de la preparación física del futbolista. Barcelona: Editorial Paidotribo. Cappa, D. Entrenamiento de la potencia muscular.
4) Chu, D. (1999). Ejercicios Pliometricos (3ª edición) Barcelona. Paidotribo.
5) Dapresa, A. I. (2011). Alguanas herramientas para el Control Biomedico en la preparacion del jugador de voleibol.Habana: Instituto de Medicina del Deporte.
6) Herrera. D. I. G (2015). Concepción teórica de la preparación física para los jugadores de voleibol del nivel universitario. Revista Cuba de Medicina deportiva y Cultura Física, 14. www.imd.inder.cu
7) Herrera. D, I. G. y Ruiz, A. (2006) Estrategia para el Desarrollo de la Capacidad de Salto. Editorial F. V. V. Vitoria.

Título: Regularidades presentadas durante la aplicación de la metodología para el control de la intensidad en gimnastas del conjunto.

Autoras: Dr. C. Yolainy Govea Díaz Prof. Titular, yolainy.govea@upr.edu.cu
M.Sc. Irma Ismary Llanes Galdo Prof. Aux.
Institución: Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"
Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza"
País: Cuba

Resumen:

La presente investigación se deriva de un proyecto científico institucional que se viene desarrollando desde hace tres años. Este estudio tiene como objetivo determinar las regularidades del comportamiento de los indicadores de la intensidad durante la aplicación práctica de la metodología para el control en las gimnastas del conjunto de la EIDE en Pinar del Río. Fue de gran utilidad la aplicación de diversos métodos científicos: teóricos, empíricos y matemáticos-estadísticos, haciendo énfasis en la medición y el cálculo de promedio y porcentual. La metodología fue aplicada a las cinco gimnastas del ejercicio de conjunto. Estas llevan un promedio de tres años en la categoría juvenil. Los resultados fueron analizados en talleres metodológicos por un colectivo de entrenadoras con experiencia en el deporte. A partir de aquí se hizo un análisis para la reestructuración de la planificación del conjunto durante la preparación, teniendo muy en cuenta los resultados individuales de los indicadores medidos.

Summary: The present investigation is derived of an institutional scientific project that one comes developing for three years. This study has as objective to determine the regularities of the behavior of the indicators of the intensity during the practical application of the methodology for the control in the gymnasts of the group of the EIDE in Pinar del Río. It was of great utility the application of diverse scientific methods: theoretical, empiric and mathematical-statistical, making emphasis in the mensuration and the average calculation and percentage. The methodology was applied the five gymnasts of the group exercise. These take a three year-old average in the juvenile category. The results were analyzed in

methodological shops by an teacher community with experience in the sport. Starting from here an analysis was made for the restructuring of the planning of the group during the preparation, having very in bill the individual results of the measured indicators.

Introducción

El control de la intensidad del ejercicio competitivo en Gimnasia Rítmica constituye un importante proceso dentro de la preparación gimnástica. Govea D. Y. (2011) realizó una investigación sobre esta temática en la modalidad individual, donde se determinaron los indicadores externos e internos para controlar la intensidad del entrenamiento del ejercicio competitivo individual.

El código de puntuación para la modalidad de conjunto tiene exigencias diferentes a las de la modalidad individual, relacionadas con la cantidad de elementos de dificultad, tiempo de duración del ejercicio, cantidad de aparatos a utilizar, gimnastas, entre otras.

Estas diferencias entre las modalidades gimnásticas impone la necesidad de determinar las características de la modalidad de conjunto para este ciclo olímpico (2017-2020), los indicadores específicos para controlar la intensidad de esta modalidad y el comportamiento de estos durante la preparación de las gimnastas.

En los ejercicios de conjunto no se contaba con una herramienta que permitiera controlar este componente de la carga a tenor de las características actuales del deporte. La forma más utilizada para realizar el control es a través de la efectividad de los elementos de dificultad, no se consideran más aspectos externos y no se tiene en cuenta ningún indicador de la carga interna como plantea la teoría y metodología del entrenamiento deportivo se debe tener en cuenta para controlar la intensidad.

Como un primer momento de este estudio se realizó una caracterización del ejercicio competitivo para la modalidad de conjunto, se determinaron los indicadores que iban a hacer controlados y los instrumentos para su medición. A partir de los resultados obtenidos se realizó una valoración de los mismos para ser evaluada entonces la intensidad del entrenamiento como plantea la tercera etapa

de la metodología que se que adecua a las particularidades de esta modalidad gimnástica.

En este estudio se propone como objetivo: determinar las regularidades del comportamiento de los indicadores de la intensidad durante la aplicación práctica de la metodología para el control en las gimnastas del conjunto de la EIDE en Pinar del Río.

Importante destacar la utilización de métodos científicos teóricos: histórico-lógico, análisis-síntesis, inducción-deducción, empíricos: la observación, la revisión de documentos, la medición, y como matemáticos-estadísticos se utilizó la estadística descriptiva, fundamentalmente el cálculo porcentual y el promedio.

Desarrollo

La metodología fue aplicada durante cuatro microciclos de entrenamiento, donde las gimnastas realizaban el ejercicio competitivo completo con música.

Durante las mediciones se calificaron los ejercicios competitivos a través de la **observación** por jueces provinciales y nacionales. Se realizó también un registro de aspectos que la investigadora observó y consideró necesarios conocer para una mayor comprensión y explicación de lo que transcurría mediante las sesiones de mediciones.

En las sesiones de entrenamiento en que se efectuaron las mediciones se recogió la información de aspectos como:

- **el orden de paso del ejercicio competitivo durante la sesión de entrenamientos:** este aspecto se refiere al orden en que las gimnastas realizaron el ejercicio competitivo en el entrenamiento en relación con los otros eventos individuales.
- **cantidad de repeticiones del ejercicio competitivo:** es el volumen de ejercicios completos planificados y realizados del conjunto en cada sesión de entrenamiento.
- **objetivo de la sesión de entrenamiento y del conjunto:** se refiere a los objetivos planificados en la sesión.

- **tiempo de recuperación entre repeticiones:** este tiempo se comienza a medir a partir de que la gimnasta termina el ejercicio competitivo de conjunto hasta que comienza la siguiente repetición.
- **disposición psicológica ante el entrenamiento:** la valoración de este aspecto se complementaba con algunas interrogantes que se les hacía a las gimnastas en cada entrenamiento y a través también de lo que se observaba.
- **estado de salud:** el control de esta variable se tuvo en cuenta en cada sesión de entrenamiento, si existía alguna lesión, dolores articulares o musculares, a partir de la influencia que podía traer en la variación de la frecuencia cardíaca.
- **descanso nocturno:** para conocer las horas de descanso se les preguntaba a las gimnastas el total de horas que habían dormido la noche anterior.
- **horario de la sesión de entrenamiento:** se registró si la sesión era en la mañana o en la tarde.
- **día de la semana:** se tuvo en cuenta para conocer las características de la carga.

Valoración general de estos aspectos durante la etapa de mediciones.

El orden de paso del ejercicio competitivo es un aspecto que debe tenerse en cuenta para la planificación, la prioridad de trabajo a establecer entre los eventos y las particularidades de cada gimnasta en cada evento competitivo. Este se comportó de manera variada, aspecto este que incide directamente en la calidad de ejecución. Importante destacar que en la categoría juvenil las gimnastas de individual son las gimnastas del conjunto a diferencia de las gimnastas de categoría superior.

El volumen o cantidad de repeticiones del ejercicio osciló entre tres y cinco en cada sesión de entrenamiento. Este fue cumplido por en el total de las sesiones de entrenamiento, aunque no con la efectividad esperada.

Los objetivos se redireccionaron en dependencia de los resultados que se iban obteniendo en las mediciones. Se enfocaron fundamentalmente al cumplimiento de la efectividad de los valores de juicio (dificultad y ejecución).

Para la planificación de repeticiones de completas se necesita hacer un análisis individual teniendo en cuenta las posibilidades reales de la gimnasta para cumplimentar el objetivo de cada repetición, del evento y así de la sesión de entrenamiento.

El calentamiento estuvo dirigido fundamentalmente a preparar el organismo para la realización de los ejercicios de la parte principal, sin hacer repeticiones innecesarias evitando gasto de energía.

La frecuencia cardíaca fue tomada a cada gimnasta antes de comenzar el ejercicio y al finalizar el mismo.

El tiempo de recuperación entre las repeticiones se controló buscando que los valores del indicador frecuencia cardíaca alcanzaran valores similares a los del inicio de cada repetición del ejercicio.

El estado de salud de las gimnastas fue evaluado de regular por el médico deportivo según pruebas médicas realizadas en la etapa de preparación, al tener una de las gimnastas con molestias en la espalda durante el entrenamiento limitando esto aún más el cumplimiento de los objetivos. Importante este aspecto a considerar por las entrenadoras para realizar las modificaciones pertinentes en la planificación.

Las sesiones de entrenamiento se efectuaron siempre en horario de la tarde, aspecto a tener en cuenta por toda la carga que ha recibido la gimnasta durante otras actividades realizadas en la mañana con contenidos diferentes a los de la sesión de entrenamiento pero que inciden en la carga fisiológica.

El descanso nocturno fue de ocho horas aproximadamente en el total de los casos expresado así por las propias gimnastas.

Los indicadores medidos a las gimnastas durante el proceso fueron:

Externos: calificación de ejecución, calificación de dificultad y nivel de dificultades, total de elementos.

Internos: frecuencia cardíaca inicial (f1) y final (f2) y el incremento de la frecuencia cardíaca (fc=f2-f1)

Estos indicadores fueron medidos a cada una de las gimnastas y posteriormente se calculó el promedio para poder determinar los valores de los mismos para las gimnastas del conjunto de la categoría juvenil de Pinar del Río. Toda la información recogida y de manera individualizada fue analizada en conjunto gimnastas entrenadoras.

Conclusiones

Las regularidades determinadas en este estudio permitieron no solamente conocer el comportamiento de los indicadores durante la etapa de mediciones, sino también precisar aquellos factores que están influyendo en la efectividad del control de la intensidad, tomar las medidas pertinentes para su control en una segunda etapa de mediciones tributando a la erradicación de las mismas y mejora de la propia preparación de las gimnastas.

Bibliografía

- Ameller Reyes, S. (2005) *La Planificación y sus características en Gimnasia Rítmica.* Curso nacional de entrenadoras.
- Federación Internacional de Gimnasia (FIG). (1997) *Código de Puntuación Gimnasia Rítmica.*
- Federación Internacional de Gimnasia. (2001) *Código de Reglas y Arbitraje.*
- Federación Internacional de Gimnasia. (2005) *Código de Reglas y Arbitraje.*
- Federación Internacional de Gimnasia. (2009) *Código de Reglas y Arbitraje.*
- Forteza de la Rosa, A. (2001) *Entrenamiento deportivo. Ciencia e innovación tecnológica.* La Habana: Editorial Científico-Técnica.
- Govea Díaz, Y. (2011) Metodología para el control de la intensidad del entrenamiento en gimnastas individuales. Tesis de Doctorado. UCCFD.
- Harre, D. (1983) *Teoría del Entrenamiento Deportivo.* La Habana: Editorial Científico-Técnica.

- Hernández Sampieri, R. (2003) *Metodología de la investigación (I).* La Habana: Editorial Félix Varela.
- Ilisástigui Avilés, Mélix (2001) Algunas consideraciones acerca de la composición y montaje de los ejercicios competitivos en la Gimnasia Rítmica. *EFDeportes.com, Revista Digital.* Buenos Aires, 6 (33), marzo. http://www.efdeportes.com/efd33a/ritmica.htm
- Mena Hernández, Magaly (1999). *Significado del control y la evaluación en la dirección del proceso de preparación del deportista.*
- Mesa Anoceto, M. (2006) *Asesoría estadística en la investigación aplicada al deporte*. La Habana: Editorial José Martí.
- Mesa Anoceto, M. y col. (2010) *Distinciones entre criterio de expertos, especialistas y usuarios en la evaluación de un resultado científico*. UCCFD "Manuel Fajardo" Cuba.
- Verjoshanki, L.V. (1990) *Entrenamiento Deportivo. Planificación y Programación*. Barcelona: Paidotribo.
- Zimkin, N. V. (1980) *Fisiología Humana*. Ciudad de La Habana: Editorial Científico-Técnica.
- Zatsiorski, V. M. (1989) *Metrología deportiva.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Título: Selección de talentos de esgrima que transitan desde el eslabón de base a la EIDE.

Autores: M.Sc. Anabel Lastres Madrigal

Dra. C. Beatriz Sánchez Córdova.

EPG. Armando Jesús Padrón Pérez.

País: Cuba

RESUMEN.

La investigación "Selección de talentos de esgrima que transitar del eslabón de base a las Escuelas de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE), surge por la necesidad optimizar el proceso de captación de los esgrimistas, al primer eslabón del alto rendimiento. A partir de que se han reducido considerablemente las competencias pioneriles municipales, y la captación a estos centros se realizan teniendo en cuenta solo los resultados competitivos como propone el sistema piramidal, el resultante de la misma no garantiza las exigencias competitivas a largo plazo. Si se quiere garantizar una matrícula con potencialidades para la esgrima, es necesario complementar este sistema de selección natural por el que se rige la comisión nacional de esgrima en la actualidad, con pruebas que midan al atleta de una manera predictiva y multidimensional para completar un sistema científico de selección de talentos contextualizado a las condiciones actuales de nuestro país. Esta propuesta, que persigue en su fase final una metodología que garantice escoger a los tan añorados talentos deportivos o al menos a los mejores exponentes para alcanzar altos rendimientos en este deporte; se debe iniciar con la obtención de una herramienta que permita establecer los indicadores y sus correspondientes pruebas que midan y determinen dicha selección.

INTRODUCCIÓN.

La esgrima "cuya historia se extiende hacia la profundidad de la historia del hombre" Arkayev, V. (1976), en la actualidad devino en un deporte que por su tradición, elegancia y presencia es reconocido en muchas partes del mundo.

Es un deporte acíclico, requiere de movimientos auxotónicos, de una contracción muscular variable, de corta duración y de esfuerzos máximos explosivos, trabajando dentro de una zona mixta anaerobia aerobia. En la actividad se ve implicado un alto porcentaje de las masas musculares corporales y la demanda de fuerza muscular necesaria es de tipo medio.

Teniendo en cuenta el uso de las capacidades condicionales y coordinativas se caracteriza por ser una disciplina de esfuerzo variable, donde en el combate predomina la rapidez de reacción, tanto simple como compleja, la fuerza explosiva para desarrollar las acciones ofensivas y defensivas con un alto grado de rapidez de reacción y ejecución ya que las acciones en el combate requieren de una rápida interpretación de la situación existente y una respuesta con tanta prontitud como se haya percibido el estímulo,

Exige un adecuado desarrollo de las capacidades coordinativas básicas y en gran medida las especiales, en aras de lograr fluidez, acoplamiento motriz, ritmo y exactitud en los toques de manera sincronizada a la economía de los esfuerzos,para alcanzar la eficacia motriz y el tocado.

Para el desarrollo de estas capacidades y habilidades que exige la actividad competitiva propia de la esgrima en el contexto actual se precisa detectar tempranamenteelsujeto que mediante el proceso de entrenamiento deportivo logre convertirse en el esgrimista cumplela mayor cantidad de estas exigencias, para alcanzar los mejores resultados deportivos. Es por esto que se hace imprescindible darnos a la tarea de buscar donde quiera que se encuentre, ese ser denominado por la ciencia como “talento deportivo”

FUNDAMENTACIÓN.

La esgrima hasta los años 90 permitió incrementar el medallero olímpico y mundial de Cuba, surgieron figuras tales como, Taimy Chapé, Margarita Rodríguez, Miraida García, Elvis Gregory, Iván Trevejo, Rolando Túker, entre otros muchos que colocaron su bandera en los lugares cimeros del en el podio y *ranking* mundial; a pesar de lo exquisito y costoso de su indumentaria y de las condiciones de infraestructura para competir. Los altos resultados competitivos, estaban soportados, entre otras cuestiones, por una práctica masiva del deporte de base

donde, de los cientos de miles que comprende la población pioneril de todo el país, se transitaba por las pre-EIDE, dando paso a una matrícula superior a la actual en las EIDE, que tenía continuidad en las ESPA provinciales, laspreselecciones juveniles y los equipos nacionales con una amplia matricula de 120 esgrimistas repartidos en cada una de las 3 armas, florete, espada y sable,en las 2 modalidades. Esto garantizaba que se realizara la selección fundamentalmente de los mejores desde el nivel de base hasta la elite por decantación, a partir de los resultados competitivos nacionales e internacionales que se obtenían a través de un gran volumen de atletas de todo el país y sin duda arrojando los más capacitados o el tan preciado talento deportivo.

Para García Manso. J (1996) *"talento es la* ***habilidadnatural*** *para hacer alguna cosa en cualquier faceta de la vida, es un don con el que se nace, pero que de no desarrollarse, nunca se manifestará plenamente".* Hans, E. (1988) *plantea que el talento es una* "**Disposiciónpor encima de lo normal** de poder y querer realizar unos rendimientos elevados en el campo del deporte" y otros como Pila, H. (1989) lo ven desde un punto de vista pedagógico cuando lo conceptualiza como "toda **manifestación sobresaliente** del ser humano, que se traduce en altos índices de rendimiento motor y morfofuncionales, que propician una adecuada iniciación y desarrollo en el proceso pedagógico complejo denominado entrenamiento deportivo".

Para deportes eminentemente tácticos como los de combate, en los cualessegún los planteamientos de Sánchez. B (2013) "los elementos técnicos y la preparación física, psicológica y teórica, resultan recursos que se utilizan indistintamente para imponer el juego y solucionar las situaciones según la necesidad en el momento la de oposición", se podría inferir entonces que; es la competencia el procedimiento más válido, necesario y justo para garantizar atletas con un alto grado de resolución de problemas tácticos y una alta efectividad de los tocados como método más efectivo para obtener a él tan buscado atleta, "talentos deportivos".

Enla actualidad, los resultados competitivos indican que los rendimientos de la esgrima cubana no garantizan ganar los Juegos Centroamericanos y del Caribe. Los problemas son diversos, pero en relación con la fortaleza que constituía la pirámide de tránsito hacia el alto rendimiento, hoy no existe. Esto trajo consigo el desacoplamiento de las instituciones deportivas escalonadas, la eliminación de la mayor parte de las competiciones desde la base hasta la elite, que garantizaban una eficiente selección de posibles talentos en correspondencia con las exigencias de la actividad competitiva de la esgrima en el momento contextual.

A partir de una revisión del Programa Integral de Preparación del Deportista PIPD (2016-2020) para el deporte de esgrima, nos percatamos que dentro de su contenido no se encuentran declarados; modelos, indicadores o pruebas que permitan realizar un proceso de identificación, detección y selección del talento; atentando contra la eficiencia de este proceso.

No cabe duda que el proceso de captación a la primera fase del alto rendimiento se realiza, pues todos los años la EIDE cuenta con su matrícula completa, pero lo que se enjuicia es la calidad y pertinencia de los atletas que ingresan, ya que el mismo se continúa realizando de igual manera a como se realizaba antes de los años 90, por métodos indirectos, donde los resultados en una amplia cantidad de competencias y de atletas implícitos en ellas, arrojaba sin duda a los mejores exponentes.

Para Bompa, T (1987)procesode selección de talentos deportivos *constituye la **"**Optimización económica de los recursos invertidos en la formación de deportistas de alto rendimiento en correspondencia con el resultado en competencias".* Según este autor los modelos de selección de talentos se agrupan en:

Los de **Inversión en talentos ya confirmados.** Este modelo permite concentrar los esfuerzos materiales y económicos en un grupo pequeño de atletas ya detectados con antelación.

*Los***Modelos de selección indirecta, natural o pasivo***.* Basado en la forma no directiva y en relación directa a los rendimientos conseguidos a lo largo del

periodo de especialización deportiva en el transcurso por la pirámide participativa y la selección natural que se deriva de la misma.

Los **Modelos de selección científica o activo**. Basado en el análisis del "performance" por medio de la aplicación de filtros y test que permitan definir con claridad las cualidades requeridas para la excelencia deportiva.) Este modelo completa el sistema piramidal de selección pasivo desde su perspectiva ineficaz e insuficiente.

Mediante un diagnóstico realizado por Lastres. A (2017) al proceso de selección de talentos que se realiza en la actualidad para elegir a los esgrimistas que integran cada año la matrícula de la EIDE, se constató que los integrantes de la misma, son elegidos a través de una prueba técnica clasificatoria para una sola competencia de combate, por el método (selección indirecta, natural o pasiva), pues producto de la escaeces de recursos y la incidencia de otros factores no se pueden realizar esos volúmenes ideales de confrontaciones que permita objetivamente evaluar o seleccionar a los mejores exponentes. Por tanto esas ***habilidades naturales***, ***Disposición y manifestación sobresaliente***citadas por los autores García Manso. J (1996), *Hans. E. (1988) y* Pila, H. (1989) respectivamente, son casi imposibles de detectar de forma natural y a edades tan tempranas.

Producto de este deterioro del sistema selectivo anterior, se hace necesario adaptar y actualizar nuestros métodos a una manera científica (selección directa o científica), a través de pruebas medibles, que permitan de un modo más eficiente y contextualizado, determinar a los atletas posibles talentos o con mejores perspectivas que pasarán del eslabón de base a las EIDE.

A partir de la contradicción que se genera cuando se eliminan los controles y competencias escolares de base que garantizaban la selección de talentos a través del sistema piramidal y el modelo pasivo o natural según los resultados competitivos y, la necesidad de que transiten desde el nivel de base a la EIDE los atletas de mayor cualidades naturales o potencialidades para la posible obtención de resultados en la esgrima, a partir de instrumentos científicos, expresamos la siguiente **situación problémica:**

Los fundamentos teóricos y metodológicos para la selección de talentos que transitan del eslabón de base a la EIDE, no garantizan los requerimientos que permitan elegir a los atletas con mayores potencialidades para la obtención de resultados en correspondencia con las exigencias que se derivan de la actividad competitiva de esgrima alto rendimiento.

De ahí que declaremos el siguiente **problema científico** para dar curso a nuestra investigación:

¿Cómo sistematizar el proceso de selección de talentos del eslabón de base a la EIDE que satisfaga las exigencias de la actividad competitiva de la esgrima de alto rendimiento?

A partir de este planteamiento la investigación queda enmarcada en *el proceso de selección de talentos* como **objeto de estudio,** aunque específicamente trabajaremos en *el proceso de selección de talentos de esgrima del eslabón de base a la EIDE*, que constituye el **campo de acción**.

El **objetivo general** que permitirá resolver el problema científico declarado está encaminado a:

Elaborar un sistema de pruebas que optimice el proceso de selección de talentos del eslabón de base a la EIDE que satisfagan las exigencias de la actividad competitiva.

Las **tareas** que contribuirán a resolver las interrogantes anteriores pueden declararse como:

1. Análisis de los referentes teóricos y metodológicos para la selección de talentos de esgrimistas de alto rendimiento.
2. Caracterización de la actividad competitiva de esgrima.
3. Diagnóstico del estado actual del proceso de selección de talentos de esgrimistas del eslabón de base a la EIDE.
4. Determinación de los indicadores que deben ser utilizados para el proceso de selección de talentos de esgrimistas del eslabón de base a la EIDE.
5. Determinación de las pruebas que deben ser utilizadas para el proceso de selección de talentos de esgrimistas del eslabón de base a la EIDE.

METODOLOGÍA.

Para el diseño de la investigación se utiliza una metodología mayoritariamente cualitativa aunque en momentos se integran datos cuantitativos para enriquecer y dar veracidad a nuestro estudio. Se realizó la descripción de la muestra que fue objeto de estudio así como la descripción de los métodos y técnicas aplicadas durante el proceso de investigación.

Esta investigación según las clasificaciones de Dankhe (1986), comienza de manera descriptiva talentos y se transforma en correlacional. En su primera fase se describen fenómenos, procesos, diagnósticos entre otros, para visibilizar la importancia y situación actual de la selección. Le fueron aplicadas entrevistas a los directivos nacionales y provinciales de La Habana, entrenadores y especialistas de esgrima que forman parte del colectivo seleccionador de la matrícula. Además se realizaron otras entrevistas a un psicólogo del Centro de investigaciones del deporte cubano (CIDC) y otra al Comisionado Provincial de La Habana. En su segunda fase se *correlacionan de forma positiva* variables tales como, esfuerzo, capacidades y soportes biológicos necesarios para la competición en esgrima, extraídos de la caracterización de la actividad competitiva y luego para obtener la pruebas correspondientes a los indicadores, se condicionan nuevamente a las variables del perfil de referencia del esgrimista y las características de las edades de selección. Esto se obtuvo a través de entrevistas a un psicólogo del Centro de investigaciones del deporte cubano (CIDC) y otra al Comisionado Provincial de La Habana. También se consultó con, otros psicólogos, especialistas en selección de talentos, en deportes de combate y en esgrima, profesores de metodología de entrenamiento deportivo y de la investigación entre otros.

RESULTADOS.

En el diagnóstico realizado a la situación actual del proceso selectivo que se le es aplicado a los esgrimistas de las categorías 10-12 años para ingresar en la EIDE según las indicaciones de la Comisión Nacional de Esgrima, se constataron las siguientes debilidades:

1. No se corresponde con los actuales postulados teóricos y metodológicos de la selección deportiva.

2. Tiene como principales indicadores los resultados de una competición de combate, las pruebas técnicas y en ocasiones las capacidades físicas.
3. La captación se consolida con solo el 58.02 % de los esgrimistas clasificados para la segunda fase competitiva.
4. No considera ninguna prueba predictiva de rendimiento.
5. No considera ninguna prueba que mida indicadores sociales.
6. No garantiza continuidad en la pirámide de alto rendimiento.
7. Funciona con un potencial humano e infraestructura debilitados.

Arrojando que los esgrimistas que integraran las matrículas de las EIDE cada año, se seleccionan de manera totalmente empírica a través del análisis de una única prueba técnica y una competencia de combate. También deja expuesto, que no se tiene en cuenta aspectos genéticos, biométricos, psicológicos, físicos, sociales entre otros, que resultan predictivos e imprescindibles para elegir el sujeto que futuramente puede, mediante el desarrollo de su personalidad, capacidades, y habilidades asegurar el rendimiento deportivo. Pudiendo corroborar entonces que la calidad del proceso y de la matrícula de esta primera selección no es la óptima y justificando la realización y necesidad de esta investigación.

Tomando como referencia los factores que determinan el rendimiento establecidos porRomero R. (2009) se estableció el perfil de referencia que se acerca al esgrimista ideal, los cuales se consideran como factores predictivos del éxito. Teniendo en cuenta que los deportes de combate presentan una estructura de rendimiento compleja la efectividad depende de la percepción de estímulos, la elaboración por el sistema nervioso central (SNC) de la contestación y la correlación multifactorial de las habilidades y capacidades que apoyan las respuestas tácticas para lograr la efectividad de realización y por consiguiente el toque efectivo. Se creó una herramienta denominada **Esquema de relación multifactorial para deportes de combate (Anexo 1).** Tomando al medio como modelador del sujeto,realizamos una abstracción donde, de las exigencias de la actividad competitiva durante la situación propia del combate, valora las

capacidades yhabilidades que permiten realizar esos esfuerzos y llega hasta las bases fisiológicas que las respaldan. La cual nos valió para hallar los indicadores de selección en esgrimistas.Estos resultados fueron condicionados y ajustados con las limitaciones de estas edades de selección temprana;arrojando como resultados los indicadores de selección de posibles talentos.

Para completar el proceso, se ajustaron en las fases selectivas planteadas por Bompa (1987) asignándole los objetivos de cada etapa y pruebas que de manera más económica y acertada midan a los deportistas pioneriles, para contribuir al perfeccionamiento del método selectivo y la calidad de la matrículaque ingresa a la EIDE en el deporte de esgrima.

Las pruebas se definirán para las etapas de: Identificación, Detección y Selección.

La selección se dará por las Fases 1, 2, 3.

Fase 1. Dimensión de reconocimiento.

Fase 2. Dimensión médico-biológica, Dimensión Psicológica, Dimensión Social.

Fase 3. Dimensión Competitiva.

CONCLUSIONES.

1. La identificación y selección del talento representa el primer paso para seleccionar a los atletas con las aptitudes necesarias para tratar de conseguir, a través de un proceso especializado, los más altos rendimientos deportivos.
2. La Caracterización de la actividad competitiva permite conocer las exigencias de la esgrima actual e inferir el contenido del proceso de selección que se propone. Esto permitió establecer el perfil de referencia del esgrimista.
3. Se corroboró que la selección de la matrícula para la EIDE no se realiza con arreglo a estas exigencias.
4. Para determinar los indicadores de selección de talentos se realizó una abstracción, y se creó una herramienta multifactorial, que sistematizó el contenido desde la competencia, pasando por los esfuerzos que se generaran, determinando las capacidades que le corresponden y sus soportes biológicos.

5. La selección por etapas fases y con pruebas que evalúen al esgrimista de manera multifactorial y cuantificable, propone un método más confiable y eficaz que el que se utiliza actualmente para captar a los esgrimistas que ingresan a la EIDE.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Arkayev, V. (1990). La Esgrima. Primera reimpresión. La Habana: Editorial Pueblo y Educación. SNLC: RA 01.65390.3
2. Bompa, T. (1987). La selección de atletas con talento. Revista de Entrenamiento Deportivo. (2), 46-54.
3. Colectivo de autores. (2016). Programa Integral de Preparación del Deportista Esgrima. UCCFD "Manuel Fajardo". Comisión Nacional de Esgrima. La Habana, Cuba. Editorial Deportes.
4. García, J. (1996). Selección de élites deportivas. En su: Planificación del Entrenamiento Deportivo. Madrid: Editorial Gymnos.
5. Hahn. E (1988). Entrenamiento con niños. Barcelona, Ediciones Martínez, S.A. 98.
6. Lastre. A (2017). Selección de talentos de esgrima que transitan desde el eslabón de base a la EIDE. ". (Tesis de Maestría). Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana.
7. Pila, H. (1989). Estudio sobre Normas de Capacidades Motrices y sus Características en la Población Cubana. (Tesis Doctoral). Universidad. La Habana.
8. Romero R. (2009). Consideraciones sobre la selección de posibles talentos. EFDeportes.com, 14, (131).
9. Sánchez, B. (2013). La proactividad. [Conferencia Impartida en CETHLON Centro de Estudios de Educación Física y Deportes UCCFD Manuel Fajardo, Cuba.] recuperado de http://www.efdeportes.com/EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 18, Nº 184, Septiembre de 2013

ANEXOS.

Anexo 1. Esquema de relación multifactorial para la selección de talentos para deportes de combate.

Titulo: Sistema de competencias profesionales para un entrenador de excelencia.

Title: System of professional competences for a trainer of excellence.

Autores:

1. Dr. C. Hirbins Manuel Dopico Pérez. Tél: 55277690. hirbinsdp@cug.co.cu
2. Dra. C. Idalmis Fernández Tellez. Tel: 53795379. idalmisft@inder.cu
3. M.Sc. Abel Baza Farjat. abelft@cug.co.cu

Resumen

Este material tiene como objetivo proponer un sistema de competencias para organizar y evaluar la excelencia de un entrenador deportivo eficaz, para lo cual fue necesario utilizar varios métodos como la entrevista a un grupo de 19 académicos universitarios, especialistas y directivos de diferentes áreas del deporte, para conocer sus criterios acerca de la propuesta, además, para avalar la propuesta se sometió la investigación a una consulta de especialistas donde participaron 85entrenadores de varios deportes con resultados relevantes nacionales e internacionales, también fueron constatadas en la práctica mediante la observación las diferentes operaciones y acciones que realizan los entrenadores durante su labor. Como resultado se obtuvo concordancia en los instrumentos aplicados, coincidiendo todos, que el sistema de competencias resulta adecuado, se constató además por los evaluados, que lograr la excelencia como profesional es muy complejo, aún cuando poseen un elevado conocimiento, lo que se extrapola en el dominio de habilidades prácticas de excelente calidad por parte de los entrenadores. De forma conclusiva se proponen un total de tres (3) competencias profesionales para lograr la excelencia en los entrenadores deportivos y la propuesta hecha a especialistas, entrenadores y directivos, es aceptada como muy adecuada y adecuada por el 100% de la muestra utilizada.

Palabras claves: Competencias profesionales, profesionalidad, excelencia profesional, excelencia laboral.

Summary

This material aims to propose a system of competencies to organize and evaluate

the excellence of an effective sports coach, for which it was necessary to use several methods such as interviewing a group of 19 university academics, specialists and managers from different areas of sport, to know their criteria about the proposal, in addition, to endorse the proposal the research was submitted to a specialist consultation involving 85 coaches of various sports with relevant national and international results, were also observed in practice by observing the different operations and actions taken by coaches during their work. As a result, agreement was reached on the instruments applied, all agreeing, that the system of competences is adequate, it was also found by those evaluated, that achieving excellence as a professional is very complex, even though they have a high knowledge, which is extrapolated in the mastery of practical skills of excellent quality by the coaches. A total of three (3) professional competencies are proposed to achieve excellence in sports coaches and the proposal made to specialists, coaches and managers is accepted as very adequate and adequate for 100% of the sample used.
Key words: Professional competence, professionalism, professional excellence, work excellence.

Introducción

Evaluar, elegir, incluso determinar quién es el más competente en un puesto laboral es muy difícil, pero es una concepción contemporánea para distinguir quienes son los más capaces al ejercer una labor.

El mundo moderno elige a los profesionales por su competitividad, lo cual ha sido abordado por académicos e investigadores,(Fernández, 2012; Tejada, 2013) plantean que no solo con conocimientos y habilidades te hacen rendir al máximo en una profesión. Por tanto son las competencias las que nos permiten ejercer con eficiencia nuestra profesión.

Una de las más antiguas definiciones de competencia y a la vez una de las más abordadas en la literatura científica, es la propuesta por Lawshe y Balma (1966), quienes plantean que la competencia comprende tres aspectos: la potencialidad para aprender a realizar un trabajo (conocimiento sobre el tema), la capacidad real

para llevarlo a cabo(saberlo hacer) y la disposición (motivación o interés) para realizarlo.

Más acá en el tiempo, el tema ha sido tratado por varios autores, los cuales se han referido al trabajo por competencias para evaluar el desempeño profesional (Zapatero, González, & Campos, 2013; Thomas, Silverman, & Nelson, 2015).

En tal sentidoel estudio de competencias profesionales es más que una necesidad, es una prioridad para garantizar un desarrollo social y financiero sustentable de cualquier profesión en el mundo contemporáneo por tal motivo el deporte moderno no puede obviar esta corriente de formación y evaluación profesional, pero todos los que se adentran en el tema insisten y colisionan con los resultados deportivos como elemento esencial para evaluar las competencias profesionales del entrenador.

La verdad es que en la vida se premian los resultados, en el deporte, las medallas, lo que se extrapola en resultados, los esfuerzos solo se aplauden no se premian, pero para lograr esto, es necesario tener una herramienta que le posibilite al gerente deportivo, al director técnico o al dueño de un club, una manera de evaluar las habilidades, la forma y calidad con que desarrolla su trabajo el entrenador que queremos contratar y lograr la excelencia.

El tema de las competencias ha sido motivo de reflexiones anteriores por el autor, lo que llevo al logro de dos publicaciones anteriormente ("Para conocer del deporte, debemos poseer tres saberes" - 2015 y "Tres saberes necesarios para ser un profesional de excelencia en el deporte" - 2016). Donde se explica el porqué de la integración de competencias profesionales para los que laboran en el deporte.

No obstante debemos reconocer que las competencias profesionales en los especialistas de la Cultura Física, han sido tratadas por varios autores como Lara Caveda(2011), Zapatero, González, & Campos (2013), i Rodríguez, & Ambrós (2015), Campos, & Martín (2016) los cuales hacen propuestas y reflexionan acerca de su importancia muy interesantes.

Pero para organizar mejor el estudio de las competencias en esta rama del saber desde nuestra perspectiva, proponemos un sistema de competencias profesionales que debe poseer el entrenador para su desempeño, incluso puede servir junto a una escala de evaluación, como un poderoso instrumento para dar cualitativamente y cuantitativamente un resultado y así poder emitir un criterio de la labor profesional.

La propuesta trata de alcanzar tres actividades fundamentales. **Seleccionar** los alumnos con el que queremos alcanzar buenos resultados; **Desarrollar** un proceso que permita alcanzar buenos resultados y **Cómo influir** en la competencia para alcanzar buenos resultados.

En esa misma dirección seproponen3 competencias que por supuesto deben tener una estrecha relación para alcanzar la meta deseada, las que se relacionan a continuación:

1. Eficacia para la selección y captación de talentos
2. Dirección del proceso de preparación
3. Cuaching en competencias

Desde esta perspectiva, los entrenadores a partir de su preparación pueden teneruna o dos de las competencias propuesta, pero no podrá ser un entrenador de excelencia sino es competente en las tres.

Por ejemplo hemos visto a entrenadores que son excelentes preparadores, sin embargo no eligen con precisión a un talento, o al contrario, son muy acertados captando a los sujetos que van a ser campeones, sin embargo no tienen resultados estables, lo mismo pasa con la dirección desde el banco o la esquina, en ocasiones saben mucho de preparación, pero desde estas posiciones no saben cómo trasmitir tranquilidad, disciplina táctica, cohesión, entre otros elementos de sus atletas.

Lo que no quiere decir que es obligado poseer las tres competencias a un nivel de excelencia, podemos ser competentes para una o más actividades, sin embargo no ser de excelencia. Por tanto se manejan dos categorías, competente y/o excelencia profesional.

Por supuesto todo dueño de club, gerente deportivo o federativo de una selección o deporte, aspira a tener un entrenador de excelencia, pero no es fácil conseguir el modelo ideal, recordemos todo lo antes expuesto, además de la cantidad de habilidades y conocimientos que debe poseer un especialista en deporte para ser de excelencia según esta perspectiva.

Sin embargo M. Hechavarría (2008) en su texto "Lo que todo entrenador debe saber hacer "; Considera al entrenador como el profesional capaz de realizar todo tipo de influencia, como maestro, como científico, etc.

Este planteamiento exige una preparación muy alta, para que pueda concretar una mescla de habilidades, conocimientos y valores en todas direcciones que lo hacen rendir como un profesional de excelencia, pero no todos llegan allí.

Por una parte está su graduación como profesional, la cual depende si tiene previsto la formación por competencias o solo se queda su formación a nivel de habilidades en los estudios de pregrado y por otra parte depende de la experiencia adquirida y su superación posgraduada, las cuales deben aportar en su desempeño.

De alguna manera nos referimos con el sistema a lo planteado por Armando Cuesta, "…las competencias del contenido del puesto o cargo, respondiendo esencialmente a *¿qué se hace?, ¿cómo se hace? y ¿para qué lo hace?"* (Cuesta, 2001)

Estas tres interrogantes nos permiten organizar como estaría compuesta cada una de las competencias propuestas, constituyendo para nosotros, una mezcla de las habilidades, conocimientos y valores como aparecen en la siguiente tabla. Que aparece en el Anexo 2

Materiales y Métodos

Durante un período de 2 años sometimos este sistema, a la valoración de varios especialistas, unos que forman los recursos humanos en la universidad (Facultad de Cultura Física) donde se consultaron 19 Académicos de ellos 10 profesores auxiliares y 6 titulares, además cuentan 17 con el título de máster 1 especialista en deportes y 6 doctores en ciencias del deporte y otros que dirigen el deporte o

ejercen como entrenadores en la 3ra provincia cubana que más medallas olímpicas tiene (28) y (111) mundiales (de los tres colores) Guantánamo.

Es por eso que el muestreo realizado fue intencional en una población de 25 profesores –se escogieron como muestra (19) que representan el 76%de la población del departamento de deportes, además fueron escogidos intencionalmente 85entrenadores y directivos de deporte de alto rendimiento en la provincia, para ello se escogieron los deportes de más trascendencia histórica en sus resultados en la provincia y el país, entre los que se encuentran: Boxeo, Judo, Karate, Remo, Ciclismo, Atletismo, Baloncesto, Tiro,

Métodos utilizados.

1. Revisión documental: para revisar todo lo referente a las competencias profesionales, (programas de la carrera, planes de entrenamiento, superación profesional, superación metodológica).
2. Entrevistas: a los directivos de entrenadores y los propios entrenadores para conciliar los diferentes componentes del sistema.
3. Observación: para valorar mediante la práctica los criterios que se dan por cada entrenador en su labor.
4. Consulta a especialistas: para obtener la valoración sobre el sistema de competencias propuesto.
5. Modelación: para describir y/o representar las características y relaciones fundamentales del objeto de estudio (sistema de competencias profesionales, proporcionar explicaciones y servir como guía.)

Discusión y conclusiones.

Análisis de los resultados.

1- En la revisión documental encontramos de forma general, relación entre las tres competencias propuestas y las actividades que se le exigen a los entrenadores para su desempeño, pero solo se evalúa en ellos los resultados deportivos y los aportes a las categorías que le suceden, siendo indicadores muy imprecisos para determinar el grado de desarrollo de las competencias, pues no existe control de las habilidades a realizar y son muchos los factores que pueden incidir en alcanzar un resultado deportivo.

2- En la entrevistas a especialista realizada a los directivos de entrenadores y los propios entrenadores plantearon: Las tres competencias propuestas con sus habilidades fueron aceptadas como adecuadas en un 96%, y el 4% restante como muy adecuadas, además, los entrenadores agregaron nuevas competencias a la lista inicial, las que no sobrepasaron el 2% en su reiteración, de manera general hubo coincidencia que estas pueden ser tomadas como competencias a formarse para laborar los entrenadores.
3- En la observación a entrenamientos, superación metodológica y otras actividades, se comprobó que los entrenadores realizan las diferentes acciones que le pueden permitir mostrar dominio sobre los diferentes saberes (saber, saber hacer y saber ser), pero no son evaluados en esa dirección, sino que su evaluación es a partir de los resultados deportivos que obtengan sus atletas y los aportes que realicen a las categorías que le suceden o al alto rendimiento, esto no permite que el esfuerzo se centre en el cómo lograr un resultado, sino cuál es el resultado, no importa la vía, ni el nivel que posea; elementos muy variados en su causalidad dan lugar a lograr resultados deportivos, pero no significan que pueden denotar el desarrollo de las competencias profesionales de los entrenadores.
4- En la consulta a especialistas se pudo constatar que se corresponden los criterios con los entrenadores entrevistados, el 16 de 19 especialista que representa el 84,21 % considera la propuesta del sistema de competencias como muy adecuado y el 15,79 lo considera adecuado, aún cuando se hacen algunas propuestas que no superan el 5 % de los consultados.
5- La modelación se realizó para representar como pueden ser concebidos los diferentes saberes que dan lugar al sistema de competencias integrados por habilidades, conocimientos, acciones y valores los cuales aparecen en el anexo 2

Conclusiones.

1. La profundización en el tema permite proporcionar detalles en cuanto a elementos teóricos que fundamentan las competencias profesionales del

entrenador y los saberes que la componen, existiendo diferencias en su definición y sus clasificaciones.

2. Se proponen un total de tres (3) competencias profesionales para lograr la excelencia en los entrenadores deportivos, lo que no significa que un entrenador con el dominio de una o dos de ellas no puede ser un profesional competente, teniendo en cuenta los diferentes saberes que ellas incluyen que le permitan un desempeño exitoso.
3. La propuesta hecha a especialistas, entrenadores y directivos, es aceptada como muy adecuada y adecuada en la totalidad de la muestra utilizada.

Referencias bibliográficas

1. Campos Izquierdo, A., & Martín Acero, R. (2016). Percepción de las competencias profesionales de los graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. *Revista de psicología del deporte,* 25(2), 0339-346.
2. Cuesta Santos, A. (2001). *Gestión de competencias.* La Habana: Editorial Académica
3. Dopico, Pérez, H. M. y Fernández, Tellez, I. Para conocer del deporte, debemos poseer tres saberes, Vol. 1 Num. 1 Enero-Marzo (2015) en http:/www.revista100cs.cl/
4. Fernández, J. T. (2012). *La alternancia de contextos para la adquisición de competencias profesionales en escenarios complementarios de educación superior: marco y estrategia.* Educación XX1, 15(2), 19.
5. Hechavarría Urdaneta, M. (2008). *Lo que todo entrenador deportivo o director técnico debe saber hacer.* Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.
6. Lara, Caveda, D. et. al. Indicadores por competencias específicas del profesor de iniciación deportiva. Una breve aproximación, Año 21, Nº 222, Noviembre de 2016. http://www.efdeportes.com/
7. Lawshe, C.H.y Balma, Michael J. “Principles of personnal testing”.New York. Mc Graw Hill.1966.

8. Tejada, J. (2013). La formación de las competencias profesionales a través del aprendizaje servicio. *Cultura y educación,* 25(3), 285-294.
9. Thomas, J. R., Silverman, S., & Nelson, J. (2015). *Research Methods in Physical Activity,* 7E. Champaign: Il: Human Kinetics.
10. Zapatero Ayuso, J. A., González Rivera, M. D., & Campos Izquierdo, A. (2013). *La evaluación por competencias en Educación Física: Modelos e instrumentos de evaluación utilizados por el profesorado. Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 15(3), 180-196.

Anexos

Anexo 1Consulta a especialistas

Estimado profesor, por esta vía le presentamos **una propuesta de sistema de competencias profesionales** que debe tener todo entrenador deportivo, mediante este instrumento nos gustaría saber su opinión al respecto.

A la derecha de cada una de ellas (competencias, habilidades, acciones y valores etc.) tiene un espacio para emitir su criterio de evaluación, si usted considera que es **muy adecuada**, **adecuada**, **poco adecuada** o **nada adecuada**, al final aparecen las observaciones, para que usted agregue alguna nueva o excluya cualquiera de las propuestas.

Gracias.

Competencias	Ev.	Habilidades	Ev.	Conocimientos o Acciones	Ev.	Valores, actitudes	Ev.
1.Dirección del proceso de preparación		1.1 Planificar la sesión		1.1.1 Determinar los objetivos		1.00.1 Creativo 1.00.2 Organizado 1.00.3 Disciplinado 1.00.4 Vocación por lo que hace 1.00.5 Ejemplo	
				1.1.2 Organizar los contenidos			
				1.1.3 Distribuir correctamente los indicadores de la carga			
				1.1.4 Tener en cuenta los			

				principios científicos que se manifiestan		1.00.6 Líder 1.00.7 Justo 1.00.8 Perseverante 1.00.9 Previsor 1.00.10 Objetivo 1.00.11 Empático	
				1.1.5Establecer correctamente métodos y procedimientos			
				1.1.6 Ubicar los test en los momentos adecuados			
		1.2 Dirigir los ejercicios de los componentes		1.2.1 Establecer un Ritmo de trabajo adecuado			
				1.2.2 Explicar y demostrar los elementos esenciales de cada ejercicio			
				1.2.3 Manejar adecuadamente la relación trabajo descanso			
				1.2.4 Estimular el esfuerzo			
		1.3 Corregir errores técnicos		1.3.1 Dilucidar con precisión donde está el error			
				1.3.2 Indicar con precisión como erradicar los errores			
				1.3.3 Manejar correctamente las individualidades			
		1.4 Evaluar el estado físico		1.4.1 Utilizar el test con exactitud			
				1.4.2 Utilizar el cronometro correctamente			

				1.4.3 Cuidar la discreción en los resultados			
		1.5 Establecer estrategia táctica		1.5.1 Reconocer las debilidades y fortalezas del contrario			
				1.5.2 Saber utilizar las fortalezas de sus atletas para sacar ventajas			
				1.5.3 Ser discreto e ingenioso con las debilidades de sus atletas			
2.Selección y captación de talentos		2.1 Descubrir el talento		2.1.1 Tener un patrón de talento		2.00.1 Intuitivo 2.00.2 Observador 2.00.3 Comparativo	
				2.1.2 Observar los elementos que lo destacan			
				2.1.3 Revelar y explicar el motivo del descubrimiento			
		2.2 Escoger el talento		2.2.1 Determinar las aptitudes que lo hacen diferente			
				2.2.2 Discernir la capacidad del sujeto para desarrollarse			
				2.2.3 Expresar los elementos que definen su selección			
		2.3 Evaluar el talento		2.3.1 Comparar indicadores con otros sujetos			
				2.3.2 Apreciar lo distintivo del sujeto			

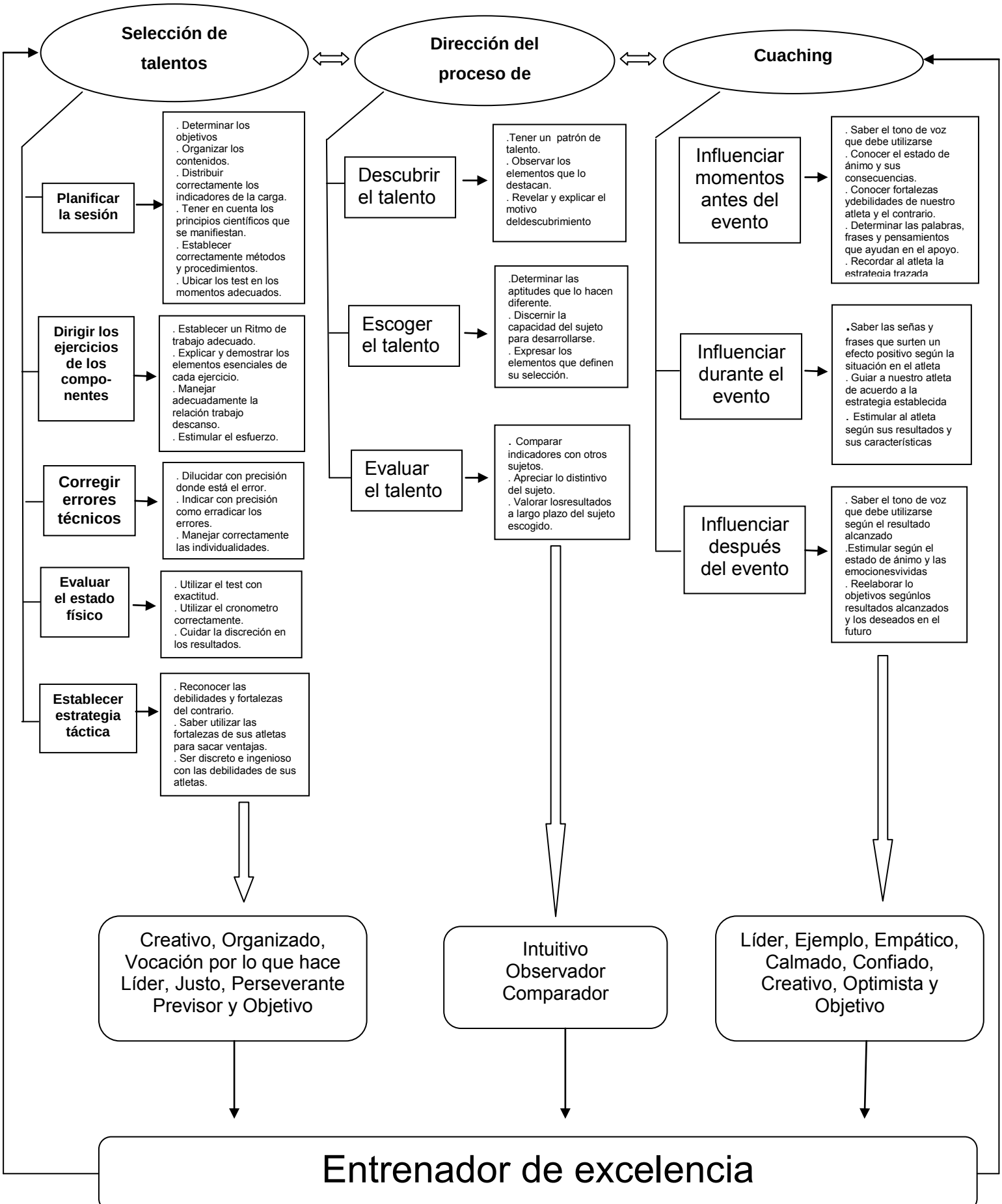
				2.3.3 Valorar los resultados a largo plazo del sujeto escogido			
3.Cuaching		3.1 Influenciar momentos antes del evento		3.1.1 Saber el tono de voz que debe utilizarse		3.00.1 Líder 3.00.2 Ejemplo 3.00.3 Empático 3.00.4 Calmado 3.00.5 Confiado 3.00.6 Creativo 3.00.7 Optimista 3.00.8 Objetivo	
				3.1.2 Conocer el estado de ánimo y sus consecuencias			
				3.1.3 Conocer fortalezas y debilidades de nuestro atleta y el contrario			
				3.1.4 Determinar las palabras, frases y pensamientos que ayudan en el apoyo			
				3.1.5 Recordar al atleta la estrategia trazada			
		3.2 Influenciar durante el evento		3.2.1 Saber las señas y frases que surten un efecto positivo según la situación			
				3.2.2 Guiar a nuestro atleta de acuerdo a la estrategia establecida			
				3.2.3 Estimular al atleta según sus resultados y sus características			
		3.3 Influenciar después del evento		3.3.1 Saber el tono de voz que debe utilizarse según el			

				resultado alcanzado			
				3.3.2 Estimular según el estado de ánimo y las emociones vividas			
				3.3.3 Reelaborar lo objetivos según los resultados alcanzados y los deseados en el futuro			

Observaciones: aquí puede agregar, quitar o emitir un criterio abierto sobre la propuesta:

Anexo 2

Sistema de competencias profesionales del entrenador


Selección de talentos
Dirección del proceso de
Cuaching
Planificar la sesión
. Determinar los objetivos
. Organizar los contenidos.
. Distribuir correctamente los indicadores de la carga.
. Tener en cuenta los principios científicos que se manifiestan.
. Establecer correctamente métodos y procedimientos.
. Ubicar los test en los momentos adecuados.
Dirigir los ejercicios de los compo-nentes
. Establecer un Ritmo de trabajo adecuado.
. Explicar y demostrar los elementos esenciales de cada ejercicio.
. Manejar adecuadamente la relación trabajo descanso.
. Estimular el esfuerzo.
Corregir errores técnicos
. Dilucidar con precisión donde está el error.
. Indicar con precisión como erradicar los errores.
. Manejar correctamente las individualidades.
Evaluar el estado físico
. Utilizar el test con exactitud.
. Utilizar el cronometro correctamente.
. Cuidar la discreción en los resultados.
Establecer estrategia táctica
. Reconocer las debilidades y fortalezas del contrario.
. Saber utilizar las fortalezas de sus atletas para sacar ventajas.
. Ser discreto e ingenioso con las debilidades de sus atletas.
Descubrir el talento
.Tener un patrón de talento.
. Observar los elementos que lo destacan.
. Revelar y explicar el motivo deldescubrimiento
Escoger el talento
.Determinar las aptitudes que lo hacen diferente.
. Discernir la capacidad del sujeto para desarrollarse.
. Expresar los elementos que definen su selección.
Evaluar el talento
. Comparar indicadores con otros sujetos.
. Apreciar lo distintivo del sujeto.
. Valorar losresultados a largo plazo del sujeto escogido.
Influenciar momentos antes del evento
. Saber el tono de voz que debe utilizarse
. Conocer el estado de ánimo y sus consecuencias.
. Conocer fortalezas ydebilidades de nuestro atleta y el contrario.
. Determinar las palabras, frases y pensamientos que ayudan en el apoyo.
. Recordar al atleta la estrategia trazada
Influenciar durante el evento
.Saber las señas y frases que surten un efecto positivo según la situación en el atleta
. Guiar a nuestro atleta de acuerdo a la estrategia establecida
. Estimular al atleta según sus resultados y sus características
Influenciar después del evento
. Saber el tono de voz que debe utilizarse según el resultado alcanzado
.Estimular según el estado de ánimo y las emocionesvividas
. Reelaborar lo objetivos segúnlos resultados alcanzados y los deseados en el futuro
Creativo, Organizado, Vocación por lo que hace Líder, Justo, Perseverante Previsor y Objetivo
Intuitivo Observador Comparador
Líder, Ejemplo, Empático, Calmado, Confiado, Creativo, Optimista y Objetivo
Entrenador de excelencia

Título: Sistema de gestión de la información para perfeccionar la toma de decisiones en la Comisión Técnica de Fútbol de Cuba.

Autor: Ms.C Oliet Rodríguez Méndez
Institución: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes
País: Cuba.

INTRODUCCIÓN

Para el deporte es de vital importancia en la actualidad la recopilación, procesamiento y análisis de un cúmulo significativo de informaciones en el menor tiempo posible, los cuales pudieran significar el milimétrico margen de la victoria o la derrota luego de varios años de entrenamiento de la cada día más costosa preparación de los atletas de alto rendimiento.

Es importante señalar, el tratamiento que se le otorga en el mundo empresarial a la información, esta es definida por Brillouin (1960) como: "...material original que consiste en la simple reunión, organización e integración de datos y hasta cierto punto, analizados...", por su parte Mijailov (1973) plantea que: "...en un sentido más general, es el contenido de la relación entre los objetos materiales interactuantes, que se manifiesta en el cambio de estado de esos objetos...". Conceptos con los cuales el autor de este trabajo se identifica, asumiendo el planteado por Brillouin cuando era precario el uso de las tecnologías informáticas y el volumen de información y su conservación era almacenado en simples escrituras.

Al transpolar la temática al ámbito deportivo, describe Morales-Morejón (1990) la importancia de la información y que está debe estar caracterizada por: "...captar una información integral, relevante, preventiva, suscitante y orientadora que posibilite valorar, mediante su análisis y síntesis, las debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades, a fin de propiciar y contribuir a la toma de decisiones debidamente informadas en tiempo y forma...". Como se puede apreciar esta definición en la esfera deportiva tiene muchas similitudes a la gestión empresarial y a su vez, es la base del término Inteligencia Deportiva definido por Del Toro (2011).

Gómez y Opaso (2007) aseguran la imperante necesidad de la profesionalización de las entidades deportivas en el sentido administrativo, no se puede manejar un club desde la visión de aficionado, se necesita de la ampliación de la planificación de las actividades marcando énfasis en un proceso establecido para la toma de decisiones, soporte que es entregado por la adecuada utilización de la información que llega del mercado. Este concepto corrobora una gran parte lo planteado por el autor de la investigación, debido a que la toma de decisiones debe estar sustentada en un proceso soportado por un adecuado manejo de información, lo cual permitiría su perfeccionamiento profesional y no basado en el empirismo.

La experiencia de dirección en el movimiento deportivo cubano es basto, pero el mundo cada día más globalizado y los nuevos retos que enfrenta la sociedad cubana a través de las reformas del modelo económico para hacer de Cuba un país más prospero y sustentable, requiere de actualizados conceptos también en el modo de gerencial el deporte y de este no escapa el fútbol. La legalizada migración de toda persona natural, la contratación en el exterior por diferentes vías del capital humano, la descentralización de la economía, la entrada en vigor de nuevos sectores de producción en bienes y servicios, así como la contratación de deportistas cubanos en ligas foráneas bajo conceptos que mantienen los principios del deporte cubano, crean una infinidad de variables que es preciso gestionar de una forma más precisa y con mayor eficiencia, estos elementos han sido corroborados en una serie de entrevistas realizadas a funcionarios del deporte, ex-atletas y entrenadores que dirigen o son partes de los procesos propios del deporte y la alta competencia en Cuba.

Al hablar del proceso de dirección y la importancia del uso de la información para la toma de decisiones, no solo se debe incluir a la gerencia o a los máximos responsables del proceso, sino también como parte del sistema a los entrenadores y directores de equipos, pues al decir de Absaliamov, T.M. citado por Tamarit (2007) en su tesis doctoral: “La dirección del proceso de preparación será más efectiva si el entrenador dispone de los datos de control, o sea, de la información sobre el deportista: la variación de su capacidad

de trabajo, del estado del organismo durante el entrenamiento; del nivel de desarrollo de las cualidades físicas; el grado de dominio de la técnica de los movimientos; la magnitud de la carga; el cambio de los resultados deportivos, etc.”

Estas aseveraciones evidencian entonces el por qué y la necesidad de un perfeccionamiento de la gestión de la información en el ámbito del deporte y específicamente enmarcar la toma de decisiones como un elemento fundamental dentro del proceso mismo de dirección.

Los criterios de los especialistas y autores consultados, señalan una serie de elementos que justifican la realización de la investigación en relación a la gestión de la información para perfeccionar la toma de decisiones del fútbol en Cuba como son:

1. La problemática objeto de la investigación está incluida dentro de las demandas tecnológicas de la Comisión Nacional
2. En la revisión documental de los informes técnicos, el control estadístico y el control del rendimiento en los campeonatos nacionales de Fútbol 2011 y 2012, se verificó que la gestión de la información presentan los siguientes problemas:

- Evaluación carente de elementos medibles y donde se constaten la sistematicidad del seguimiento evaluativo de los equipos y jugadores
- Rudimentario control estadístico, basado en los goles y el tiempo de juego
- Pobre control del rendimiento individual de los atletas de las preselecciones nacionales para su comparación con etapas anteriores
- Insuficiente sistematicidad e importancia a los controles médicos y psicológicos de los atletas de los equipos nacionales para el seguimiento de su condición física y psicológica, al conformar las pre-selecciones nacionales.

Teniendo estos elementos como punto de partida se corrobora la carencia de un tratamiento sistemático a la gestión de la información que permita controlar los múltiples factores que condicionan la toma de decisiones y este a su vez el rendimiento deportivo

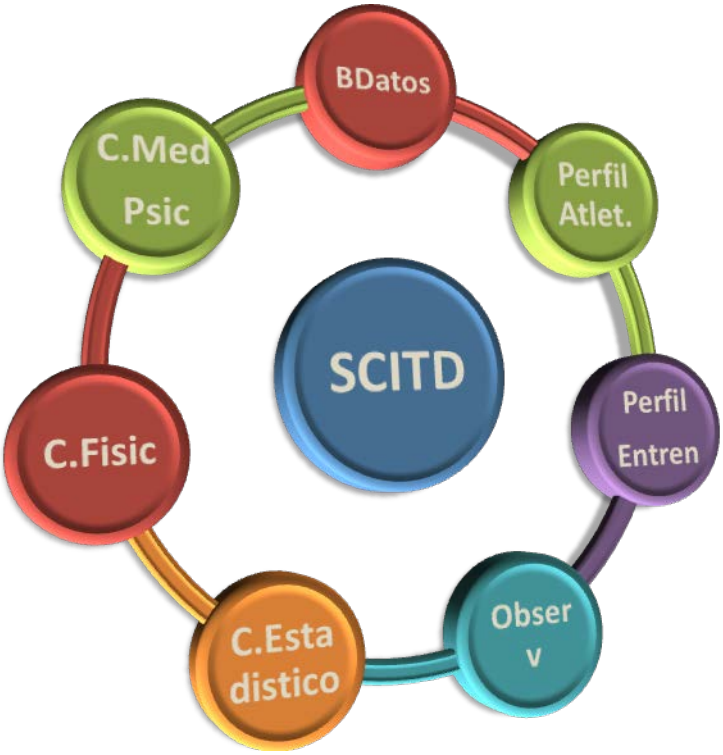
que continua limitando los resultados estratégicos que se ha planteado la Comisión Técnica de Fútbol de Cuba para los venideros ciclos Olímpicos.

Para dar respuesta a estas carencias se determinó implementar un grupo de acciones que permitieran dentro de las realidades de nuestra sociedad y el movimiento deportivo cubano en toda su estructura y específicamente en el fútbol: Diseñar un modelo de sistema de gestión de la información para el perfeccionamiento de la toma de decisiones en la Comisión Técnica de Fútbol de Cuba.

Por lo que se tuvo en cuenta todo lo que genera el futbol de información necesaria para la toma de decisiones y atemperado a la realidad del contexto cubano se determinaron los siguientes sub sistemas que tributaran al sistema gerenal:

- Base de datos general de los atletas que participan en la pirámide de alto rendimiento y específicamente los que son de interés de la comisión técnica nacional
- la realización de un perfil técnico de cada atleta
- la realización de un perfil de entrenadores de las selecciones nacionales y provinciales
- el control estadístico en los diferentes torneos nacionales e internacionales de las categoría
- el control de los diferentes test físicos que se realizan en su trayectoria deportiva
- la aplicación de un modelo observacional para la lectura de partidos de forma colectiva e individual.
- el control médico y psicológico que se realiza a los atletas desde su declaración como perspectiva inmediatas o al ser convocados a las selecciones nacionales

SISTEMAS DE CONTROL DE LA INFORMACION



Base de datos general de los atletas

Información Generales	
Nombre	
Apellido 1	
Apellido 2	
Edad	
Sexo	M,F
Fecha nacimiento	19…
Foto	
CI	
Dirección	
Ciudad	
Nacionalidad	
Teléfono	
e-mail	
Peso	Kg
Altura	Cm
Posiciones	D,DC,MD,MI,MC,DCD,DCI, DLI,DLD,P
Pierna Izq	(MF,F,D,R)
Pierna Der	(MF,F,D,R)
Equipos	

Valor	$
Sueldo	$
Fecha Contrato	
Internacional	(si, no)
año categoría	-19.. -(Sub15, Sub17, Sub20, Sub21, Sub23,Mayores)

Perfil técnico de cada atleta

Técnicos	1 al 10	Mentales	1 al 10	C. Físicos	1 al 10
Centros		Agresividad		Aceleración	
Corner		Anticipación		Agilidad	
Entradas		Colocación		Equilibrio	
Lanzamientos de faltas		Concentración		Balance Muscular	
Marcajes		Creatividad		Fuerza	
Pases		Toma de Decisiones		Resistencia	
Penalties		Desmarques		Velocidad	
Primer toque		Determinación		Flexibilidad	
Regates		Influencia		Coordinación	
Remates		Lucha		Salto	
Remates de cabezas		Serenidad			
Saques de Largo		Talento		Calificación de portero	
Técnica		Trabajo en equipo		Forma Física	
Tiros lejanos		Valentía			
Pierna Fuerte					
Pierna Débil					

Estado psicológico	
Nombre	
Apodo	
Personalidad	
Reputación	
Relación con la prensa	
Relaciones favoritas	
Criterios del entrenador	
Criterios generales del equipo	
Criterios individuales	
Planes a corto plazo	
Planes a largo plazo	

Perfil de los entrenadores nacionales y provinciales.

		1ra	2da	3ra	4ta	5ta	
	Atributos	**Entren 1**	**Entren 2**	**Entren 3**	**Entren 4**	**Entren 5**	**Evaluación Total**
	COMO PREPARADOR						
1	Ofensiva						**0**
2	Defensa						**0**
3	Formas						**0**
4	Mental						**0**
5	Portero						**0**
6	Técnica						**0**
7	Táctica						**0**
8	Trabajo con la cantera						**0**
9	Trato personal						**0**
	Evaluación	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	MENTALES						
10	Adaptabilidad						**0**
11	Con.Tácticos						**0**
12	Determinación						**0**
13							**0**
14	Juzga hab. Jugador						**0**
15	Juzgar potencial						**0**
16	Motivación						**0**
17	La disciplina						**0**
	Evaluación	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	TÁCTICAS						
18	Preparación profesional						**0**
19	Formación preferida						**0**
20	Ofensiva						**0**
21	Defensa						**0**
22	Transiciones						**0**
23	Estilo de Juego						**0**
24	Mentalidad						**0**
25	Versatilidad						
	Total	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**

Control estadístico

Tipo de competición	Liga nacional	Ligas extranjeras	internacional
# Partidos			
# Partidos como visitante			
# Partidos en casa			
Min. Jugados			
como visitante			
en casa			
Goles			
como visitante			
en casa			
Tiros libres			
Penaltis			
Asistencias			
Tarjetas amarillas			
Tarjetas rojas			
Tiros a puerta			
Tiros por dentro			
Zona de trabajo			
Club			
Entrenador			
Asistencia publico			
Convocatorias selecciones			
# Partidos			
# Partidos como visitante			
# Partidos en casa			
Min. Jugados			
como visitante			
en casa			
Goles			
como visitante			
en casa			
Penaltis			
Asistencias			
Tarjetas amarillas			
Tarjetas rojas			
Tiros a puerta			
Tiros por dentro			
Zona de trabajo			
Club			
Entrenador			
Asistencia publico			
Selección			
Entrenador			

Control Físico en los Diferentes Test

Nº	Nombres y Apellidos	Posición	Salto Vertical		Test VAM		10 mts volantes		20 mts		Rank	
			R	E	R	E	R	E	R	E	R	E
1		Defensas Centrales	50	**B**	19,08		1,65	**MB**	2.91	**B**		
5		Defensas	55	**MB**	19,40		1,72	**B**	2,93	**B**		

Control médico y psicológico

				G/L	L/L	G/L	mmol/l			Serologia		U/l
Nro	Nombre y Apellidos	Posición	Fecha	Hb.	Hto	Prot.T.	Col.	Trig.	Glic.	HIV - TR	VDRL	CK
1		Portero	20/01/2017	143	44,0	71,00	3,40	0,7300	4,44	Neg.	N.React	502,40
2		Defensa	20/01/2017	152	47	73,00	4,400	0,770	4,340	Neg.	N.React	268,600

Donde también se tienen en cuenta los ecocardiogramas, exámenes estomatológicos, su historia clínica, antedecentes de enfermedad y lesiones y sus tratamientos, frecuencia cardiaca en sus diferentes manifestaciones, las pruebas de esfuerzo, doping y estudio de hormonas

Modelo técnico observacional

MODELO DE ANÁLISIS TECNICO DE LOS PARTIDOS				
Equipo Local:			**Equipo Visitante**	
Aspectos a controlar.	**Marcar con una cruz (X)**		**Aspectos a controlar.**	**Marcar con una cruz (X)**
Sistema de Juego	442_ 4231_ 433__4141__343:__		Sistema de Juego	442_ 4231_ 433__ 4141__343:__
Clasificación del sistema.	Ofensivo:__ Defensivo:__ Equilibrado:__ Mutante:__		Clasificación del sistema.	Ofensivo:__ Defensivo:__ Equilibrado:__ Mutante:__
Transformaciones del sistema	SI__ NO__ Cual:__		Transformaciones del sistema	SI__ NO__ Cual:__
Principal forma de ataque colectivo.	Vertical : __ Contra Golpe:__ Armado gradual:__ Mixto:__		Principal forma de ataque colectivo.	Vertical: __ Contra Golpe:__ Armado gradual:__ Mixto:__
Principal forma de defensa colectiva.	Pressing:__ Repliegue:__ (terreno:_1/4 _ 2/4_3/4) Catenaccio:__ Cerrojo Gradual:__		Principal forma de defensa colectiva.	Pressing:__ Repliegue:__ (terreno:_1/4 _ 2/4 _3/4) Catenaccio:__ Cerrojo Gradual:__

Principal calle de ataque y defensa.	Calle ataque:___ Calle defensa: ____(1, 2, 3).							Principal calle de ataque y defensa.	Calle ataque:___ Calle defensa: ____(1, 2, 3).						
Principal debilidad y fortaleza.	Debilidad:_____ Fortaleza:_____							Principal debilidad y fortaleza.	Debilidad:_____ Fortaleza:_____						
Condiciones principales que afectaran al desarrollo del equipo	Horario:__ Temperatura: __ Altura:__ Humedad:__ Posición del sol:__ Lluvia:__ Dirección viento:__ Fuerza del viento: _ Calidad del césped: _ Equipamiento del futbolista:__							Condiciones principales que afectaran al desarrollo del equipo	Horario:__ Temperatura: __ Altura:__ Humedad:__ Posición del sol:__ Lluvia:__ Dirección viento:__ Fuerza del viento: _ Calidad del césped: _ Equipamiento del futbolista:__						
Componentes de la preparación. (B,R,M).	Técnico:__ Táctico:__ Físico:__							Componentes de la preparación. (B,R,M).	Técnico:__ Táctico:__ Físico:__						
Criterio del colectivo técnico (B,R,M).	Técnico:__ Táctico:__ Dirección__ Disciplina__							Criterio del colectivo técnico (B,R,M).	Técnico:__ Táctico:__ Dirección__ Disciplina__						
Jugador Dest Ofens.								Jugador Dest Ofens.							
Jugador Dest Defens.								Jugador Dest Defens.							
Goleadores	Pd__Pi __C __TL __P__							**Goleadores**	Pd__Pi __C __TL __P__						
Asistencias								**Asistencias**							
Portero	G__ P__C__FA__TL__ Parad__							**Portero**	G__ P__C__FA__TL__ Parad__						
Anotaciones	**1er Tiempo**			**2do Tiempo**				**Anotaciones**	**1er Tiempo**			**2do Tiempo**			
Calles de ataque	1	2	3	1	2	3		Calles de ataque	1	2	3	1	2	3	
Faltas								Faltas							
Corners								Corners							
Tiros								Tiros							
Tiros dentro								Tiros dentro							
Atajadas								Atajadas							

Resultados:

- La modelación del sistema y los subsistemas incrementan la recopilación de la información necesaria para perfeccionar la toma de decisiones sobre la base de métodos científicos probados y sistematizados en el accionar práctico y contextualizado a la realidad de Cuba
- La implementación del sistema de forma parcial y no integrada en su totalidad durante los años 2014, 2015 y 2017, ha permitido controlar un significativo número de informaciones sobre bases científicas que han contribuido a perfeccionar los procesos de toma de decisiones en la comisión técnica nacional

Bibliografía

- Bogas, W. y Bogas, M. (2002). Mastering UML with Rational Rose 2002. EE.UU. Editorial Sybex.
- Calero Morales, S. (2009*)"Sistema de registro y procesamiento del rendimiento técnico-táctico para el voleibol de alto nivel".* I Taller Científico de Doctores del Movimiento Deportivo Cubano.

- Dopico Pérez, H y Martínez Álvarez, F. (2013) *“La inteligencia deportiva: una tendencia del deporte contemporáneo*”. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires - Año 18 - Nº 180 - Mayo de 2013. http://www.efdeportes.com/. Consultado el: 16 de junio 2013.
- Del toro, L. (2011).Inteligencia deportiva. *Disponible en:* CD AFIDE 2011. *Consultado el: 26 de mayo 2014*.
- Escorsa, P y Maspons, R. (2001) *“De la Vigilancia Tecnológica a la Inteligencia Competitiva*”. Financial Times / Prentice Hal. Madrid. 2001. 165p.
- Gayeski, D. (1992): *Making Sense of Multimedia*. Educational Technology,32(5). Mayo, Pág. 9-13.
- González Suárez, E.; Avilés Merens, R.; Morales Morejón, M. (2007) *“La reunión de conocimiento, un método para gestionar el conocimiento organizacional*” ACIMED ISSN 1024-9435, Vol. 15, Nº. 1, 2007. También accesible en: http://bvs.sld.cu/revistas/aci/vol15_1_07/aci07107.html. consultado: el 20 de mayo de 2014.
- Gomez, S y Opazo, M. (2007). Características estructurales de un club de futbol profesional de elite. Universidad de Navarra, IESE Business school: Documento de investigación, N 705
- Humphrey, Watts S. (2001). Introducción al Proceso del Software Personal. España. Editorial Addison Wesley.
- Morales-Morejón, M. y Cruz-Paz, A. (1995) Alcance conceptual de la Bibliotecología, la Cienciología y la Ciencia de la Información: sus disciplinas instrumentales. *Ciencias de la Información*. 26(2): 70-88, junio.
- Martín Agüero, Osvaldo (2013) *“El control observacional*”. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires - Año 18 - Nº 180 - Mayo de 2013. http://www.efdeportes.com/. Consultado el: 16 de junio 2013.
- Rodríguez Méndez, O. (2015) Aplicación Informática para potenciar el aprendizaje de la asignatura Fútbol Básico en la Escuela Internacional de Educación Física y Deportes. Tesis en opción al título académico de Máster en Ciencia y Juegos Deportivos. Universidad de Ciencias Pedagógicas “Camilo Cienfuegos”, Matanzas.
- Solleiro, J. y Castañón, R. (1998) *“Inteligencia Tecnológica Competitiva. Una visión pragmática”* Revista de Economía y Empresa Nro. 34, vol. XII (2da época), 3er. Cuatrimestre 1998, pp. 93-113.
- Tamarit Medrano, R. (2007). *“Sistema automatizado para el control de la rapidez y resistencia a la rapidez para boxeadores escolares”*. Tesis en opción al grado científico de doctor en ciencias de la Cultura Física. Departamento de Juegos Deportivos. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, La Habana

Titulo: Sistema didáctico para la actuación competente del taekwondista escolar desde la preparación técnico-táctica

Autor: Dr. C. Yoel Morales Cuellar, yoelmoralescuelllar@gmail.com Asistente

Forma de Presentación: Ponencia

País: Colombia

Resumen:

El trabajo aborda la construcción, mediante la lógica inductiva, de un sistema didáctico para la actuación competente del taekwondista escolar desde la preparación técnico-táctica como alternativa para enfrentar la complejidad y competitividad del Taekwondo actual. La propuesta parte de la descripción de la red de competencias requeridas para la actuación competente, se realiza un diagnóstico del taekwondista escolar con énfasis en la capacidad operativa, se establecen los niveles de competencia mediante los cuales ha de transitar el taekwondista escolar para arribar a la actuación competente y se establecen indicadores que posibilitan evaluar el proceso. En el proceso investigativo se utilizaron métodos científicos y técnicas propias de la lógica inductiva. Los resultados de la aplicación del sistema didáctico posibilitaron constatar su pertinencia para facilitar el desarrollo de la actuación competente del taekwondista escolar, criterio utilizado para la evaluación y comprobación de su factibilidad. Los resultados obtenidos de la evaluación del sistema didáctico a través de los expertos corroboran que es viable, original y necesario, y cumple los requerimientos de factibilidad, aplicabilidad y pertinencia. La investigación contribuyó a la solución del problema científico relacionado con el desarrollo de la actuación competente del taekwondista escolar desde la preparación técnico-táctica.

Título:Teoría General del Arbitraje Deportivo

Autora: Dra. C. María Elena Guardo García. Profesora Titular, meguardo@inder.cu

Institución: Universidad de Matanzas Facultad de Cultura Física.

País: Cuba

Resumen

El arbitraje deportivo como componente del deportees un eslabón fundamental y decisivo en la organización y desarrollo de los eventos deportivos, su eficacia y eficiencia,dependen de la objetividad de las decisiones de los árbitros y jueces durante la competición. Por ello, trabajar en la búsqueda de fundamentos que regulen su formación y desarrollo es imprescindible, puessolo con el dominio de las reglas y mecánica del arbitraje, no es suficiente para garantizar las competencias necesarias en los encargados de impartir justicia. Por ello, el objetivo de esta investigación está dirigido a diseñar una teoría que a través de sus concepciones, principios,formas y orientaciones permita mejorar el proceso del arbitraje deportivo en general y estandarizar, todo lo que pueda ser comúnmente estandarizado,para la formación de árbitros y jueces, sin distinción del deporte de que se trate, y respetando siempre,las particularidades y actualizaciones de las reglas en cada especialidad deportiva. Durante la investigación se utilizan los métodos de nivel teórico y empírico que requierela búsqueda de información,los análisis y valoraciones indispensables para obtener elresultado científico esperado. Su aplicación en cursos de arbitraje de diferentes deportes alcanza resultados favorables y el criterio de los árbitros y jueces, directivos y entrenadores deportivos se manifiestan significativamente a favor de la teoría diseñada.

Palabras claves: Teoría del arbitraje deportivo. Clasificación de los deportes. Juzgar. Arbitrar.

Abstract

The objective of this research is to design a theory that through its conceptions, principles, forms and orientations allows toimprove the process of sports arbitration in general and standardize everything that can be commonly standardized in the training of referees and judges Always respecting the particularities and updates of the rules in each sports specialty.

Keywords: Theory of sports arbitration. Classificationofsports.

INTRODUCCIÓN

Hoy más que nunca es necesario pensar de forma innovadora parahacer del proceso de formación de árbitros y jueces una actividad creadorahacia la excelencia de su desempeño. Por ello, la *Teoría General delArbitraje Deportivo* es el resultado de una investigación que tiene entre sus objetivos ofrecer concepcionesteóricas que permitan facilitar el desarrollo adecuado de esteproceso en los deportes y lograr que a los conocimientos de las reglas yreglamentos, se sumen otros aspectos cognoscitivos que son imprescindiblespara formar árbitros y jueces competentes.

Los resultados de esta investigación están dirigidos a las escuelas de Arbitraje Deportivo, constituyeun apoyo didáctico que ofrece los fundamentosteóricos esenciales para la preparación de los árbitros y jueces, deportistas,entrenadores, directivos, estudiantes de la Licenciatura en CulturaFísica, periodistas y comentaristas deportivos.

OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN

Diseñar la Teoría General del Arbitraje Deportivo.

METODOLOGÍA EMPLEADA

Entre los métodos de investigación utilizados se encuentra el analítico-sintético, inductivo- deductivo, hipotético-deductivo, histórico-lógico, la modelación científica y el sistémico-estructural funcional y la entrevista. Los cuales permitieron realizar

los análisis y valoraciones referentes al objeto de estudio así como obtener la información requerida.

Se efectuó un estudio exploratorio con la participación de una muestra de 795 árbitros y jueces y 190 directivos de 30 deportes con más de 8 años de experiencia en función. Los cuales opinaron sobre las exigencias del arbitraje deportivo y sus particularidades, también se crearon y analizaron 30 sistemas para la formación integral de árbitros y jueces en igual número de deportes.

La estrategia metodológica que se aplicó utiliza la estructura siguiente:

- Diagnóstico sobre las formación actual de árbitros y jueces sus particularidades.
- Estudio de las características del arbitraje por grupos de deportes desde su clasificación según las funciones de juzgar y arbitrar;como un recurso, no sólo necesario, sino imprescindible para el establecimiento de una teoría válida en la explicación del fenómeno que se estudia.
- Estudio de los sistemas y modelopara la formaciónintegral de árbitros y jueces, creados en el marco del proyecto de investigación “Hacia una teoría del Arbitraje Deportivo”.

DESARROLLO

En la investigación los resultados del diagnóstico demuestran la necesidad de crear una teoría integradora del arbitraje, parafacilitar el proceso de formación y desarrollo sistemático de los árbitros y jueces a partir una base epistemológica que, unida a los reglamentos, las reglas o códigos de puntuación de los deportes se propicie la eficiencia y eficacia de este complejo proceso.

En este contexto,es imprescindible considerar que: la *Misión* del proceso de formación de árbitros y jueces deportivos,ha de estar dirigida a: formar un cuerpo de árbitros y jueces en condiciones de ejercer con más profesionalidad sus funciones, para garantizar laobjetividad de sus actuaciones en correspondencia con la realidad de lacompetición y aprovechar al máximo sus bondades y posibilidades en laformación de valores de la sociedad, como vía vital para prestigiar y fortalecerel progreso exitoso del movimiento deportivo mundial.

A partir de la misión del proceso de formación de árbitros yjueces, los componentes (Figura 1) de la Teoría del Arbitraje Deportivoincluyen en su estructura por partes y aspectos los elementos teóricosprácticossiguientes:

Figura 1. Componentes fundamentales de la Teoría del Arbitraje Deportivo

Todos los componentes fundamentales de dicha teoría son necesariospara la formación integral de árbitros y jueces de las diferentesmodalidades deportivas y

su desarrollo ha de estar en consecuenciascon las características particulares que identifican a cada deporte.

Los eslabones de la estructura presentada de la teoría del arbitrajeestán correlacionados y vinculados a la teoría del deporte, sus partes yaspectos revelan detalles sustanciales e imprescindibles para comprenderla lógica del arbitraje en el deporte y en el proceso de selección yformación de árbitros y jueces.

Elemento epistémicos que conforman la Teoría General del Arbitraje Deportivo

1. *El Arbitraje Deportivo como fenómeno social y pedagógico en el deporte*: el arbitraje y sus antecedentes, elementos esenciales del Arbitraje Deportivo, conceptos básicos relacionados con el Arbitraje Deportivo, aproximación a una visión histórica del Arbitraje Deportivo, concepción teórica que fundamenta el carácter pedagógico del Arbitraje Deportivo, la particularidad del Arbitraje Deportivo en la preparación del deportista, función psicopedagógica y reguladora del Arbitraje Deportivo en la preparación del deportista.
2. *Elementos teóricos del Arbitraje Deportivo y su fundamentación ética moral*: las leyes fundamentales de la dialéctica desde la perspectiva del Arbitraje Deportivo, breve caracterización de la ética hacia su comprensión en el contexto del Arbitraje Deportivo, la ética desde la perspectiva del Arbitraje Deportivo, estándares que deben ser aceptados y asumidos en la ética de los árbitros y jueces, la moral en los árbitros y jueces deportivos.
3. *Clasificación de los deportes desde la perspectiva del Arbitraje Deportivo:*fundamentos que sustentan la clasificación de los deportes, desde la perspectiva del Arbitraje Deportivo, clasificación: grupo 1 deportes de calificación y votación,grupo 2 deportes de anotación, grupo 3 deportes de medición.
4. *Estrategia de formación de árbitros y jueces deportivos***:** principios para una estrategia de formación por valores de árbitrosy jueces deportivos, el proceso de selección y formación de árbitros y jueces, competencias

necesarias de la formación de árbitros y juecesdel deporte, modelo para la implementación del programa de formación deárbitros y jueces deportivos.

El conocimiento y aplicación de estos elementos,es esencial, para garantizar la eficacia y eficiencia del proceso de selección, formación y perfeccionamiento de los árbitros y jueces del deporte e imprescindibles para los entrenadores, deportistas y directivos. También pueden ser de gran utilidad a los comentaristas deportivos y espectadores en general.

CONCLUSIONES

Se logra consolidar unaTeoría General del Arbitraje Deportivo a partir de su incidencia como fenómeno social y pedagógico en el deporte, las concepciones teóricas del arbitraje deportivo y su fundamentación ética moral, la clasificación de los deportes desde las funciones de juzgar y arbitrar, los principios para una estrategia de formación por valores de árbitros y jueces deportivos y la modelación del proceso de formación de árbitros y jueces deportivos.

BIBLIOGRAFÍA

- **Aguiar Fernández, Y. (2007)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros de pesas.* Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **Alonso Vasconcelo, D. (2011)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Ciclismo.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Ávila Pérez, R. (2014)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de deporte de Esgrima.* Tesis de Maestría (Maestría en Ciencias de la Educación Física el Deporte y la Recreación) Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Batista San Martín, R. (2008)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros del deporte de Remo.* Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”. SUM-CF-Cárdenas.

- **Benavides Pérez E. (2012)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros en el deporte de Balonmano.* Tesis de Maestría (Maestría en Ciencias de la Educación Física el Deporte y la Recreación) Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Bueno Cruz, D. (2007)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros de Fútbol*. Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **Cuellar Medina, D. (2012)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces en el deporte de Clavado*. Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Curbelo Estévez, D. (2012)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces en Patinaje Artístico.* Trabajo de Diploma Habana, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **De La Portilla de la Peña, A. (2010)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Lucha Sumo*. Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **De La Portilla Rodríguez, A. (2007)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros del deporte de Vela*. Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **De los Reyes Pérez, M. (2012)** *Particularidades de la formación actual de los árbitros en el Balonmano.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Echeverría Díaz, L. (2011)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Gimnasia Aerobia Competitiva.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- ***García Aguila, A.L*. (2014)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Fútbol Sala.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **González Arencibia, R. (2009)** *Estrategia para la preparación integral del árbitro de Fútbol.* Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.

- **González Ventura, G. (2012)***Particularidades de la formación actual de los árbitros en el Béisbol.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Guardo, M. E, Fleitas D. I. (2006)** Hacia una teoría del arbitraje deportivo: principios para una estrategia de dirección por valores en el arbitraje deportivo. Disponible en la revista digital – Buenos Aires – Año 11 –No, 96 – Mayo del 2006, http://www.efdeportes.com/, consultada el día 20/07/06.
- **Herrera Roque, D. (2011)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Taekwondo*. Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Izquierdo Núñez, L. (2012)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces en el deporte de Gimnasia Artística.* Trabajo de Diploma Habana, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **López Rodríguez, Y. (2010)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Tiro con Arco*. Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **Martínez Díaz, E. (2008)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros de Lucha.* Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **Navarro Sánchez, R. (2012)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Boxeo.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Oña de Armas, M. (2010)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Tenis de Campo.* Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **Perdomo Perdomo, L. (2012)***Sistema de acciones para la formación integral de los árbitros de Béisbol*. Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo.
- **Pérez Pino, M. (2014)** Sistema de acciones para la formación integral de los árbitros de Ajedréz. Tesis de Maestría (Maestría en Ciencias de la Educación Física el Deporte y la Recreación) Venezuela, Matanzas. UCCFD “Manuel Fajardo”.

- **Pinillo González, D. (2007)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros de los deportes Baloncesto y Voleibol.* Tesis de Maestría (Maestría en Ciencias y Juegos Deportivos) Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **Poujaud Oliva, T.(2012)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Natación.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Ramírez Estévez, P. (2011)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Karate-do.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”. SUM-CF-Cárdenas.
- **Rodríguez Céspedes, S. (2010)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Bádminton*. Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **Roldán Almeida, Y. (2010)***Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Polo Acuático.* Trabajo de Diploma Matanzas, ISCF “Manuel Fajardo”.
- **Robles Jiménez,R.E (2014)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Sambo.* Tesis de Maestría (Maestría en Ciencias de la Educación Física el Deporte y la Recreación) Venezuela, Matanzas. UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Serra Fernández, M (2012)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Atletismo.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Vizcaino García, B. (2011)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de Gimnasia Rítmica.* Trabajo de Diploma Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.
- **Zulueta Alonso, M. (2012)** *Sistema de acciones para la formación integral de árbitros y jueces de deporte de Judo.* Tesis de Maestría (Maestría en Ciencias de la Educación Física el Deporte y la Recreación) Matanzas, UCCFD “Manuel Fajardo”.

Titulo: Test para la evaluación de la figura corporal de gimnastas de Gimnasia Rítmica

Autora: Dra.C. Mélix Ilisástigui Avilés.

Colaboradoras: Dra.C. Sofía León Pérez, MsC. Nely Ochoa Borrás

País: Cuba

Resumen

El trabajo propone una herramienta de trabajo a aplicar por las entrenadoras de este deporte para la selección deportiva en sus diferentes etapas; consiste en un test elaborado para la evaluación de la figura corporal de gimnastas de Gimnasia Rítmica, el cual tiene en cuenta, examen postural, proporciones, longitudes, circunferencias, formas de segmentos corporales, distribución muscular, comportamiento del acúmulo de grasa y los valores por percentiles de talla y peso en cada una de las edades. Para la elaboración del test se tomó como referencia un test similar elaborado para la Gimnasia Artística (Fleitas.I 1980), así como el criterio de especialistas para la selección de los indicadores a evaluar y como las metodologías de evaluación del somatotipo y la composición corporal. También se tuvieron en cuenta las características somatotípicas de las mejores gimnastas cubanas (según registros del IMD) y del mundo (FIG) y los valores de talla y peso del estudio realizado a la población cubana (Roldan 1970). En sus primeras dos versiones se evaluó a toda la población de gimnastas cubanas para a partir de la contrastación con los datos referidos realizar el ajuste de las escalas de evaluación. Los resultados de la aplicación del test fueron comparados con los de la evaluación del somatotipo y la composición corporal de las gimnastas cubanas, aplicados todos en el escenario de competencias nacionales, encontrándose un alto índice de correlación entre uno y otros resultados; en cada ciclo olímpico el test ha sido actualizado a partir de las experiencias de su aplicación nacional según lo norma el Programa Integral de preparación del deportista de Gimnasia Rítmica.

Título: Valía del ratio de los dedos en la detección de talentos deportivos.

Title: The valuation of the fingers ratio in the sport talent detection

Autores: Dr. C. Luciano Mesa Sánchez,luciano.mesa@reduc.edu.cu Jefe de la Carrera Licenciatura en Cultura Física.

M.Sc. Beymer Aguilera Ramírez,beymer.aguilera@reduc.edu.cu

Institución: Universidad de Camagüey "Ignacio AgramonteLoynaz". Facultad de Cultura Física "Manuel Fajardo"

País: Cuba.

RESUMEN

La investigación que se pone a disposición responde a la necesidad del perfeccionamiento del sistema de selección de talentos. Teniendo como objetivo determinar la valía del ratio de los dedos de la manoen la selección de talentos.Este indicador podría utilizarse para realizar la detección de talentos deportivos con una perspectiva científica. Para llevar a vías de hecho la investigación se utilizan los métodos teóricos y empíricos, así como los estadísticos – matemáticos, entre los de mayor relevancia se sitúa la medición, que posibilitó la determinación de las medidas antropométricas de las manos de los deportistas. La población estudiada la componen los deportistas béisbol, judo, esgrima y voleibol de playa, pertenecientes a la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar "Cerro Pelado" de Camagüey y la reserva deportiva de la provincia, todos del sexo masculino. Los resultados posibilitaron concluir que existe una correlación fuerte entre el ratio de la mano derecha y la rapidez de traslación en aquellos deportes con mayor representación en la muestra, lo cual es indicativo de su posible utilización en la selección de talentos con predisposición genética para los deportes donde esta cualidad sea determinante.

Palabras claves: ratio, dedos, detección, talentos.

ABSTRACT

The investigation that in putt o your disposition answers to the necessity of the improvement of the talents selection system. Taking as objective to determi9ne the

valuation of the fingers ratio hand in the talents detection this indicator could be used to do the sports talent detection with a scientific perspective, to do this investigation were used the theoric and empirice methods, such as the mathematical-statistical ones. Between the major importance is the measure, that posibilitited the determination of the anthropometrical measures of the hands in sportmen, the population studied are composed by players of baseball, judo, fencing and beach volley belonging to the sport initiation school “Cerro Pelado” of Camagüey and the sport reserve of the province, all of them masculine. The results probilitated to conclude that exists an strong correlation between the ratio of the right hand and the translation velocity in that sports with major representation in the sample, which is indicative of its possible used in the talents selection with genetic predisposition for sports where this quality be determinant.
Key words:ratio, fingers, detection, talents

INTRODUCCIÓN

El entrenamiento deportivo es un proceso que tiene un carácter continuo dirigido a la formación y desarrollo de los conocimientos, habilidades y capacidades del deportista en aras de alcanzar resultados superiores, en función de la etapa de preparación en que se encuentre el atleta. Para lograr estos, no basta con una consecuente formación, es necesario tener el mejor talento deportivo posible. Al referirse a este tema, Zatsiorski, V (1989), detalla que se caracteriza por determinada combinación de las capacidades motoras y psicológicas, así como de las aptitudes anatomo-fisiológicas que crean en conjunto la posibilidad potencial para el logro de altos resultados deportivos en un deporte concreto.

Las actitudes favorables para la práctica deportiva están íntimamente asociadas con la herencia y el medio en que se desenvuelve el niño. Explica Zatsiorski, V (1989) que las propiedades y cualidades lo suficientemente estables del hombre, para influir en el éxito de determinada actividad se desarrollan sobre la base de la unidad dialéctica de las propiedades congénitas y adquiridas.

Según Filin (1989), el factor hereditario determina muchos indicadores anatomo-fisiológicos, de los cuales dependen los éxitos en una serie de deportes, lo que se

ha comprobado en estudios realizados con gemelos (V. Klissouras, 1971 – 1980), Grobbe y Gedda, Venerando y Milani-Comparetti, en Italia y Schwarz en la Unión Soviética citados por Starts (1990) a fin de establecer la dinámica de determinados factores heredados, constatándose que los gemelos idénticos obtienen resultados más homogéneos, que los no idénticos y en los que son de un mismo óvulo gemelos monocigóticos coincidieron completamente.

La discriminación de la influencia del componente genético dentro del contexto del fenotipo resulta de gran importancia pues ello permitiría establecer el verdadero techo en cuanto a las posibilidades funcionales del deportista, lo cual constituye un paso de avance para lograr una mayor eficiencia en el proceso de preparación del deportista pues permitiría descartar tempranamente a futuros “talentos” deportivos que realmente nunca lograrán tal categoría y a la vez identificar el verdadero talento deportivo. De modo que se reconoce y acepta por la comunidad científica, el criterio de que el desarrollo de las capacidades tiene un fundamento hereditario, determinado por todos los genes que el individuo recibe de los padres (genotipo).(Tamarit Medrano, R., Muñoz Aguilar, I. y Mesa Sánchez, L. 2011).

Las ciencias aplicadas al deporte realizan grandes esfuerzos en este sentido, es por ello que en la actualidad se estudia con profundidad aquellas particularidades poco modificables con el entrenamiento deportivo que posibilitan pronosticar determinadas características que tienen una influencia fuerte en el resultado deportivo, a estas variables se les llaman marcadores biológicos.

Los marcadores biológicos son aquellas particularidades poco modificables con el entrenamiento deportivo, siendo el resultado de la relación que se establece entre la estructura y la función, a partir de este criterio se puede inferir que el organismo humano realiza funciones muy particulares a partir de las estructuras de los diferentes sistemas, y en este proceso tiene una incidencia decisiva el sistema endocrino, el cual a partir de las glándulas y hormonas influye de manera directa en la formación de las estructuras y el funcionamiento del cuerpo, tal es el caso de las hormonas sexuales.(Tamarit Medrano, R., Muñoz Aguilar, I. y Mesa Sánchez, L. 2011)

Las hormonas sexuales testosterona en el sexo masculino y estrógeno en el femenino, marcarán el desarrollo de la vida futura. Estas hormonas son sintetizadas a partir de colesterol siguiendo una vía común. Los andrógenos, testosterona y androstenediona son precursores de la síntesis de los estrógenos en los testículos, ovarios, suprarrenales y placenta (Izquierdo de la Cruz, R. ca: 2010).

En la literatura existen evidencias que demuestran que los esteroides sexuales durante el periodo organizacional, juegan un papel importante sobre la manifestación de diferencias sexuales en el comportamiento; por ejemplo, se ha reportado que tanto en los hombres como en las mujeres, los niveles altos de andrógenos durante el período crítico del desarrollo prenatal se asocian con la manifestación de la conducta masculina.(Inozemtseva O, 2011)

La testosterona es una hormona anabólico-protéica por excelencia, ayuda a formar proteínas, favorece el desarrollo de la masa muscular, tiene acción sobre la médula ósea (hematopoyesis), actúa en la masa ósea favoreciendo la formación del hueso, tiene acción sobre el metabolismo de los carbohidratos, lípidos y tejido prostático, actúa en la transformación física de niño al hombre, en la maduración del aparato reproductor y en el desarrollo de su masa ósea y muscular como crecimiento del vello facial y corporal (diferenciación entre hombre y mujer (Neave, N., Laing, S., Fink, B., and Manning, J., 2003).

Como se precisa en el párrafo anterior la testosterona participa en la formación ósea, al respecto se considera que tiene una incidencia en la longitud de los dedos que se establece en la vida intrauterina y no se modifica significativamente durante la vida, es por ello que se ha sugerido que la competición intrasexual entre hombres ha sido una importante presión de selección en la evolución de las diferencias sexuales en las concentraciones de testosterona prenatal. Esto último, porque un bajo valor 2D:4D se correlaciona fuertemente con una buena habilidad en la práctica de diversos deportes (Manning y Taylor, 2001; Manning, 2002, Hönekopp et al., 2006a).

La testosterona es la razón por la que los hombres poseen más masa muscular que las mujeres, ya que los dos sexos tienen cantidades diferentes de esta

hormona. Más específicamente, el cuerpo masculino adulto producirá entre 2.5 y 11 mg. de testosterona por día, mientras que el femenino solo produce aproximadamente 0.25 mg. por día. La hormona sexual dominante para la mujer es realmente el estrógeno, la cual tiene un efecto significativamente diferente en el cuerpo. Entre otras cosas, un nivel de andrógeno más bajo y uno de estrógeno alto le ocasionaran a las mujeres acumular más grasa corporal, menos tejido muscular, tener una estatura más baja y ser más propensas a debilitamiento de los huesos con la edad (osteoporosis).

Muchas de las habilidades que se emplean en los deportes son las mismas que se requieren para la lucha y la competencia entre los hombres, por lo que la relación entre el índice 2D:4D y una mejor práctica de deportes es mejor interpretada dentro del marco conceptual evolutivo de la competencia intrasexual(Manning et al., 2006a).

Evidencias preliminares sugieren que la variabilidad intersexual en la relación entre la longitud del 2do dedo (índice) y del cuarto dedo (2D:4D), como marcador indirecto de los niveles de andrógenos prenatales, puede poseer una fuerte y coherente relación con medidas implícitas que corresponden a medidas explícitas de rasgos de la personalidad (Martin, V. and Stefan S. 2009).

Los investigadores han encontrado una correlación directa entre las longitudes de los dedos y la cantidad de testosterona a la que se expone el feto en el útero. Cuanto más corto sea el dedo índice con respecto al dedo anular, más alta es la cantidad de testosterona prenatal. (http://www.solociencia.com)

Según Wilson (1983) existe correlación entre la asertividad en las mujeres y su relación dígito. Este fue el primer estudio que examina la correlación entre la proporción de dígitos y un rasgo psicológico dentro de los miembros del mismo sexo.Wilson planteó que la estructura ósea y la personalidad fueron afectadas simultáneamente por los niveles de hormonas sexuales en el útero.

Respecto a la influencia de este ratio y la personalidad se ha observado como la testosterona puede proteger contra el estrés y la depresión, además de facilitar la memoria. En estos estudios se aprecian que las personas con altas tasas de testosterona presentan una mayor conducta violenta y agresiva junto con una

mayor disposición sexual. En contra, tasas bajas de testosterona se han relacionado con problemas en el lenguaje y autismo.

Un estudio publicado en la revista BiologyLetters (2009), sostiene que las diferencias sexuales en 2D:4D son causados principalmente por el desplazamiento a lo largo de la línea alométrico común con intercepto distinto de cero, lo que significa 2D:4D necesariamente disminuye al aumentar la longitud de los dedos, y el hecho de que los hombres tienen dedos más largos que en las mujeres, que puede ser la base de la diferencia de sexo en proporciones digitales y/o cualquier putativo de la influencia hormonal sobre las relaciones.

Martin Cohn y ZhenguiZheng, (2011) del Instituto Médico Howard Hughes y del departamento de microbiología y genética molecular en la facultad de medicina de la Universidad de Florida, han demostrado que la proporción de tamaño entre el segundo y el cuarto dedo, sobre todo de la mano derecha, es un indicador fiable de la medida en la que fue expuesta una persona a la testosterona mientras todavía se encontraba en el útero, durante una etapa temprana de la gestación. Cuanto más grande es la brecha entre un dedoanular más largo y un índice más corto, mayor será el impacto probable de la hormona. Los hombres suelen tener el dedo anular más largo que el índice. En las mujeres acostumbra a suceder justo lo contrario, pues las diferencias en cómo esas hormonas activan receptores en varones y en hembras afectan al crecimiento de dedos específicos.

Muchos autores asocian la relación ratio 2D:4D (dedo índice y dedo anular) como un marcador biológico en cuanto a la exposición fetal a la testosterona, debido a que esta exposición sobre todo a partir de la novena semana de gestación, va a determinar las futuras características tanto físicas como fisiológicas y psicológicas. Durante la gestación, las únicas moléculas que pueden traspasar la placenta y llegar al feto serán aquellas que posean el tamaño de una proteína, siendo el caso de la testosterona. Por lo tanto, si durante el embarazo las condiciones y el estado de la madre son propensos a una mayor producción de testosterona esto repercutirá directamente sobre el bebé.

Mesa, Sánchez L. (2012), presentó en el evento Cultura Física Escuela y Comunidad, en Camagüey, Cuba, un estudio preliminar realizado con 61 atletas

venezolanos de alta competencia, donde indica que puede existir relación entre el ratio de los dedos y las capacidades motrices básicas de confirmarse tal hipótesis puede convertirse en un indicador para realizar la determinación de las potencialidades atléticas.

Partiendo de lo expresado se induce que para realizar la selección del talento deportivo, es necesario tener presente no solo sus características motoras sino también las potencialidades genéticas que tienen para la práctica del deporte, en función de las demandas de cada uno de ellos, utilizando aquellas particularidades menos lábiles en el proceso de entrenamiento deportivo.

No obstante, el efecto que tiene el componente genético en el resultado deportivo, al momento de realizarse la selección del talento deportivo se hace sobre la base del resultado de pruebas en las que se miden indicadores físicos, y en ocasiones funcionales, es decir la manifestación global del fenotipo del sujeto, sin entrar a discriminar la influencia que tiene cada uno de los elementos que en ella intervienen es por ello que en los atletas de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar “Cerro Pelado” de Camagüey y su reserva,se desconocen sus características, por lo que no se utilizan durante la valoración integral de las potencialidades de los deportistas en el proceso de selección deportiva, por tanto no se efectúa una adecuada proyección en función de las demandas de cada uno de los deportes a partir de esta variable no lábil con el entrenamiento. Por lo que se plantea como **objetivo**: determinar la valía del ratio de los dedos índice y anular de los atletas algunos deportes estratégicos de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar “Cerro Pelado” de Camagüey.

DESARROLLO

El proceso de investigación se llevó a cabo en el curso escolar 2015-2106, se sustenta en el modelo de investigación de campo de corte transversal. En el cual se emplean durante todo el proceso de investigación los métodos teóricos que a decir de Álvarez de Zayas (1989), constituyen los procesos lógicos del pensamiento y que posibilitan ascender en la espiral del conocimiento transitando de la contemplación viva al pensamiento abstracto y de allí a la práctica científica.

La metódica concebida para desarrollar el proceso de investigación posibilitó en un primer momento desarrollar el análisis factoperceptual del problema objeto de estudio, determinado las manifestaciones externas del problema. El abordaje fático posibilitó concluir en una primera aproximación que en el proceso de detección de talentos los entrenadores no utilizan todos los indicadores no lábiles con el entrenamiento deportivo, por tanto no se emplea el ratio de los dedos en el proceso de detección de los talentos.

A continuación se seleccionan los deportes en los cuales se va a investigar, en el criterio de selección primó que fueran deportes estratégicos para la provincia, es por ello que se utilizan el judo, voleibol de playa, esgrima y el béisbol. En aras de estudiar la mayor cantidad de atletas se miden en el béisbol los que forman parte de la reserva deportiva de la provincia. Se lograron medir la deportistas en edades comprendidas entre los 12 y 18 años todos del sexo masculino. La tabla muestra la distribución.

Tabla 1. Distribución por deportes de la muestra estudiada

Deportes	Cantidad
Judo	15
Voleibol de playa	5
Esgrima	4
Béisbol	105
Total	129

Se realiza el proceso de determinación de las características antropométricas del ratio de los dedos índice y anular de los atletas. Para ello se emplea la siguiente lógica:

Se realiza la determinación de las características antropométricas el dedo índice y anular, como método científico fundamental se emplea la medición, la cual se desarrolló durante el mes de marzo del 2015.

Para lograr el proceso de estandarización de la medición, el autor desplegó la metódica que se refiere a continuación:

- Las mediciones siempre se efectuaron en la sesión de la mañana.
- Todas las mediciones se desarrollaron los días miércoles.
- Las mediciones siempre las realizó el mismo sujeto.
- Las mediciones se realizaron siempre con el mismo instrumento de medición.

Determinación del ratio de los dedos índice y anular, para ello se utiliza como procedimiento la división de la longitud del dedo índice entre el anular, lo cual se muestra en la expresión siguiente 2D:4D. Para ello se utiliza el método matemático.

Determinación del tiempo efectuado en una prueba de rapidez. En este sentido se utilizan las mismas pruebas que están descritas en el programa de preparación del deportista de las disciplinas objeto de estudio y que fueron efectuadas por los entrenadores. Las pruebas se mencionan a continuación.

- Judo: 50m volantes.
- Voleibol de playa: carrera en zic-zac.
- Esgrima: carrera de 14x4m.
- Béisbol: carrera de home a primera base.

Luego de haber determinado el ratio de los dedos y la variable rapidez, se utiliza la escala por punto escrita por Zatsiorski (1989), para convertir los resultados del ratio y la rapidez en puntos, con el objetivo de estandarizar las variables a utilizar en la investigación.

A continuación se pasa a determinar la estadística descriptiva de las muestras objeto de estudio, para ello se agrupan por deportes. Se determina la medida de tendencia central: media, así como los estadígrafos de dispersión mediante la desviación estándar y el coeficiente de variación.Seguidamente se utilizan las técnicas de la estadística inferencial para correlacionar los resultados del ratio y la rapidez, para ello se emplea el test de Pearson.

RESULTADOS

El procesamiento estadístico de los datos recogidos durante la medición arrojó los resultados que se analizan a continuación. Es necesario destacar que se realizará de forma grupal es decir valorando los estadígrafos descriptivos en cada deporte.

Tabla 2. Resultados de la estadística descriptiva e inferencial de los judocas masculinos.

Resultados grupales en los estadígrafos descriptivos e inferenciales							
Estadígrafos	Edad	R.M.D	E.P.R.M.D	R.M.I	E.P.R.M.I	R	E.P.R
Media	13.47	0.967	97.143	0.945	97.175	6.03	86.81
D. estandar	0.92	0.03	0.03	0.03	0.03	0.33	0.05
Máximo	15	1.00	97.215	0.99	97.240	6.8	86.891
Mínimo	12	0.89	97.110	0.88	97.134	5.5	86.700
Pearson E.P.R.M.D vs E.P.R.M.I							0.63
Pearson E.P.R.M.D vs E.P.R							0.0817
Pearson E.P.R.M.I vs E.P.R							-0.148

Leyenda: R.M.D: ratio de la mano derecha; R.M.I: ratio de la mano izquierda; E.P.R.M.D: escala de puntos ratio mano derecha; E.P.R.M.I: escala de punto del ratio mano izquierda; E.P.R: escala de puntos de la rapidez; R: Rapidez.

Los atletas de Judo (tabla 2), poseen un promedio de edad de 13,47 años; obsérvese que el valor medio del ratio de los dedos de ambas manos es inferior a uno, lo cual es indicativo de que estos atletas estuvieron expuestos la testosterona mientras todavía se encontraba en el útero. Es necesario destacar que es la mano izquierda (0.94), esla que alcanza el valor medio más bajo, lo cual es indicativo de una mayor incidencia de la hormona con respecto a la mano derecha. Al convertir los resultados del ratio en punto para lograr la estandarización, se percata el investigador que la mano en la cual es ratio es más pequeño, es decir la izquierda alcanza mayor cantidad de puntos. Por lo tanto al utilizar este parámetro como sustituto del valor del ratio es preciso valorarlo de esta manera. Aun cuando es la mano izquierda la que obtiene los mayores resultados no es posible con esta muestra decidir qué mano utilizar para la selección ya que existe correlación (0.63)entre ambas manos.

Para decidir si el ratio de los dedos de las manos es un indicador valido para ser utilizado durante el proceso de detección y selección de los talentos deportivos, es necesario establecer su relación con las cualidades motrices, en este caso con la rapidez. Al respecto se observa que al aplicar el test de correlación lineal de Pearson entre el ratio de la mano derecha expresado en puntos y el resultado medio de la prueba de rapidez expresada también en puntos se obtiene una correlación fuerte (0.0817), lo que indica que existe correspondencia entre ellos y

por lo tanto podría ser utilizado como indicador para seleccionar talentos con una buena predisposición genética para el desarrollo de la rapidez.

Es necesario precisar que en la mano izquierda no se obtiene un resultado similar, ya que la correlación es negativa (-0.148) y no es fuerte. Este resultado expresa que mientras mayor cantidad de puntos obtiene el ratio, menor es la cantidad de puntos en la rapidez. El valor obtenido en la correlación indica que esta mano no es la recomendada para utilizar en la selección, ya que la rapidez al convertirla en puntos tiene un comportamiento similar al ratio, es decir mientras menor es el resultado en tiempo mayor cantidad de puntos se obtiene. Por lo tanto lo ideal es que exista una correlación positiva fuerte entre ambos indicadores.

Tabla 4. Resultados de la estadística descriptiva e inferencial de los atletas de voleibol de playa masculino.

Resultados grupales en los estadígrafos descriptivos e inferenciales							
Estadígrafos	Edad	R.M.D	E.P.R.M.D	R.M.I	E.P.R.M.I	R	E.P.R
Media	15.60	0.958	97.123	0.951	97.129	4.75	89.837
D. estandar	1.95	0.02	0.02	0.027	0.027	0.53	0.099
Máximo	17	0.976	97.159	0.976	97.159	5.38	89.995
Mínimo	13	0.922	97.104	0.922	97.104	3.90	89.720
Pearson E.P.R.M.D vs E.P.R.M.I							0.748
Pearson E.P.R.M.D vs E.P.R							-0.253
Pearson E.P.R.M.I vs E.P.R							0.112

En el caso de los atletas del voleibol de playa el ratio de la mano izquierda obtiene mayor cantidad de punto (97.129) indicativo de mayor exposición a la testosterona durante la vida intrauterina. Al correlacionar los resultados del ratio de ambas manos (0.748), mediante la prueba de Pearson, se obtiene una buena correlación fuerte, por lo que al igual que en el deporte anterior no es posible decidir cuál de las dos manos utilizar para llevar caso la selección. Aunque es necesario acotar que es la mano izquierda la que predomina. La comparación del ratio de la mano derecha con la rapidez, arrojó una correlación (-0.253) negativa y débil, mientras que con respecto a la mano izquierda la correlación es positiva (0.112) pero no es fuerte.

Tabla 5. Resultados de la estadística descriptiva e inferencial de los atletas de Esgrima masculino.

Resultados grupales en los estadígrafos descriptivos e inferenciales							
Estadígrafos	Edad	R.M.D	E.P.R.M.D	R.M.I	E.P.R.M.I	R	E.P.R
Media	17	0.968	97.0697	0.981	97.0582	13.87	71.216
D. estandar	1.22	0.01	0.01	0.01	0.01	0.15	0.01
C. asimetria	1.41	-0.04	2.00	-2.00	2.00	0.75	-0.75
Máximo	19	0.962	97.078	0.988	97.078	14.100	71.228
Mínimo	16	0.974	97.051	0.961	97.051	13.700	71.200
Pearson E.P.R.M.D vs E.P.R.M.I							-0.573
Pearson E.P.R.M.D vs E.P.R							-0.081
Pearson E.P.R.M.I vs E.P.R							0.305

Por su parte los atletas de esgrima (tabla 5), obtienen el mayor resultado en el ratio de la mano derecha al igual que sucedió con los judocas, obsérvese que no existe una correlación positiva (-0.573) entre ambas manos, lo que indica que cuando una mano aumenta a otras disminuye. Al correlacionar los resultados del ratio de la mano derecha con la rapidez se obtiene (-0.081) una correlación fuerte pero negativa, lo que como ya se explicó no es favorable para la selección; mientras que en el caso de la mano izquierda (0.305) si se obtiene una correlación positiva aunque no es alta.

Tabla 6. Resultados de la estadística descriptiva e inferencial de los atletas de Béisbol masculino.

Resultados grupales en los estadígrafos descriptivos e inferenciales							
Estadígrafos	Edad	R.M.D	E.P.R.M.D	R.M.I	E.P.R.M.I	R	E.P.R
Media	15.03	0.972	97.161	0.976	97.158	4.38	89.48
D. estandar	1.86	0.039	0.036	0.043	0.039	0.45	0.074
C. asimetria	0.030	-0.047	0.405	0.28	-0.28	1.05	-1.05
Máximo	18.00	1.07	9.10	1.12	97.27	6.14	89.59
Mínimo	12.00	0.86	6.10	0.85	97.03	3.67	89.19
Pearson E.P.R.M.D vs E.P.R.M.I							0.448
Pearson E.P.R.M.D vs E.P.R							0.0091
Pearson E.P.R.M.I vs E.P.R							0.00478

En el caso de los atletas de béisbol (tabla 6) se observa que el ratio de la mano derecha es el que alcanza la mayor cantidad de puntos (0.972), existiendo una

correlación (0.448) positiva, aunque no es lo suficientemente fuerte. En cuanto a la correlación del ratio de la mano derecha con la rapidez se obtuvo una correlación (0.0091) positiva y fuerte lo que indica que en estos atletas presumiblemente es posible utilizar esta mano para la selección de talentos. Obsérvese que en cuanto a la mano izquierda aun cuando el resultado de la correlación (0.00478) con la rapidez es positiva es inferior a la existe con la mano derecha.

CONCLUSIONES

- El ratio de los atletas estudiados es inferior a uno, lo cual indica que han tenido una buena exposición a la testosterona durante la vida intrauterina.
- Las mayores puntuaciones en el ratio coincide con los resultados más bajos de este, por lo que al utilizar este indicador durante la selección es preciso valorarlo de esta manera.
- En los deportistas estudiado no se aprecia un predominio del ratio de una mano con respecto a la otra por lo que no se puede concluir que mano utilizar en el proceso de selección, aunque el deporte de mayor muestra coincide con lo expresado en algunas de las literaturas internacionales, donde se plantea que la mano derecha es la tiene mayor exposición a la testosterona durante la vida intrauterina.
- Los deportes con mayor cantidad de sujetos investigados (Judo y Béisbol) poseen una correlación fuerte entre el ratio de la mano derecha y el resultado de la prueba de rapidez, lo que indica que en estos deportes presumiblemente es posible utilizar este indicador y la mano mencionada para la selección de talentos con una buena predisposición genética para el desarrollo de la rapidez.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. _____ (s.f). Predecir agresividad por la longitud de los dedos. http://www.solociencia.com
2. Biology L (2009). El éxito se mide en el largo de los dedos. científicoshttp://www.jornada.unam.mx/2009/02/04/index.php?section=cienc

ias&article=a02n2ciehttp://www.jornada.unam.mx/2009/02/04/index.php?section=ciencias&article=a02n2cie

3. Inozemtseva, O. (2011). El Papel de las Hormonas en la Maduración del Sistema Nervioso Central y en el Desarrollo Cognitivo y Conductual. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, Vol.11, Nº1, 173-191.
4. Izquierdo de la Cruz, R. (ca: 2010). Importancia de los genes y las hormonas en la diferenciación sexual. http://fcmjtrigo.sld.cu/materiales/histoembriologia/embriologiaII/mcdrfsex.doc
5. Manning y Taylor, 2001; Manning, 2002, Hönekopp et al., 2006ahttp://puertaamimente.blogspot.com
6. Martin, V. and Stefan S. (2009).Replicated nil associations of digit ratio (2D:4D) and absolute finger lengths with implicit and explicit measures of aggression.*Psicothema*. Vol. 21, nº 3, pp. 382-389 www.psicothema.com
7. Mesa L. (2012). Relación entre los dedos de la mano y la fuerza explosiva. Estudio preliminar. Ponencia en el evento científico nacional Cultura Física Escuela y Comunidad, facultad de Cultura Física de Camagüey.
8. Neave, N., Laing, S., Fink, B., and Manning, J., (2003) Second to fourth digit ratio, testosterone and perceived male dominance. *Proc. Biol. Sci.* 2003 Oct. 22; 270 (1529): 2167-2172.)
9. Tamarit Medrano, R., Muñoz Aguilar, I. y Mesa Sánchez, L. (2011). Características dermopapiloscópicas de estudiantes de primer grado de la escuela primaria “Abel Santamaría Cuadrado” del municipio de Camagüey. *Revista digital Ciencia y Deportes*. Año II, número 2. Camagüey, Cuba.
10. Zatsiorski V.M (1989). *Metrología Deportiva*. Moscú, editorial: Planeta.

Resumen de las acciones realizadas en el marco del Proyecto Inter Campus Cuba 2004 – 2017

En el marco del Programa de Desarrollo Humano Local (PDHL) del PNUD, en el año 2004 se firmó en La Habana un acuerdo de colaboración entre la Asociación de Fútbol de Cuba (AFC) y el Proyecto Inter Campus de Milán, Italia, para incorporar las provincias Las Tunas, Holguín y Granma en el proyecto Inter Campus Cuba. Dicha colaboración tenía como objetivo incorporar a Cuba en el proyecto internacional Inter Campus que se ejecuta en 29 Países en el mundo con la finalidad de difundir la práctica sana del deporte entre niños y niñas de las zonas más apartadas del país así como elevar el nivel técnico profesional de docentes, educadores y entrenadores.

Como consecuencia de los positivos resultados educativos y técnicos alcanzados por el Proyecto, en el 2009 se acordó incorporar a La Habana en esta iniciativa. La Asociación de Futbol de Cuba, con su oficina nacional ubicada en el Estadio Pedro Marrero, asumió la Coordinación Nacional del Proyecto

Durante los trece años de colaboración, se han realizado un promedio de dos misiones anuales, durante las cuales se desarrollaron cursos teóricos/prácticos con entrenadores e infantes locales, permitiendo el intercambio no sólo con personal técnico de Inter Campus Italia, sino también de Colombia y Brasil. En estas acciones, cada año, participaron en los cursos del proyecto Inter Campus Cuba: 180 niñas y niños desde 6 hasta 13 años y un promedio de 9 entrenadores y técnicos locales. En estos años, fueron involucrados activamente casi 3.000 niñas y niños y 160 entrenadores y técnicos.
De igual modo se enviaron varios donativos de materiales deportivos de primera calidad, entregados a los centros Inter Campus Cuba de Las Tunas, Granma, Holguín y La Habana. En total: casi 3.000 camisetas, pantalones y medias.

Según informes de la AFC y del PNUD, los excelentes resultados del Proyecto no solo se evidencian por la atención dispensada por las autoridades nacionales y provinciales en la promoción y el desarrollo de la práctica deportiva como herramienta indispensable para un desarrollo integral del ser humano, sino además en el agrado de las niñas y de los niños necesitados que se incorporaron en los diferentes núcleos Inter Campus en Cuba.

En la próxima misión en La Habana, desde el 22 hasta el 29 de noviembre, Inter Campus de Milán y la Asociación del Fútbol de Cuba firmarán el nuevo Acuerdo Cuba 2017-2020 ratificando el compromiso común de seguir impulsando las acciones del proyecto.

CARTA DE VALORES

"Esta noche espléndida le dará los colores a nuestro escudo: el negro y el azul sobre el fondo de oro de las estrellas. Se llamará Internacional porque somos hermanos del mundo."

Jorge Muggiani, 9 de marzo de 1908

Nacido como expresión del espíritu ético que distingue al club negroazul desde su fundación, hoy Inter Campus es un verdadero y propio programa de Empresa de Responsabilidad Social.

La misión

Desde 1997 Inter Campus realiza intervenciones sociales y de cooperación, flexibles y a largo plazo en diversos países en el mundo. Con el soporte de operadores locales, utiliza las actividades del Futbol como instrumento educativo para restituir a los niños necesitados, de 6 a 13 años, el derecho al juego.

El por qué de una carta de valores

Inte Futura, ha decidido adoptar la Carta de Valores con la finalidad de formalizar, consolidar y hacer evidente a todos sus interlocultores, los valores que han inspirado e inspiran a las personas que trabajan cotidianamente para Inter Campus en todo el mundo.

Recogiendo la heredad de lo establecido en la fundación del Inter, el objetivo que se plantea Inter crear por parte de todos, condiciones de vida en las cuales los deseos propios y de la propia humanidad puedan encontrar espacio, y colaborar también con los que viven una realidad diferente y más difícil que la nuestra.

Por lo tanto, la Carta de Valores identifica los principios, las líneas guía y las conductas a las que todas las personas y sujetos que colaboran en Inter campus tienen que asumir y los valores a respetar.

La Carta de Valores se dirige a los administradores, a los empleados y colaboradores, a los entes locales a los entes institucionales o comerciales y a todos los niños que hacen parte de nuestros proyectos.

Quienes somos - La historia

En febrero de 1995 la familia Moratti vuelve a ser propietaria de FC Internacional Milano. En 1996 nace Inter Futura Srl, sostenida internamente por FC Internacional Milano S.p.a, que iniciará la gestión por parte del mismo Inter, del programa social Inter Campus, inaugurado oficialmente en Brasil en 1997. Desde el 2006 Inter Futura Srl se dedica de manera específica y exclusiva, siempre por parte del Inter, a la gestión, a la consolidación y al desarrollo de los Inter Campus en todo el mundo.

Principios Inspiradores

Promoción del Fut bol y del derecho al juego

Inter futura promueve el juego del Fut bol como derecho de cada niño y como momento de desarrollo de su personalidad, de la natural tendencia al juego, como momento de reunión, de socialización de crecimiento y de desarrollo educativo.

Formación del personal local

Inter Futura promueve la colaboración y la integración con las asociaciones locales e identifica en su personal elementos esenciales para la implementación del propio programa. En particular Inter Futura se ocupa de formar técnicamente y humanamente a los educadores y a los entrenadores locales que representan el trámite directo y constante con los niños.

Soporte a los objetivos sociales de los entes organizadores locales

El compartir los objetivos con los entes locales es un elemento esencial para un desarrollo armónico y eficaz de los proyectos inter Campus.

Atención al desarrollo educativo y escolar de los niños.

Inter Futura colabora con los entes locales para que los niños y sus familias sean sensibilizados sobre la importancia del crecimiento educativo y de la escolarización como elemento esencial para el desarrollo de la personalidad del niño y como base sobre la cual fusionar todos los otros elementos de valor como la salud, integración, higiene, educación, etc.

Participación de las familias y de las Instituciones locales e internacionales.

Inter Futura considera que la familia y la comunidad local son esenciales para el éxito de los proyectos Inter Campus y con frecuencia busca la colaboración con las instituciones locales y/o internacionales con el fin de crear mejores condiciones para que un proyecto se pueda desarrollar.

Valoración de áreas carentes.

Inter futura interviene en realidades desfavorecidas y a veces olvidadas, tratando de contribuir a su actualización a través del desarrollo de los proyectos y del soporte de iniciativas locales coherentes, a través de la difusión de los propios principios y la distribución de las playeras negroazules, símbolo de pertenencia a la familia Inter Campus.

Respeto por las tradiciones, la cultura y la mentalidad local

Inter futura considera que el éxito de los proyectos Inter Campus depende principalmente del conocimiento y del respeto de las tradiciones, de la cultura y de la mentalidad local, en un continuo y reciproco intercambio de información e ideas con representantes locales.

Colaboración con los entes

Inter Futura colabora con los entes locales (organizaciones sin fines de lucro, asociaciones deportivas sin fines de lucro, municipios, etc.) para perseguir los objetivos a la base de cada proyecto, también se realiza con entes comerciales o institucionales para que ellos asistan y sostengan los proyectos de Inter Campus con las modalidades adecuadas y estén satisfechos con relación a su participación.

Inter Futura es consciente de la propia Misión y solicita a los Destinatarios de la Carta de Valores mantener una conducta basada en la integridad ética y en la moral correcta.

Con tal fin los Destinatarios, sin distinción o excepción, conforman sus propias acciones y conductas a los principios y contenidos de la presenta Carta de Valores en el ámbito de las propias funciones y responsabilidades, conscientes que el respeto de la misma constituye parte esencial y de participación para el éxito de los proyecto de Inter Campus y de los compromisos asumidos por cada una de las partes.

Inter Futura organiza y desarrolla su propia actividad con la máxima transparencia, honestidad, exactitud y buena fe. Cada uno de los destinatarios debe actuar con exactitud, diligencia, lealtad e integridad en relación a todos los sujetos con los cuales entra en contacto con el desarrollo de su actividad, tales como niños y jóvenes, educadores y entrenadores, instituciones internacionales, entes locales, entes organizativos y comerciales.

Inter Futura combate toda forma de discriminación fundada en la diversidad racial, en las diferencias de sexo, de religión y de las diferentes proveniencias geográficas y lingüísticas.

Inter Futura establece como fundamento de su actividad el reconocimiento y la salvaguarda de la dignidad humana de la libertad y de la igualdad de todos los seres humanos.

Inter Futura es consciente que la propia imagen y reputación está estrechamente ligada con la real aplicación de los valores de la presente Carta de Valores así como de las conductas que realizan las personas que operan para los proyectos Inter Campus.

Los niños/as, los jóvenes, los educadores y entrenadores

Los Inter Campus están dedicados a los niños y a los jóvenes, a los educadores y entrenadores y ponen particular atención a su crecimiento y a que aprendan los valores de conducta y actitudes positivas como la agrupación, el compromiso, el hacer juego, la lealtad, el respeto de las reglas, de los compañeros de juego, de los adultos como referencia y del adversario.

Los entes tienen la obligación de vigilar sobre los menores que participan a Inter Campus y de enseñarles los principios fundamentales que están a la base del mismo.

Las relaciones con los chicos deben desarrollarse con total transparencia, en el respeto de los principios enlistados en la presente Carta de Valores y en particular en el respeto total de las principales reglas morales; no se tolera ninguna forma de abuso sobre los chicos ya sea psicológico o físico, por lo tanto quien no se adapte a tales reglas será inmediatamente alejado del programa.

Todas las situaciones de riesgo será inmediatamente aisladas y condenadas.

Inter Futura cree firmemente en la importancia de la salvaguarda de la salud de los participantes al programa; con tal propósito considera fundamental que se contribuya educar a los niños sobre el riesgo vinculado a una vida sedentaria, a una alimentación inadecuada y al uso de sustancias nocivas cuyo uso sea prohibido por la ley.

Los empleados y colaboradores

Inter Futura reconoce que sus empleados y colaboradores son pilares fundamentales de los programas de Inter Campus. Por tal motivo se compromete a garantizar condiciones y ambientes de trabajo en los cuales tanto empleados como colaboradores sean tratados de manera equitativa y con respeto, favoreciendo un clima de trabajo positivo que valore la individualidad como las relaciones interpersonales y que pueda favorecer el sentido de pertenencia y del compartir los objetivos comunes.

Inter Futura considera que el dialogo con sus propios empleados y colaboradores estén a la base de relaciones duraderas y que generan confianza reciproca. Promueve por lo mismo el rol estratégico de la comunicación interna para consentir que todos puedan participar activamente y mejor en todas las actividades vinculadas a Inter Campus. Tal comunicación esta implementada con criterios de exactitud, sencillez, transparencia y que sea completa. No se tolera ninguna forma de discriminación y opresión.

Las actividades como publicación de documentos, la concesión de entrevistas, la realización de presentaciones públicas en relación a las actividades e iniciativas Inter Campus, son reservadas a los órganos directivos de Inter Campus o a otro personal autorizado y tienen que ser alineadas a los principios generales y a las finalidades institucionales de Inter Campus.

Relaciones con los entes

Las relaciones con los entes organizadores locales constituyen un elemento esencial para los proyectos Inter Campus; las relaciones son importantes con la reciproca, exactitud, transparencia y claridad también en merito a las finalidades del proyecto que no pueden ser de ninguna forma de naturaleza comercial o vinculada a actividades deportivas profesionales o de exploración profesional.

Inter Futura, antes de iniciar cualquier relación con los entes locales, sigue verificas directas a través de las embajadas italianas en el lugar o de instituciones recomendadas, de tal forma que se obtengan las garantías adecuadas.

En las relaciones con los entes se asegura la exactitud e integridad, evitando cualquier riesgo de conflicto de interés, inspirándose exclusivamente a criterios de profesionalidad y competencia.

Inter Futura condena cualquier actividad que aproveche el trabajo de los menores u otra conducta que integra este tipo de delitos contra la personalidad individual; con tal fin, evita acuerdos con entes que no tengan las credenciales idóneas.

Para ser **ente comercial** de Inter Campus un negocio no tiene que emplear mano de obra de menores de edad en ninguna de sus fases de producción, y tiene que respetar la normatividad de trabajo; no tiene que estar involucrada en la explotación de individuos o naciones (pornografía, fraude, corrupción y actividad criminal); no debe de estar involucrada en una violación de sanciones de las Naciones Unidas en los últimos tres años; no más del 10% de sus entradas anuales tiene que provenir de la manufactura, venta o distribución de alcohol, tabaco o juegos de azar (quedan excluidos los sorteos del Estado); no tiene que estar declarada como culpable de abusos ambientales o gravemente implicada en problemas de contaminación o degrado ambiental; no tiene que estar involucrada en la industria de armamento (desde la manufactura, distribución o cualquier otro componente secundario de armas) y tampoco en la industria nuclear.

Inter Futura asegura oportunidad pareja en la valoración de proveedores y de otros eventuales entes, teniendo en cuenta su compatibilidad y adecuación a las exigencias de los propios proyectos; en particular, las selección de estos sucede de manera objetiva y transparente en base al mérito de la solidez organizacional y de la transparencia.

Inter Futura a través de los Inter Campus ejercita su actividad propia en el pleno respeto de las disposiciones cambiarias contra el lavado de dinero, vigentes en los países en que opera y de las disposiciones emanadas por las autoridades competentes.

En el curso de la relación con los entes, proveedores y colaboradores, Inter Futura solicita expresamente a estos de unificarse a los principios y valores de la presente Carta.

Inter Campus tiene relaciones constructivas, continuadas y transparentes con todas las organizaciones nacionales e internacionales con las que se relaciona o colabora, en particular con las administraciones públicas, organismos no gubernamentales, asociaciones sin fines de lucro, medios de comunicación y organizaciones del sector y de la sociedad civil.

Disposiciones Comunes

Inter Campus, en la relación con los entes, con las instituciones públicas, organismos internacionales y con terceros en general declara que todos los destinatarios de la Carta no tienen que:

- Dar o prometer dinero,regalos u otras ventajas a los representantes de organizaciones internacionales o nacionales, públicas u oficiales o encargadas de servicio público involucradas en el proyecto Inter Campus o en procedimientos conexos al mismo.
- Versar sumas o bienes a cualquier sujeto (sea en público o privado) para aventajar, directa o indirectamente los proyectos Inter Campus.
- Recibir indebidamente contribuciones, financiamiento o subvenciones.
- Enviar documentos no verdaderos o que muestre requisitos inexistentes en relación a los proyectos Inter Campus.
- Procurarse a sí mismo otros privilegios ilegítimos mediante trucos o estafas.
- En general poner evidencias de conductas dirigidas a la corrupción o ser corruptos.

Precisamente con el fin de sostener una política dirigida a la máxima transparencia y legalidad, todos los destinatarios tendrán que colaborar y prestar la máxima disponibilidad a la autoridad judicial, a las fuerzas del orden y a cualquier publico oficial que tengan poderes de inspección y que desarrolle auditorias en relación a Inter Futura.

Salud, seguridad y ambiente

Inter Campus reconoce como principio fundamental la tutela del ambiente, la seguridad, la salvaguarda y la salud de todos aquellos que trabajan para los proyectos de Inter Campus.

Sanciones

Dependientes y administradores

La falta de respeto y / o la violación de las normas de conducta indicadas en la Carta de Valores en relación de los dependientes de Inter Futura constituye el incumplimiento de las obligaciones derivadas por la relación de trabajo y da lugar a las aplicaciones de las sanciones disciplinarias.

Las sanciones serán aplicadas en el respeto de cuanto está previsto en la ley y en la contratación colectiva y será proporcionada a la gravedad y a la naturaleza de los hechos.

La investigación de estas infracciones, la gestión de los procedimientos disciplinarios y la erogación de las sanciones quedan en la competencia de los funcionarios hacendarios propuestos o delegados.

Entes consultores proveedores y terceros en general

Cada conducta realizada por un ente, proveedor u otro sujeto que tengan relación con Inter Futura, en violación de las previsiones de la Carta de Valores, podrá determinar también la resolución de la relación contractual hecha salvo la eventual solicitud de compensación por parte la misma cuando de tal conducta deriven daños.

Título: Análisis de una década (2006-2016) de los resultados de control de dopaje efectuados por los Laboratorios acreditados por la Agencia Mundial Antidopaje (AMA). Lecciones de futuro.

Autores: Millán Aguilar, Jesús A Muñoz-Guerra*, María del Mar Plata*y Juan Del Coso

*Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte, AEPSAD.

País: España

RESUMEN:

La lucha contra el dopaje fue iniciada por la Federación Internacional de Atletismo IAAF en 1928 prohibiéndose el uso de estimulantes. Desde entonces las políticas anti-dopaje se han vuelto más y más ambiciosas, siendo la fundación de la Agencia Mundial Anti-Dopaje (AMA) en 1999 el paso más significativo. Desde el año 2003, la AMA publica anualmente los resultados de los análisis efectuados por los laboratorios acreditados. En este trabajo se efectúa un análisis de los datos desde el año 2003 hasta 2015.

Enesteperiodose han analizado 3,103,974 muestras, dentro de los deportes de carácter individual, atletismo con 24,132.46±3,515.70 muestras por año es el deporte con mayor actividad, seguido de ciclismo con 18,371.46±4,017.67. Otros deportes individuales como; tenis, boxeo, triatlón y gimnasia no llegan a 3500 muestras anuales de media. Entre los deportes de equipo, el futbol es con diferencia el deporte donde más controles se efectúanal año, 28,039.38±4,142.81, para el resto de deportes el valor medio al año no llega a 7,500.

Del análisis de la serie histórica se deduce que ciclismo, halterofilia y boxeo son los deportes individuales donde hay más prevalencia de dopaje, valor medio de 2.5%, si bien la evolución en el tiempo muestra diferencias entre ellos, los casos adversos en ciclismo muestran una tendencia a la baja, mientras que en halterofilia se han ido incrementando. En general en los deportes colectivos la prevalencia del dopaje es menor, en torno al 1,8% de media. De los datos cabe concluir que el incremento en el número de controles no siempre conduce a un aumento del número de casos adversos, factores como; cambios normativos, las

capacidades de análisis de los laboratorios y la eficacia de las organizaciones anti-dopaje para efectuar controles dirigidos son factores determinantes para definir programas anti-dopaje eficientes y de alto poder disuasorio.

Título: Características cineantropométricas de atletas escolares granmenses: EIDE "Pedro Batista Fonseca“ Macrociclos: 2013 al 2016.

Autor: Dr. Juan Orlando Arzuaga López

Municipio. CEPROMEDE

País: Cuba

RESUMEN:

El estudio tiene objetivo determinar las características cineantropométricas de los atletas escolares de la EIDE “Pedro Batista Fonseca” de la provincia Granma, durante los Macrociclos de preparación 2015- 2016. En el mismo se determinó el peso corporal, estatura, % de grasa e IAKS por deportes, sexo y grupos de deportes, el comportamiento de la estatura según municipio de origen de los atletas y el pico de velocidad en la estatura de los atletas. Se realizó un estudio descriptivo – prospectivo, analítico de corte longitudinal. La muestra estuvo constituida por 1090 atletas de la categoría escolar (571 del sexo masculino y 519 del sexo femenino). Como resultado se determinó que el peso promedio en los deportes se incrementó 0,3 kg, especialmente el grupo de Tiempo y Marca, así como incrementan su estatura durante el período de preparación los de mayor estatura promedio proceden del municipio Buey Arriba, determinando el pico de velocidad en la estatura (PVE) en el sexo masculino fue a los 12 años con 5,3 cm y en el sexo femenino a los 10 años con 5,7 cm. Con los resultados obtenidos se podrá valorar la preparación de los deportistas en estas edades y determinar los pronósticos en cada deporte.

Introducción

En los estudios acerca del rendimiento deportivo uno de los múltiples factores que es necesario considerar, es el tipo de estructura física o constitución del cuerpo de los deportistas, debido a que biológicamente ha sido demostrada la relación dialéctica, entre la estructura y la función;por lo que se hacen imprescindibles los conocimientos sobre cómo está estructurado el físico del atleta.

Objetivo general

Determinar las características cineantropométricas de los atletas escolares de la EIDE “Pedro Batista Fonseca” de la provincia Granma durante los Macrociclos de preparación 2015- 2016.

Objetivos específicos

- Determinar el peso corporal, estatura, % de grasa e IAKS por deportes, sexo y grupos de deportes.
- Determinar el comportamiento de la estatura según municipio de origen de los atletas.
- Identificar el pico de velocidad en la estatura de los atletas.

Material y Métodos

Se realizó un estudio descriptivo – prospectivo, analítico de corte longitudinal. La muestra estuvo constituida por 1090 atletas de la categoría escolar(571 del sexo masculino y 519 del sexo femenino) de la EIDE “Pedro Batista” de la provincia Granma durante los macrociclos de preparación 2015- 2016.

Se realizaron mediciones al inicio de la Preparación Física General (IPFG),
Final de la Preparación Física General (FPFG) y al Final de la Preparación Física Especial (FPFE) de cada macrociclo de preparación.
Las mediciones se realizaron con un Caliper Holtain, Balanza de brazo Detecto y Tallímetro convencional, para la determinación del % de grasa se utilizó la ecuación de Withers y colaboradores.

Los datos fueron procesados con una base de datos elaborada en EXCEL y fueron representados en tablas de doble entrada.

Para su interpretación se tuvo en cuenta el conteo con números absolutos y la determinación de la media según el tipo de variable estudiada.

Conclusiones

1. El peso promedio en los grupos de deportes se incrementó 0,3 kg en ambos sexos, siendo el grupo de Arte Competitivo con una disminución de 1,4 kg en el sexo masculino y el grupo de Tiempo y Marcas en el sexo femenino con 1,2 kg los únicos que disminuyeron su peso de un macrociclo a otro.
2. Todos los grupos de deportes incrementan su estatura durante el período de preparación en ambos sexos (1,0 cm en el sexo masculino y 0,8 en el sexo femenino).
3. En el sexo masculino los deportes de Juegos con pelota y Tiempo y Marcas incremetan su % de grasa y el Aks disminuye en los deportes de Combate y Arte Competitivo. En el sexo femenino incrementan el % de grasa los deportes de Juegos con Pelota y Arte Competitivo y disminuyen el Aks los deportes de Combate, Arte Competitivo y Tiempo y Marcas en ambos casos de un macrociclo a otro, en general los grupos de deportes presentan el % de Grasa y el Aks adecuados para el deporte de alto rendimento.
4. Los atletas de mayor estatura promedio proceden del municipio Buey Arriba en ambos sexos en el macrociclo 2013- 2014 y en el macrociclo 2014- 2015 de los municipios Media Luna, Pilón y Yara en el sexo masculino y de Buey Arriba, Media Luna y Yara en el sexo femenino.
5. El pico de velocidad en la estatura (PVE) en el sexo masculino fue a los 12 años con 5,3 cm y en el sexo femenino a los 10 años con 5,7 cm.

Título: ERGOPLUS. Bebida Isotónica para deportistas de Alto rendimiento

Autores: M.Sc. Dr. Luis F. Ramírez Reyes
Dr.Jorge Pavel Pino Rivero
Ing. Amaurys Martínez
Ing. Ramón Sánchez
Institución: Instituto de Medicina del Deporte
País: Cuba

Resumen:

La necesidad de contar en el país con una bebida deportiva cubana que posibilitará una adecuada hidratación del deportista era necesaria y que posibilitara la sustitución de importaciones.El Instituto de Medicina Deportivo aportó la formulación teórica de la bebida (KnowHow científico) cumpliendo los requisitos internacionales para la bebida, relacionada con la Osmolaridad, PH, concentraciones de electrolitos de sodio, cloro, potasio, magnesio, calcio e hidratos de carbono. La Empresa CORACAN validó a través de estudios de compatibilidad físico y químico y desarrolló la tecnología para su producción inicial a escala piloto (KnowHow tecnológico). El producto se presentó en sabores limón y naranja, y en empaques de 108 gramos a diluir en 1½ litro de agua para una dosis de 27 g por atleta a consumir antes, durante y después de los entrenamiento. Fue seleccionada una muestra de 500 deportistas distribuida en todos los deportes del alto rendimiento de los Centros Giraldo Córdova Cardín y Cerro Pelado. Se diseñó un modelo de encuesta para recoger los criterios de losdeportistas referente a sabor, color, presentación, solubilidad y acidez así como criterios médicos relacionado con la recuperación de los atletas. Los resultados obtenidos mostraron un nivel de aceptabilidad significativo en los deportistas y un impacto en su estado de recuperación por una adecuada hidratación y desaparición de contracturas y calambres musculares. Se introduce este resultado en toda la población deportiva de alto rendimiento en el 2016 y se generaliza en todas las Escuelas Deportivas del país en el 2017.

Se ahorró al país un estimado de 100000 en moneda libremente convertible y en su generalización alrededor de 200000 cumpliendo de esta manera los objetivos de este proyecto por su impacto científico, económico, social y ambiental.

.

Título: Evaluación de la composición corporal en el control médico de la preparación de atletas venezolanos ciclo olímpico 2009 2012 normativas.

Autores: Drc. Marelia Guillen Mujica, Lic. William Carvajal Veitia

Asesores: Drc. Carlos Rodríguez Alonso, Drc Raúl Siret Alfonso

Colaboradores: Departamento de cinantropometría del Instituto nacional del Deporte, Lic. Magalys Sanz Candía, Tec. Mirian Gonzales.

País: Venezuela

Objetivo:

Describir el perfil antropométrico de la población deportiva venezolana, según sexo, edad, deporte y etapa de la preparación.

Materiales y Métodos:

Se realizó una investigación descriptiva, prospectiva, longitudinal de panel en el periodo 2009-2012. El proyecto tuvo varias etapas en el transcurso del tiempo, una primera etapa de estandarización y una etapa de medición propiamente dicha.

Población: 3083atletas de Venezuela adultos y juveniles, masculinos: 2249 y femeninos: 1581 que participaron en el ciclo olímpico 2009-2012, en las diferentes etapas de la preparación de este.Las tendencias de la composición corporal a través de las etapas fueron descritas para el total de la población y los perfiles específicos solo para los deportistas.

División metodológica de los grupos: para la exposición de los resultados fueronutilizados dos criterios 1) el porcentaje de grasa corporal, el Índice de masa corporal activa y la suma de pliegues cutáneosfueron estimados para cada deporte 2) el resto de los indicadores antropométricos fueron expuestos considerando solo los grupos metodológicos descritos por O´Farril (2003).

Métodos empleados: Parala estimación de la grasa corporal se utilizaron las ecuaciones de Carter y Yuhaz (1984) y Wither et al (1987) y la formula de Yuhaz no publicada.

Análisis estadístico: para la descripción de la data se tuvieron en cuenta estadígrafos de tendencia central como la mediana (x) mediana (Me), mientras que como estadísticos de dispersiónse tomaron en cuenta la desviación estándar, el rango y el rango intercuartilar. Los percentiles (5, 10, 25, 75,90 y 95) fueron descritos para todas las dimensiones que se evaluaron en la investigación y también se presentaron los estadísticos de forma: asimetría y curtosis.Las variables cualitativas empleadas fueron descritas a partir de las frecuencias relativas.El Análisis de Varianza de una vía (ANOVA) fue empleado para establecer el contraste de igualdad de medias entre etapas, previa comprobación del supuesto de igualdad de varianza de Levene y las pruebas de normalidad de residuos de la Curtosis, de la asimetría y de Ómnibus. La significación empleada para el ANOVA fue $p<0,05$.Los paquetes estadístico utilizados para el procesamiento de la data fueron el IBM SPSS Statistics 24.0 y el NCSS PASS GUESS (Hintze, 2007).

Para ilustrar las características de la data procesada fueron utilizados gráficos boxplot en los que línea horizontal de la caja representa el valor promedio y sus extremos la deviación estándar, mientras que los bigotes muestran los extremos máximos y mínimos. También fueron utilizadas gráficas en las que se muestra la distribución percentilar y línea horizontal de la caja representa el 50% de la población mientras que los bordes de la caja representan el 25% y el 75%. Los bigotes representan el 5 y 95% de la distribución.En la investigación también se muestran gráficas de pastel para representar la distribución de las variables cualitativas, así como gráficas de tendencia promedio de algunas variables.

Conclusiones:

- Los resultados de la estandarización coinciden con los recomendados en la literatura especializada y en la mayoría de los casos fueron superiores a los

reportados por esta. Se garantizó la validez de 83 a 85% de la data obtenida al evaluar los pliegues cutáneos y un 100% para la estatura y las circunferencias.

- Se describió el perfil antropométrico característico de la composición corporal para el deportista venezolano y también fue modelado el comportamiento poblacional de la composición corporal a través de las etapas de la preparación.
- Los deportes tuvieron una composición corporal que estuvo en correspondencia con a lo descrito en la literatura especializada, aunque el deportista venezolano, en muchos deportes mostró una menor estatura, desarrollo músculo esquelético y mayores estimados de grasa corporal que los foráneos comparados con estos.
- La tendencia encontrada para los indicadores de la composición corporal a lo largo de la preparación fue constante desde el punto de vista estadístico

Importancia de la investigación

Los valores de referencias obtenidos podrán ser utilizados en múltiples investigaciones realizadas sobre la temática, así como por los fisiólogos y demás especialistas en el alcance de algún objetivo en investigaciones posteriores. Todos ellos podrán ser utilizados en el control biomédico del entrenamiento deportivo para la evaluación diaria de deportistas elites que asisten a las direcciones médicas de cada estado y durante la evaluación en bases de entrenamientos.

.

Título: Experiencia del pasaporte biológico del deportista en España, modulo hematológico. Estudio de casos.

Autores: María del Mar Plata Andrés, Jesús Muñoz-Guerra y Bárbara Szendrei
Institución: Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte, AEPSAD.
País: España

RESUMEN

Se presenta el proceso seguido para la implementación sólida de un modelo de pasaporte biológico del deportista (ABP) en España. Se describe el protocolo de trabajo, los resultados obtenidos y las adaptaciones en la planificación en función de la evolución del pasaporte de cada deportista.Finalmente, se comentarán algunos casos anonimizados en estudio donde cabe deducir que ha existido una práctica dopante.

En el año 2015 se permitió en España el uso de la plataforma ADAMS (Anti-Doping AdministrationSystem), desde entonces todos los datos relativos a los controles anti-dopaje son cargados en el sistema. La AEPSAD está asesorada por la APMU (Athlete Passport Management Unit) del Laboratorio Anti-dopaje de Lausana. Cada año se efectúan en torno a 800 controles de ABP, centrados en deportistas que practican disciplinas de carácter predominantemente aeróbico; ciclismo, atletismo, triatlón, natación, y que por regla general pertenecen al grupo registrado, si bien a modo de cribado masivo, el sistema ha mostrado ser muy eficaz marcando deportistas diana en eventos donde no se esperan controles. En la actualidad la AEPSAD gestiona la custodia de más de 2500 pasaportes, de los cuales un buen número de ellos acumula datos de más de 10 años.

Fruto de la colaboración entre la AEPSAD y la APMU_LAU, en la actualidad se han definido planes estratégicos de activación de controles dirigidos que han permitido identificar un número significativo de deportistas que presumiblemente podrán ser sancionados por dopaje sanguíneo, así como activar medidas de seguimiento de entornos sospechosos de dopaje.

Titulo: Impacto del polimorfismo del gen UGT2B17 sobre el perfil esteroideo. Presentación de los resultados de un estudio ciego doble cruzado con administración de testosterona a deportistas.

Autores: Pilar Martín Escudero, Jesús A. Muñoz-Guerra*, Soledad Vargas, Ester Serrano, Ana B. Solvevilla, Mercedes Galindo, Nayade Prado, Manuel E. Fuentes and Cristina Fernández.

* Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte, AEPSAD.

País: España

RESUMEN:

Se estudia la influencia que la deleción del gen UGT2B17 tiene sobre la excreción de los esteroides en orina y sus implicaciones en el control del dopaje.

Se presentan los resultados de un estudio doble ciego aleatorizado efectuado con personas sanas que practican deporte de forma regular. A los voluntarios les fue administrado una única dosis de 250 mg de testosterona cipionato por vía intra muscular. De cada voluntario se recogieron 40 muestras durante un periodo de 6 meses. Se emplearon metodologías basadas en la espectrometría de masas para caracterizar el perfil esteroideo por medio de la medición de la concentración urinaria y de los valores de $\Delta\delta^{13}C$ para una selección de compuestos diana indicadores del consumo de testosterona.

Tras la administración, el cambio más significativo fue la relación Testosterona/Epitestosterona (T/E). Dentro del grupo wt homocigoto (ins/ins) se produce un incremento relativo de 30 (CI 95%: 25.2 a 36.7); en el grupo heterocigoto mutante (del/ins) fue de 19.8 (CI 95%:15.9 a 24.7); y en el homocigoto mutante (del/del) fue de 19.7 (CI 95% 14.9 a 26.2).

La conclusión más importante del estudio está relacionada con el grupo (del/del), donde debido al perfil esteroideo basal deprimido, en aquellos casos donde se carece de un pasaporte esteroideo robusto, la administración de T no da lugar a un resultado “anómalo” en el análisis por GC-MS, mientras que el análisis por GC-C-IRMS permite identificar la muestra como adversa.

Título: Plastrón Eléctrico. Prueba integral de terreno para el control médico en floretistas cubanos. Nuestra experiencia

Autor principal: Dr. Ramsés Raymond Yáñez, ramses.raymond@infomed.sld.cu
Especialista de Primer y Segundo Grado en Medicina Deportiva. Master en Control Médico del Entrenamiento Deportivo.

Colaboradores:

- ✓ Téc. Edgar Jons Aljoe. Armero de la Selección Cubana de Esgrima
- ✓ Téc. Virgilio André Aguilar López. Armero de la Selección Cubana de Esgrima
- ✓ Eduardo Jons Aljoe. Jefe de Cátedra de la Selección Nacional de Florete de Cuba. Entrenador Principal de la Selección Cubana de Florete Masculino.
- ✓ Leonel Bacallao Aluija. Entrenador Principal de la Selección Nacional de Florete Femenino de Cuba.
- ✓ Lic. .David Durán Webb. Entrenador de la Selección Nacional de Florete Femenino de Cuba

Institución: Instituto de Medicina Deportiva, La Habana

País: Cuba.

Resumen

La prueba de Plastrón es desde hace casi tres décadas la prueba de terreno más empleada en nuestro país para el control médico del entrenamiento en floretistas. En su metodología se emplea una almohadilla o plastrón diseñado para que el floretista con su traje y arma de competencia ejecute acciones cíclicas de ataque con el objetivo de asestar estocadas a una diana concéntrica. Teniendo en cuenta la posibilidad que ofrece la nueva aparatura electrónica utilizada en esta modalidad de la Esgrima y la necesidad de realizar modificaciones metodológicas acorde a las tendencias competitivas actuales se diseñó una nueva Prueba donde se emplean dianas equidistantes interconectadas por un circuito eléctrico en serie, que permite, sin margen de error, registrar la precisión en el toque durante las ejecución del floretista. Esta innovación tecnológica posibilita realizar la valoración técnica, la evaluación de la vía anaeróbica lactácida y de la capacidad de

recuperación cardiovascular en diferentes momentos de la preparación, relacionando estos indicadores con la concentración y discriminación de la atención. En esta oportunidad se presentan consideraciones del colectivo de autores tras ocho años de implementación en las Selecciones Nacionales de Florete de nuestro país.
Palabras claves: prueba de terreno, plastrón, florete

Introducción

La esgrima es un deporte de combate que se practica por parejas. Es una situación de enfrentamiento regulada entre dos individuos que emplean armas convencionales con una hoja de acero. El objetivo de este deporte es tocar al adversario el máximo número convencional de veces, en un tiempo y terreno limitado, evitando ser tocado. Se caracteriza por ser una disciplina de esfuerzo variable, presentándose la combinación aerobia y anaerobia, predominando la información visual, un deporte donde prima la rapidez de reacción y ejecución ya que las acciones en el combate requieren de una rápida interpretación de la situación existente y una respuesta con tanta prontitud como haya percibido el estímulo y las acciones se concretan en un tiempo, que casi ni se percibe, los altos resultados se expresan en la flexibilidad del pensamiento táctico. En este deporte se identifican una gran cantidad de variables que influyen en el rendimiento. Para su estudio hay que recurrir a distintas áreas como la percepción, la toma de decisiones, la psicología, la fisiología o la biomecánica. Por ello la efectividad de la esgrima no depende de un único aspecto, sino que es una combinación de varios.

El reglamento se ha ido transformando con una velocidad vertiginosa desde su surgimiento y en los últimos años se ha caracterizado por la disminución del tiempo de ejecución en los aparatos. Esto quiere decir que se disminuye el tiempo de marcar las diferencias entre los toques , que pueden ser ejecutados por uno u otro competidor de esgrimista , lo que obliga a marcar una diferencia entre la ejecución de uno y el otro contendiente; por tanto presupone que el deportista de esgrima en su selección sea mucho más rápido que en tiempos anteriores y que

en el proceso de preparación del deportista de esgrima se le dé vital importancia al trabajo de la rapidez, porque de ella depende en gran magnitud el éxito de cada acción técnica en el argot competitivo.

Desarrollada como arma de práctica y deportiva, el florete es considerado el arma básica y se enseña a todos los tiradores de esgrima novatos. Es un arma ligera y flexible que se usa para conseguir tocados embistiendo con su punta roma; la hoja es rectangular en sección transversal, esta modalidad en particular exige de velocidad de percepción, de reacción y de movimiento; cambios de ritmo y, psicológicamente, ambición, auto-control, confianza y motivación. Dar un toque de esgrima comprende al menos cinco variables:

- La distancia a la que está el adversario.
- La acción a realizar.
- El blanco a tocar.
- El momento en que se realiza la acción.
- La velocidad de ejecución.

Por todo lo antes expuesto la obtención de resultados deportivos óptimos y estables, solo se logra cuando se emplean planificadamente métodos de entrenamiento y de evaluación, efectivos y sistemáticos. La especificidad del entrenamiento es un principio básico para desarrollar las capacidades potenciales de un deportista. También se ha reconocido que todo deporte requiere disponer de indicadores y de valores de referencia para evaluar, a través de los test pedagógicos y biomédicos aspectos de reconocida relevancia relacionados potencialmente con el rendimiento.

Adicionalmente Cruz concluye "...el producto del análisis de las exigencias de la esgrima señala la necesidad de la conjugación de diversos elementos psicológicos y psicofisiológicos con las cualidades físicas, técnicas y tácticas requeridas para lograr un elevado desarrollo en la esgrima, expresado en una forma deportiva óptima".

La praxis deportiva ha demostrado que ante la necesidad de encontrar un instrumento adecuado para el control de la preparación de los atletas, los entrenadores han decidido resolver la situación mediante la utilización de pruebas

creadas o adaptadas por ellos. Es de suponer, que en los casos en que las pruebas no están avaladas científico-metodológicamente, de modo inevitable, se obtendrán informaciones erróneas que conducirán a fracasos o a resultados carentes de fundamentos.

El análisis realizado a las fuentes bibliográficas permitió constatar el tratamiento teórico de diferentes autores, en décadas distintas desde 1951 hasta 1990, al problema de la definición de los principales criterios de bondad a tener en cuenta para la elaboración de las pruebas.

De esta forma se puede detectar que a pesar de diferentes clasificaciones, terminologías, décadas, autores y países las pruebas para ser establecidas deben responder a determinados requerimientos que son los que respaldan su autenticidad. Entre ellos, básicamente de acuerdo a la coincidencia en las opiniones de los especialistas estudiados, están la validez y la confiabilidad.

Es importante en el momento de aplicar en la práctica estos criterios de calidad conocer, y aquí coincidimos con muchos autores, que no poseen un carácter universal en la caracterización de la prueba que se está elaborando o ya elaborada. Su valor cualitativo tiene vigencia únicamente, para los sujetos investigados, condiciones de aplicación, y con el procedimiento estadístico empleado.

Acerca de la Metodología de la Nueva Prueba Integral de Terreno para floretistas cubanos

“Los ejercicios sobre los aparatos auxiliares se utilizan, al igual que los ejercicios sin compañeros, para el desarrollo y perfeccionamiento de coordinaciones específicas de los movimientos. En comparación con los ejercicios, sin compañeros, en la realización de los que se realizan sobre aparatos auxiliares surgen dos momentos nuevos: la acción del analizador visual que ayuda a determinar correctamente la distancia hasta el objetivo, y una sensación muscular perfecta, unida al contacto del arma con el blanco”. Arkayev, V. A. (1991)

Cuando las pruebas se convierten en parte orgánica del proceso de entrenamiento adquieren nivel científico, dejan de ser un experimento no controlado, pues su uso sistemático racionaliza los entrenamientos (Harre, D. 1988), posibilita la

determinación de las partes fuertes y débiles del deportista (Zatsiorki, V. 1989); normalización de la carga (Godik, M. A. 1989), y obtención del conocimiento de las particularidades individuales de los atletas (Marchuc, V. L). Alonso, J (1991) reconoce el tema de las pruebas específicas o de un campo como un amplio terreno de investigación, ya que se trata de estudiar algunos parámetros durante el esfuerzo en el mismo ambiente deportivo.

La prueba de Plastrón diseñada por Carlos Ramírez y colaboradores es desde hace casi tres décadas la prueba de terreno más empleada en nuestro país para el control médico del entrenamiento en floretistas. En su metodología se emplea una almohadilla o plastrón diseñado para que el floretista con su traje y arma de competencia ejecute acciones cíclicas de ataque con el objetivo de asestar estocadas a una diana concéntrica.

Teniendo en cuenta la posibilidad que ofrece la nueva aparatura electrónica y la necesidad de realizar modificaciones metodológicas acorde a las tendencias competitivas actuales se diseñó una nueva Prueba donde se emplean dianas equidistantes interconectadas por un circuito eléctrico en serie, que permite, sin margen de error, registrar la precisión en el toque durante la ejecución del floretista.Esta exigencia se fundamenta en que el florete es el arma de la esgrima cuya zona válida es más pequeña y la variabilidad de la defensa es mayor, por lo que estas características demandan un constante cambio de la dirección de los ataques y ripostas de un sector a otro para lograr sus objetivos.

Ejecución: El floretista con su traje, arma de competencia y carrete ejecuta acciones de ataque desde la Puesta en Guardia con el objetivo de asestar estocadas a las dianas que representan los nueve sectores de ataques distribuidos de forma equidistante del 1 al 9 utilizando una acción de paso adelante y fondo a la distancia previamente concebida por él. Esta metodología constituye uno de los clásicos que utiliza el entrenador para el desarrollo y perfeccionamiento de la percepción de la distancia. El mismo exige del esgrimista sentir la distancia adecuada para ejecutar los ataques. (Arkayev)

Los números de las dianas se ubican en cada sector del plastrón de forma arbitraria y varían en cada aplicación.

Tarea: Usted debe atacar al Plastrón con paso adelante fondo tratando de guardar la distancia establecida y asestar un toque en el orden creciente de las dianas de diez centímetros de diámetro cada una. Una vez realizado el toque en la diana 9 deberá continuar asestando el golpe de forma decreciente.

Orientación de estandarización:

- La prueba se realiza después de 15 minutos de calentamiento similar para todos.
- Después de concluida cada Prueba se realiza el registro de la distancia.
- El esgrimista no debe mirar hacia abajo con el objetivo de orientarse.
- La medición se realiza desde la punta de los pies hasta el plastrón.
- Si el floretista se detiene antes de los tres minutos la prueba no será considerada valida
- Debe realizarse con la mayor velocidad posible tratando de asestar el mayor número de toques efectivos.

Medios e instrumentos: Florete, Pista de Esgrima, Plastrón electrónico con dianas numeradas, cinta métrica, carrete, aparato electrónico que de fe del tocado, reactivo de Lactato Centris , lancetas y pulsímetro POLAR®

Formas de calificación: Centímetro

Investigadores: Medidor y anotador

Formas de calificación: Porcentaje de Precisión de toques en cada minuto de trabajo

Procesamiento de datos: Se registran en un modelo de recolección de datos la precisión en los toques a las dianas según el registro del aparato electrónico. Se descarta aquellos toques realizados con precisión pero realizado en dianas cuyo número no corresponde al orden creciente o decreciente prestablecido. Igualmente se cuenta el número de toques por minuto donde no se hace contacto en las dianas.

Tiempo de ejecución: 3 minutos

Tipo de esfuerzo:Esfuerzo de intensidad sub - máxima: Frecuencia cardiaca por encima de 150 pulsaciones por minuto.

Víametabólica:Resistencia anaerobia lactácida.

Fuente principal de energía: glucógeno, toda vez agotado el ATP+CrP, produce acumulación de ácido láctico en sangre.

Comprobación de la vía por determinación de Ácido Láctico en sangre periférica:

La determinación sanguínea de ácido láctico (indistintamente: lactato) se utiliza porque brinda información complementaria relacionada con la situación metabólica y la intensidad del entrenamiento, entre otros beneficios. Está bien fundamentado que este metabolito intermediario de la glucólisis anaerobia es de intensidad y tiempo dependiente. Si una actividad de gran intensidad se prolonga, se alcanzan niveles elevados de ácido láctico que disminuyen el Ph sanguíneo, inhibiéndose la acción de las enzimas glucolíticas, lo que obliga a disminuir la intensidad de la actividad. Se sabe también que la recuperación de los valores basales de lactato después de un esfuerzo máximo puede durar hasta una hora aproximadamente y que mientras más rápido retorne a estos niveles, mejor preparado estará el deportista para asumir un nuevo combate. Se ha reconocido el valor la recuperación activa, hasta cierto nivel de intensidad, para acelerar la remoción del lactato.

Se toma a cada floretista una muestra de 20 µl de sangre total del pulpejo del dedo que de manera inmediata se sumergieron en 100 µl de ácido perclórico (0.6 N) para lograr un filtrado libre de proteínas. Se centrifuga el filtrado obtenido de cada muestra a 120,00 rpm. Se toma 20 µl del sobrenadante obtenido, se les añadió un 1 ml del reactivo de trabajo y se incubó por 5 min a 37oC.Se empleó el Método Enzimático-Colorimétrico para filtrado libre de proteínas (Kit LACTATO SPINREACT, S.A, España). La lectura de las muestras se efectua en un espectrofotómetro (ULTROSPEC 2000, AmershamPharmaciaBiotech, Inglaterra). Se lee la absorbencia del patrón y de las muestras frente al blanco reactivo, a una longitud de 505 nm.

Las tomas de sangre se realiza de forma conjunta con las de Frecuencia Cardiaca en reposo y al tercer y quinto minutos de realizado el decimoquinto toque al Plastrón. Se consideran óptimos para el estado de reposo, valores cercanos a 1.0 mmol/L de Lactato en sangre.

El análisis de la frecuencia cardiaca es una variable muy útil para controlar la reacción orgánica al entrenamiento. Es un indicador del estado físico general del deportista, orienta acerca de los efectos del entrenamiento y de otros factores que pueden afectarlo, incluyendo las enfermedades y fatigas inminentes. La frecuencia cardiaca inusual es una indicación de que el cuerpo está siendo afectado adversamente y las respuestas normales suelen estimar que el entrenamiento y el organismo están en armonía.Antes de iniciar el calentamiento de rigor se determinan los valores de Lactato y la Frecuencia Cardiaca en reposo después de permanecer en decúbito supino por treinta minutos. Terminada cada ejecución se registra la Frecuencia Cardiaca final y al primer, tercer y quinto minutos de concluido el ejercicio. Para la determinación de esta variable se emplea un pulsímetro calibrado marca POLAR®.

El cálculo del porcentaje de recuperación de la Frecuencia Cardiaca al primer, tercer y quinto minutos se realiza mediante la fórmula:

% Recuperación = FC final – FC del min. (estudiado) x 100/ FC final – FC de reposo

Conclusiones

Para que un deportista de esgrima llegue a alcanzar un alto nivel de la Maestría Deportiva, necesita en primer lugar, de la elaboración efectiva del sistema de preparación, con los últimos avances técnicos y científicos, donde se apliquen las diferentes ciencias que permitan solucionar las interrogantes que se presentan durante la consecución de una estrategia racional de preparación, de todo lo cual exige además, el intenso desarrollo que experimenta el deporte elite, incluyendo en ello los cambios sustanciales que han experimentado los sistemas de competencias en la actualidad

Con la Prueba Integral realizada durante dos ciclos olímpicos a floretistas cubanos de primer nivel es posible determinar en diferentes momentos de la preparación relacionar el nivel técnico avalado por las variables pedagógicas con indicadores como: el comportamiento de la vía anaeróbica lactácida, la recuperación de la frecuencia cardiaca tras un esfuerzo intenso, la percepción de la distancia de

ataque, concentración y cambio de la atención para lograr la mayor cantidad de toques efectivos a las dianas.

Bibliografía

1. Adán, E. El tocado con fondo en la esgrima de alto nivel. Estudio biomecánico del fondo en competición. El golpe recto clásico. Tesis Doctoral, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) (UPM). Disponible www. http://oa.upm.es/1623/
2. Alonso, J. Valoración funcional del deportista. En iniciación a la Medicina deportiva. Barcelona: Editorial Médica Europea, S.A., 1991.
3. Arkayev, V.A. La Esgrima.lra.Edic. La Habana. Editorial Orbe, 1980.
4. Cárdenas A .La frecuencia cardiaca en los combates competitivos y su correspondencia con el nivel de rendimiento técnico - táctico en los atletas de esgrima. Disponible en: http://www.efdeportes.com/ Rev. Digital Nº 100.
5. Cordero J.Propuesta de pruebas de rapidez para la selección del posible talento deportivo en el eslabón de base del deporte esgrima en el municipio NuevitasEFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 152, Enero de 2011. Disponible en http://www.efdeportes.com/
6. Cruz, L. Un criterio para la selección de talentos. Tesis de Doctorado. Universidad de La Habana 1990. Fondo nacional de manuscritos científico-técnicos. Resol. 60-92.ACC-IDICT-BNCT.

7. García O. Propuesta de un Test Especifico para evaluar el desempeño y adaptación en sablistas elites. Revista Cubana del Deporte y la Cultura Física. Volumen 4 No. 3. 2009 Disponible en: www.inder.cu/index.php/revistas/volumen-4/49-numero-3/165.

8. Morales, Á., Acosta, I. y Jiménez D. Alternativa metodológica para el tratamiento de la preparación táctica. Aplicación en Esgrima. Disponible en: http://www.efdeportes.com/ Revista Digital. Buenos Aires. Año 11. N° 98. 2006.

9.Ramírez, C. y cols. Estudio y validación de una prueba específica para el control del entrenamiento en florete.

10. Raymond, R.Determinación de variables médico-pedagógicas en una prueba de terreno para Sable.Trabajo para optar por el Título de Especialista de Primer Grado en Medicina del Deporte.Facultad de Ciencias Medicas “Enrique Cabrera”.Instituto de Medicina del Deporte 2003

11. Raymond, R. Implementacion de una Nueva Prueba de Terreno para el Control Medico en Sablistas Cubanos.Memorias de la III Convencon AFIDE. 2009. La Habana Cuba. Disponble en: www.afide.inder.cu/PDF/AREA/MEDICINA/PMD-M-007.pdf pag 1091.

12. Raymond, R. Consideraciones sobre el Control Biomedico en esgrimistas cubanos. ESCRIME. Publicación Oficial de la Federació n Internacional de Esgrima. No. 71. 2010. Disponible en: www.fie.ch.

13. Villanueva, E. Tesis para optar por el Título de Máster en Control Médico del entrenamiento deportivo. Instituto de Medicina del Deporte. Facultad Enrique Cabrera. La Habana, 2007.

Título: Sustancias psicoactivas recreativas en Actividad Física y Deportes.

Autor: Andrés Camilo Riaño La Rotta, acrianol@misena.edu.co. Instructor

Tipo de Presentación: Poster Impreso

Institución:

País: Colombia

Resumen

Realizar revisión con base en el estado del arte y búsqueda sistemática de la relación del uso de sustancias psicoactivas recreativas en el deporte y la actividad física.

Titulo: Valores ecocardiográficos en futbolistas durante un Macrociclo Integrado

Autor: M.Sc. Dr. Oscar Acosta Olalde

Institución: CPMD. Villa Clara

País: Cuba

Resumen

Con el propósito de determinar las adaptaciones morfofuncionales cardiovasculares evaluadas por ecocardiografía según las diferentes cargas de entrenamiento aplicadas durante un período preparatorio en futbolistas de la categoría social, se realizó un estudio descriptivo con cortes transversales al inicio y final del primer macrociclo y al final del segundo macrociclo en dichos deportistas, que conformaron la preselección provincial de primera categoría, con vistas al campeonato nacional del año 2013. Como métodos y técnicas de investigación se utilizaron la observación científica, aplicada en la realización del ecocardiograma, la entrevista a deportistas y a entrenadores, la ecocardiografía y métodos teóricos. Entre los resultados se aprecia un incremento progresivo de las variables ecocardiográficas morfofuncionales a medida que avanza la preparación, alcanzando las variables funcionales sus máximos valores al final del primer macrociclo y las variables morfológicas al final del segundo macrociclo. Este comportamiento se describe como la respuesta metabólica del corazón a las cargas acentuadas con intensidades crecientes que se aplican en los macrociclos integrados. El proceso investigativo permitió evaluar la utilización de las variables declaradas como fundamentales para el control ecocardiográfico de la influencia de las cargas de entrenamiento, que permiten con su análisis ofrecer recomendaciones pedagógicas.

Palabras: Adaptaciones cardiovasculares, ecocardiografía, rendimiento, macrociclos integrados

INTRODUCCIÓN.

El deporte elite contemporáneo a nivel internacional no es ajeno al desarrollo científico técnico actual y cada vez es una realidad más abrumadora la necesidad de profundizar en los conocimientos y la aplicación de nuevas tecnologías que acerquen con más exactitud a lo que sucede en el organismo del deportista durante el proceso de entrenamiento y a los cambios morfológicos y funcionales que en ellos ocurren.

Mediante la ecocardiografía es posible visualizar en tiempo real tanto las estructuras del corazón como su funcionamiento, por lo que es una de las pruebas de diagnóstico más usadas para el estudio de las enfermedades cardiovasculares y en su aplicación a la Cardiología del Deporte, se ha convertido en la principal herramienta para evaluar a los individuos supuestamente sanos que se inician en las actividad física, pues permite detectar tempranamente la presencia de engrosamientos y deformidades valvulares o el agrandamiento patológico del músculo cardíaco,[1] todos ellos descritos en la literatura como posible causa de muerte súbita del deportista.[2, 3]

Con un seguimiento periódico durante las etapas de la preparación, puede servir también para conocer el grado de asimilación de las cargas de entrenamiento y orientar o reordenar éste según las tendencias actuales de entrenar de acuerdo con las direcciones funcionales y los objetivos trazados para cada etapa. Lo que pudiera resultar en un medio de control que ofrece al entrenador una información específica.

En la literatura revisada de ecocardiografía no se han encontrado reportes de investigaciones en las que se hayan estudiado los cambios morfofuncionales

detectados mediante ecocardiogramas en futbolistas, en diferentes momentos de la preparación. Tampoco aparecen trabajos en los que se relacionen los cambios o modificaciones morfofuncionales cardiovasculares con las cargas aplicadas en diferentes períodos, por lo que se desconoce si cargas diferentes en cuanto a volumen e intensidad, influyen de manera diferente en dichas modificaciones. También se desconoce si la ecocardiografía tiene alguna utilidad para apreciar la eficiencia de la dirección funcional planificada en determinado momento de la preparación de los futbolistas.

Teniendo en cuenta todos los elementos descritos hasta aquí, se consideró necesario realizar una investigación sobre el comportamiento de las adaptaciones cardiovasculares reflejadas a través de las modificaciones de las variables ecocardiográficas producto de las cargas físicas, en las diferentes fases del período preparatorio en futbolistas villaclareños de la categoría social.

Los anteriores planteamientos conducen al siguiente **problema científico:**

¿Cómo se modifican las variables ecocardiográficas que brindan información sobre las adaptaciones morfofuncionales cardiovasculares producto de las diferentes cargas de entrenamiento que enfrentan los futbolistas villaclareños de la 1ra categoría en las distintas fases de los macrociclos integrados?

El objeto de estudio de esta investigación está dirigido **al proceso de adaptación cardiovascular durante el entrenamiento deportivo.**

Para la solución del problema científico se plantea como **objetivo general:**

Determinar las modificaciones que ocurren en las variables ecocardiográficas para el diagnóstico de la adaptación morfofuncional cardiovascular, producto de las cargas de entrenamiento en las diferentes fases del período de preparación en futbolistas de la 1ra categoría.

Para el cumplimiento del objetivo general formulado se desarrollan los siguientes **objetivos específicos:**

- Describir los valores de las variables ecocardiográficas en las diferentes fases de los macrociclos integrados aplicados en la preparación deportiva en futbolistas de la 1ra categoría.

- Comparar las modificaciones de las variables ecocardiográficas en las diferentes etapas del periodo de preparación de estos deportistas.
- Relacionar las modificaciones de las variables ecocardiográficas con las variaciones de las cargas y la dirección funcional del entrenamiento en las diferentes fases del periodo de preparación de los futbolistas de la categoría social.

La población estuvo constituida por los 40 futbolistas de la categoría social preseleccionados para participar en la preparación con vistas al campeonato del año 2013. Para determinar la muestra se tuvieron en cuenta varios criterios de inclusión y exclusión, luego de lo cual quedó integrada por 24 futbolistas, con una edad promedio de 24,8 años y un promedio de edad deportiva de 13 años.

Metodología

Antes de comenzar el proceso de entrenamiento, a cada deportista se les realizó como pruebas médicas el examen físico general, el examen físico cardiovascular y los ecocardiogramas; las vistas ecocardiográficas o ventanas acústicas utilizadas fueron las convencionales con sus cortes o ejes ecocardiográficos habituales. Se determinaron diferentes variables morfológicas y funcionales así como los índices que expresan la remodelación ventricular. De acuerdo con el comportamiento de las diferentes variables y del resultado obtenido desde la práctica investigativa, se decide usar para el análisis de los resultados las "**variables fundamentales para el control ecocardiográfico de la influencia de las cargas.**"[11] Estas son:

- Diámetro diastólico del ventrículo izquierdo
- Espesores parietales
  - Septum interventricular
  - Pared posterior del ventrículo izquierdo
- Volumen diastólico del ventrículo izquierdo
- Volumen de eyección y su índice
- Índice h/r.

Análisis y discusión de los resultados.

El **diámetro diastólico del ventrículo izquierdo** se considera una variable ecocardiográfica que muestra la adaptación del corazón al entrenamiento deportivo.

En los futbolistas villaclareños esta variable tuvo un aumento a medida que avanzó la preparación, pero sólo resultó estadísticamente significativo entre la primera y segunda fase del primer macrociclo (p = 0,043) situación esperada debido a que en esta fase, a pesar de que en algunos momentos se realizan trabajos de mayor intensidad el predominio del trabajo es aerobio a niveles superaeróbicos, y por tanto el predominio de las modificaciones incide en el incremento de los diámetros cardíacos específicamente del ventrículo izquierdo. Y del final del primer macrociclo al final del segundo no se produjo diferencia significativa debido a que en este segundo macrociclo predominó el trabajo de altas intensidades. El diámetro diastólico del ventrículo izquierdo comenzó con valores de 53.4 mm, cifra considerada dentro de los límites normales [97-99] y terminó con un tamaño de 57 mm (ver tablas 2-5), muy parecido a lo reportado por Spirito y col. en deportistas varones.

El septum interventricular aumenta su espesor, tanto del inicio (7,8 mm) al final del primer macrociclo (9,1mm) como de éste hasta el final del segundo macrociclo (10,8mm), con diferencias ligeramente significativas desde el punto de vista estadístico del inicio al final del primer macrociclo (p= 0.047). El valor promedio al final de la preparación fue de 10.8 mm con un valor máximo de 13 mm. Obsérvese cómo existe una diferencia significativa (p= 0,038) entre el valor del espesor del septum interventricular desde el inicio del primer macrociclo hasta el final del segundo, lo cual se explica por los períodos de altas intensidades que requieren estos deportistas durante la preparación, sobre todo hacia los finales de los macrociclos de preparación.

En el caso del espesor de la pared posterior del ventrículo izquierdo, también se observa un incremento a medida que avanzó la preparación, pero a un ritmo menor que el septum interventricular y sin significación estadística. Al final de la preparación el valor medio fue de 9.0 mm con un valor máximo de 11 mm, ambos

considerados como valores normales para individuos adultos. [46, 101](anexo 5 tablas 2-5)

En los futbolistas villaclareños de la categoría social, los valores medios obtenidos para esta variable (**volumen diastólico del ventrículo izquierdo)** presentaron un aumento desde el inicio y hasta el final de la preparación, precisándose el incremento más significativo entre el inicio del primer macrociclo y el final de éste (0,050), y luego entre el final del primer macrociclo y el final del segundo macrociclo se observa un incremento no significativo (0,060)de esta variable, todo lo cual se corresponde con lo que se espera, debido a que en la medición efectuada al final del primer macrociclo se está evaluando el trabajo de un período en el que predominaron las cargas aeróbicas y en la medición del final del segundo macrociclo se evaluó un período de trabajo en el que predominaron cargas más intensas. El número registrado en esa última medición fue de 145 mililitros, valor que se encuentra en el rango aceptado como normal para adultos jóvenes del sexo masculino, de acuerdo con Oh [46] y Díaz. [49](Anexo 6 tablas 6-9).

el**volumen de eyección** Los valores aceptados para deportistas adultos están en el rango de 65 a 80 mililitros/latido, [101] aclarando que pueden ser superiores.

En los futbolistas de la categoría social se obtuvieron valores superiores a estos, desde el inicio del primer macrociclo, (96 mililitros/latido). Se aprecia un incremento de esta variable de una medición a otra, aunque sólo tuvo significación estadística del final del primer macrociclo al final del segundo (p=0.043) y entre la primera y la última medición (p= 0.039), aunque puede señalarse que el valor del volumen de eyección al final de la preparación significó un incremento de un 24%.(anexo 6 tablas 6-9).Lo encontrado no presenta discrepancias con lo esperado.

En los futbolistas del estudio, el índice del volumen de eyección se comportó por encima de los 50 mililitros por latido por metro cuadrado de superficie corporal en todas las fases de la preparación y al igual que el volumen de eyección, se fue incrementando de una fase a otra a medida que avanzó la preparación. Obteniéndose significación estadística cuando se compararon los valores

obtenidos en el inicio y el final del primer macrociclo, (p= 0.033) lo cual se corresponde con el predominio de trabajo aerobio realizado en esta etapa.

El **índice h/r** es una variable ecocardiográfica que se reconoce como expresión de las adaptaciones cardiovasculares en función del trabajo metabólico realizado como consecuencia del entrenamiento deportivo. Los valores aceptados como ideales o balanceados, que expresan a través de sus cifras, que las adaptaciones cardiacas que se han producido, son producto de un trabajo metabólicamente equilibrado, aeróbico-anaeróbico, son 0,36 ±0,04, o sea entre 0,32 y 0,40. Considerándose puramente aeróbicos cuando los valores son menores de 0,32 ó anaeróbicos cuando los valores son mayores de 0,40. [5, 18, 64, 101]

En los futbolistas de la categoría social el índice h/r al comenzar la preparación fue de 0.29, lo que denota que el trabajo previo al comienzo de la preparación fue de muy baja intensidad, Sin embargo, al final del segundo macrociclo, con la influencia del incremento de la intensidad aplicada con la acentuación de cargas en la zona de trabajo mixto aerobio-anaerobio, el índice h/r se elevó hasta 0.35, cifra con significación estadística con respecto a la medición anterior (p=0.046). Este valor evidencia un trabajo metabólicamente balanceado, que en definitiva es lo que se pretende en la preparación de los futbolistas.

Tabla 1: Comportamiento de los parámetros clínicos cardiovasculares según la fase de la <preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social. Noviembre 2012-enero 2013.

	Fases de la preparación deportiva											
Varia-	**Inicio del Primer Macroc**				**Final de Primer Macroc**				**Final del Segundo Macr**			
bles.	**Media**	**DS**	**Max.**	**Min.**	**Media**	**DS**	**Max.**	**Min.**	**Media**	**DS**	**Max.**	**Min.**
FCR	**60.33**	**7.32**	**72**	**48**	**58.83**	**5.42**	**66**	**48**	**57.78**	**5.22**	**64**	**48**
TAS	**119.17**	**8.74**	**130**	**100**	**110.00**	**9.00**	**130**	**100**	**108.25**	**8.32**	**125**	**95**
TAD	**80.83**	**10.18**	**100**	**60**	**74.58**	**8.90**	**100**	**70**	**68.62**	**9.12**	**95**	**60**

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultados del Test de Wilcoxon:

FCR: (1-2) p=0.366 (2-3) p=0.410 (1-3) p=0.224 TAS: (1-2) p=0.016 (2-3) p=0.032 (1-3) p=0.009

TAD: (1-2) p=0.023 (2-3) p=0.021 (1-3) p=0.011

TABLA 2: Comportamiento de algunas variables morfológicas cardiovasculares en diferentes fases de la preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social. Noviembre 2012-enero 2013.

	Fases de la Preparación Deportiva							
Variables	**Inicio del Primer Macrociclo**				**Final del Primer Macrociclo**			
	Media	***DS***	***Máx.***	***Min.***	***Media***	***DS***	***Máx.***	***Min.***
SIV	**7.8**	**0.83**	**10**	**7**	**9.1**	**1.64**	**12**	**7**
PPVI	**7.9**	**0.66**	**9**	**7**	**8.0**	**0.85**	**9**	**7**
DdVI	**53.4**	**3.89**	**62**	**48**	**56**	**5.14**	**63**	**48**
I-h/r	**0.29**	**0.03**	**0.34**	**0.25**	**0.31**	**0.04**	**0.39**	**0.25**

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultado del Test de Wilcoxon:SIV (p=0.047) PPVI (p=0.075) DdVI (p=0.043) I-h/r (p=0.050)

TABLA 3: Comportamiento de algunas variables morfológicas cardiovasculares en diferentes fases de la preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social.

	Fases de la Preparación Deportiva							
Variables	**Final del Primer Macrociclo**				**Final del Segundo Macrociclo**			
	Media	***DS***	***Máx.***	***Min.***	***Media***	***DS***	***Máx.***	***Min.***
SIV	**9.1**	**1.64**	**12**	**7**	**10.8**	**1.4**	**13**	**8**
PPVI	**8.0**	**0.85**	**9**	**7**	**9.0**	**1.2**	**11**	**8**
DdVI	**56**	**5.14**	**63**	**48**	**57**	**5.2**	**62**	**46**
I-h/r	**0.31**	**0.04**	**0.39**	**0.25**	**0.35**	**0.03**	**0.40**	**0.33**

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultado del Test de Wilcoxon:SIV (p=0.047) PPVI (p=0.056) DdVI (p=0.073) I-h/r (p=0.046)

TABLA 4: Comportamiento de algunas variables morfológicas cardiovasculares en diferentes fases de la preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social.

	Fases de la Preparación Deportiva							
Variables	**Inicio del Primer Macrociclo**				**Final del Segundo Macrociclo**			
	Media	***DS***	***Máx.***	***Min.***	***Media***	***DS***	***Máx.***	***Min.***
SIV	**7.8**	**0.83**	**10**	**7**	**10.8**	**1.4**	**13**	**8**
PPVI	**7.9**	**0.66**	**9**	**7**	**9.0**	**1.2**	**11**	**8**
DdVI	**53.4**	**3.89**	**62**	**48**	**57**	**5.2**	**62**	**46**
I-h/r	**0.29**	**0.03**	**0.34**	**0.25**	**0.35**	**0.03**	**0.40**	**0.33**

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultado del Test de Wilcoxon: SIV (p=0.038) PPVI (p=0.050) DdVI (p=0.049) I-h/r (p=0.038)

TABLA 5: Comportamiento de algunas variables morfológicas cardiovasculares en diferentes fases de la preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social.

Fases de la Preparación Deportiva			
Variables	**Inicio del Primer Macrociclo**	**Final del Primer Macrociclo**	**Final del Segundo Macrociclo**

	Media	DS	Máx.	Min.	Media	DS	Máx.	Min.	Media	DS	Máx.	Min.
SIV	**7.8**	**0.83**	**10**	**7**	**9.1**	**1.64**	**12**	**7**	**10.8**	**1.4**	**13**	**8**
PPVI	**7.9**	**0.66**	**9**	**7**	**8.0**	**0.85**	**9**	**7**	**9.0**	**1.2**	**11**	**8**
DdVI	**53.4**	**3.89**	**62**	**48**	**56**	**5.14**	**63**	**48**	**57**	**5.2**	**62**	**46**
I-h/r	**0.29**	**0.03**	**0.34**	**0.25**	**0.31**	**0.04**	**0.39**	**0.25**	**0.35**	**0.03**	**0.40**	**0.33**

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultado del Test de Friedman: SIV (1-2-3) =0.041 PPVI (1-2-3) =0.048 DdVI (1-2-3) =0.042 I-h/r (1-2-3) =0.045

TABLA 6: Comportamiento de algunas variables funcionales cardiovasculares en diferentes fases de la preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social.

Fases de la Preparación Deportiva

Variable	Inicio del Primer Macrociclo				Final del Primer Macrociclo			
	Media	DS	Máx.	Min.	Media	DS	Máx.	Min.
VdVI	139.4	24.0	197	106	143.5	31.2	201	107
VE	96.0	16.2	131	71	107.2	19.2	134	76
IVE	51.6	7.7	71.9	40.3	57.2	9.9	75.9	44.6
FE	69.2	4.8	78.0	62.0	73.5	5.5	83.0	66.0
FAc	39.4	4.0	47.0	34.0	43.0	4.6	52.0	37.0

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultado del Test de Wilcoxon:VdVI (p=0.050) VE (p=0.050) IVE (p=0.033) FE (p=0.033) FAc (p=0.036)

TABLA 7: Comportamiento de algunas variables funcionales cardiovasculares en diferentes fases de la preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social.

	Fases de la Preparación Deportiva							
Variables	**Final del Primer Macrociclo**				**Final del Segundo Macrociclo**			
	Media	***DS***	***Máx.***	***Min.***	***Media***	***DS***	***Máx.***	***Min.***
VdVI	**143.5**	**31.2**	**201**	**107**	**145.0**	**26.1**	**200**	**105**
VE	**107.2**	**19.2**	**134**	**76**	**126**	**17.3**	**138**	**80**
IVE	**57.2**	**9.9**	**73.9**	**44.6**	**58**	**8.5**	**70**	**48**
FE	**73.5**	**5.5**	**83.0**	**66.0**	**74**	**7.2**	**81**	**62**
FAc	**43.0**	**4.6**	**52.0**	**37.0**	**44**	**6.3**	**49**	**36**

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultado del Test de Wilcoxon:VdVI (p=0.060) VE (p=0.043) IVE (p=0.057) FE (p=0.060) FAc (p=0.065)

TABLA 8: Comportamiento de algunas variables funcionales cardiovasculares en diferentes fases de la preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social. Noviembre 2012-enero 2013.

	Fases de la Preparación Deportiva							
Variables	**Inicio del Primer Macrociclo**				**Final del Segundo Macrociclo**			
	Media	***DS***	***Máx.***	***Min.***	***Media***	***DS***	***Máx.***	***Min.***
VdVI	**139.4**	**24.0**	**197**	**106**	**145.0**	**26.1**	**200**	**105**
VE	**96.0**	**16.2**	**131**	**71**	**126**	**17.3**	**138**	**80**
IVE	**51.6**	**7.7**	**71.9**	**40.3**	**58**	**8.5**	**70**	**48**
FE	**69.2**	**4.8**	**78.0**	**62.0**	**74**	**7.2**	**81**	**62**
FAc	**39.4**	**4.0**	**47.0**	**34.0**	**44**	**6.3**	**49**	**36**

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultado del Test de Wilcoxon: VdVI (p=0.047) VE (p=0.039) IVE (p=0.034) FE (p=0.034) FAc (p=0.035)

TABLA 9: Comportamiento de algunas variables funcionales cardiovasculares en diferentes fases de la preparación deportiva de los futbolistas de la categoría social.

	Fases de la Preparación Deportiva											
	Inicio del Primer Macrociclo				**Final del Primer Macrociclo**				**Final del Segundo Macrociclo**			
Variables	***Media***	***DS***	***Máx.***	***Min.***	***Media***	***DS***	***Máx.***	***Min.***	***Media***	***DS***	***Máx.***	***Min.***
VdVI	**139.4**	**24.0**	**197**	**106**	**143.5**	**31.2**	**201**	**107**	**145**	**26.1**	**200**	**105**
VE	**96.0**	**16.2**	**131**	**71**	**107.2**	**19.2**	**134**	**76**	**126**	**17.3**	**138**	**80**
IVE	**51.6**	**7.7**	**71.9**	**40.3**	**57.2**	**9.9**	**73.9**	**44.6**	**58**	**8.5**	**70**	**48**
FE	**69.2**	**4.8**	**78.0**	**62.0**	**73.5**	**5.5**	**83.0**	**66.0**	**74**	**7.2**	**81**	**62**
FAc	**39.4**	**4.0**	**47.0**	**34.0**	**43.0**	**4.6**	**52.0**	**37.0**	**44**	**6.3**	**49**	**36**

Fuente: Registro de recolección de datos.

Resultado del Test de Friedman:VdVI (p=0.055) VE (p=0.040) IVE (p=0.034) FE (p=0.036) FAc (p=0.041)

CONCLUSIONES

El proceso investigativo desarrollado para la determinación de las adaptaciones morfofuncionales evaluadas por ecocardiografía, según las diferentes cargas de entrenamiento aplicadas durante una preparación en futbolistas de la categoría social, permitió arribar a las siguientes conclusiones:

- Se aprecia un incremento progresivo de las variables ecocardiográficas morfofuncionales a medida que avanza la preparación, alcanzando las variables funcionales sus máximos valores al final del primer macrociclo y las variables morfológicas al final del segundo macrociclo. Este comportamiento se describe como la respuesta metabólica del corazón a las cargas acentuadas con intensidades crecientes que se aplican en los macrociclos integrados.
- Cuando se analiza el comportamiento de las tres variables morfológicas estudiadas al final del segundo macrociclo y se comparan con los valores del final del primer macrociclo, se aprecia un incremento de las variables, de acuerdo al tipo de carga recibida. Mientras que de las variables

funcionales, el volumen de eyección y su índice, la fracción de eyección y de acortamiento muestran su mayor diferencia significativa cuando se comparan los valores de las mediciones realizadas al inicio y final del primer macrociclo.

- El incremento de los valores del índice h/r se produce después del aumento de la intensidad de las cargas con una dirección funcional aerobia-anaerobio mixta en el segundo macrociclo, alcanzando una cifra que representa un trabajo metabólico balanceado y con diferencias significativas entre los valores del final del primer macrociclo y el final del segundo macrociclo.
- En los futbolistas objeto de este estudio, la utilización como método de entrenamiento los macrociclos integrados con cargas acentuadas, produjo un incremento progresivo en los valores de todas las variables ecocardiográficas estudiadas, alcanzando la mayor diferencia significativa entre los valores del inicio del primer macrociclo y el final del segundo macrociclo.
- A través del resultado obtenido por el estudio de las variables ecocardiográficas en las diferentes fases del período de preparación con la aplicación del modelo de macrociclos integrados, se logra realizar recomendaciones a los entrenadores que apoyan en el control del entrenamiento.

RECOMENDACIONES

1. Continuar las investigaciones con futbolistas de la categoría social con el objetivo de comprobar el comportamiento de las variables ecocardiográficas y efectuar un seguimiento que permita realizar su caracterización.

2. Realizar investigaciones en futbolistas de otras categorías y en otros deportes que permitan conocer el comportamiento de estas variables en diferentes etapas de la preparación y en deportes con otras exigencias funcionales.
3. Promover la utilización de los ecocardiogramas como medio de seguimiento para el control de la efectividad de las cargas aplicadas en las diferentes fases o etapas en el entrenamiento deportivo.

BIBLIOGRÁFICA

1-Venckunas T, Mazutaitiene B. El Rol de la Ecocardiografía para el Diagnóstico Diferencial entre la Hipertrofia de Miocardio Inducida por el Entrenamiento y la Cardiomiopatía. PubliCE Standard. [Serie en Internet] 4 Enero 2008 [citado 7 Julio 2008]; Pid: 920. Disponible en: http://www.sobreentrenmiento.com/PubliCE/Home.asp

2-Maron,B.J.Athlete's heart and sudden cardiac death. In: Topal E. J. ed. Comprehensive cardiovascular medicine. Philadelphia: Lippincott. Raven; p. 1081-1095. 1998.

3-Corrado D, Basso C, Thiene G. Sudden cardiac death in athletes: what is the role of screening?CurrOpinCardiol. Jan; 27(1):41-8. 2012.

4-Peidro MP, Balardine E, Delmonte H, Huberman A, Mendoza FO, Sangenis P. El corazón del deportista. Temas de Cardiología del Deporte. [Serie en Internet]. 2003. [citado 12 Nov 2004]. Disponible en: http://webmaster@bago.com.ar

5-Serratosa L, y col. El corazón del deportista. Monocardio. Aula Médica Ediciones.; 2(1): 20-32. 2000.

.6-Colan SD, Sanders SP, Borow KW. Phisiologic hypertrophy: effects on left ventricular systolic mechanic in athletes. J. Am. Coll. Cardiol; 9:776-783. 1987.

7-Henschen S. SkilanglavfunSiddwttlaut: Elnemedizinishe sport studie. Mitt. Med. Klin. UPSALA; (Jena). 1899.

8-De Castro S, et al. Left ventricular remodelling index (LVRI) in various pathophysiological conditions: a real-time three-dimensional echocardiographic study. Heart; 93: 205-209. 2007.

9-Sitges M, et-al. Consenso para prevenir la muerte súbita cardíaca de los deportistas. Apunts Med.Esport; 48:35-41. 2013.

10-Grazioli G, Merino B, Monserrat S, y col. Utilidad del ecocardiograma en la revisión participativa de deportistas de competición. Rev. Esp. Cardiol; 67:701-5 – Vol. 67 Núm.09. DOI: 10.1016/j.recesp.2013/11/023. 2014.

11-Rabassa MA. Modificaciones de las variables ecocardiográficas durante el periodo preparatorio en deportistas escolares de triatlón (Tesis doctoral) Instituto Superior de Cultura Física. Villa Clara, Cuba. Págs. 35-99. 2009.

12-Rodríguez Calero, J. Efectos cardiovasculares producidos por la adecuación de las cargas físicas de entrenamiento según resultados ecocardiográficos. (Tesis de especialidad) Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Villa Clara, Cuba, 2010.
13-Jiménez Aguilar, I. Adecuación de las cargas físicas de entrenamiento en nadadoras infantiles según resultados ecocardiográficos. (Tesis de especialidad) Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Villa Clara, Cuba. 2011.
14-Perrault H, Turcotte RA. Exercise induced cardiac hypertrophy. Fact or fallacy? Sports Med; 17: 288-308. 1994.