

DIMENSIÓN



Revista Científica

DEPORTIVA

UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR

UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR, SAN CARLOS - COJEDES, VENEZUELA

Año 2013 N°5



Universidad, Ciencia y Comunidad

DIMENSIÓN DEPORTIVA



UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR

DIMENSIÓN DEPORTIVA

Una contribución al conocimiento científico en el ámbito deportivo

Número 5. Enero-Julio 2013

REVISTA ARBITRADA
PERIODICIDAD: SEMESTRAL

Indizada en LATINDEX; Folio: 22295

La Revista **Dimensión Deportiva** es una publicación semestral de la Universidad Deportiva del Sur, editada por la Dirección de Investigación y Postgrado, creada con la finalidad de divulgar información actualizada sobre las áreas de conocimientos relacionadas con las ciencias de la cultura física y el deporte, en el ámbito nacional e internacional, producto de investigaciones inéditas.

Coordinador General: Ph.D. Pedro Javier Ruiz Aular

Coordinación de los Consejos de Áreas: MSc. Luis Miguel Díaz

Diseño y digitalización de portada: TSU. Jorge Pulido.

Diagramación: TSU. Eduardo Guevara

IMPRESIÓN: Ediciones Universidad Deportiva del Sur

Dirección: Dirección de Investigación y Postgrado. UDS. Vía Manrique, Av. Universidad km. 2. San Carlos estado Cojedes.

Teléfonos: (0258) 4333580

Email: diyp@uideporte.edu.ve // pedroruizuds@gmail.com

Revista disponible en www.uds.edu.ve

Depósito Legal N°: pp.201102CO3987

ISSN: 244-8292



SE IMPRIMEN 500 EJEMPLARES

REVISTA CIENTÍFICA DIMENSIÓN DEPORTIVA

Nro. 5 Enero-Julio 2013

AUTORIDADES

MSc. Alberto Martin Phillys Roberts
Rector

MSc. Dayse Machado
Vicerrectora Académica

MSc. Miriam Rodríguez
Secretaria General

CONSEJO EDITORIAL DE LA UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR

Coordinador General del Consejo Editorial

Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

Coordinador de Consejos de Áreas

MSc. Luis Miguel Díaz

Coordinara Operativa

TSU. Verónica Ramírez

Consejo Asesor

Dra. Ana de Gagarozo

Upel Barquisimeto

República Bolivariana de Venezuela

Dra. Crisálida Villegas

Upel –Maracay

República Bolivariana de Venezuela

MSc. Susana Quintero

Universidad Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora

República Bolivariana de Venezuela

Lcda. Rosa Amelia Herrera
Universidad Deportiva del Sur
República Bolivariana de Venezuela

Dr.C Gaspar Ernesto Paz González
Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”
República de Cuba

Dr. Vladimir Dutov
Universidad Internacional de Innovación
Federación de Rusia

Dr.C Alexander Druzhinin
Universidad Federal del Sur
Federación de Rusia

Consejo de diseño y diagramación

TSU. Jorge Pulido Funes
TSU. Eduardo Guevara Olivero

Secretaría Técnica:

Lcda. Rosa Amelia Herrera

Director de Canje

Lcdo. Marcos Alexander Macías García

CONTENIDO

EDITORIAL.....	07
<i>Alberto M. Phillys Roberts</i>	
SISTEMA DE INFORMACIÓN DE CONTROL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO PARA LA DIRECCIÓN TÉCNICA DE FUNDELA EN LOS JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES.....	09-14
<i>Alí Neomar Evies Barco</i>	
FACTORES Y TENDENCIAS QUE CARACTERIZAN LOS SISTEMAS DE ENTRENAMIENTO Y EL NIVEL DE DESARROLLO DEL DEPORTE MUNDIAL.....	15-24
<i>Jorge Ramírez Torrealba</i>	
PLAN ESTRATÉGICO PARA LA ADECUACIÓN DE LOS ESPACIOS DEPORTIVOS A DISPOSICIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA MODALIDAD DE EDUCACIÓN ESPECIAL.....	26-34
<i>María Poleo y Sánchez Leyda</i>	
PROGRAMA DE CAPACITACIÓN PARA LA OPTIMIZACIÓN DE LA GERENCIA DEPORTIVA DIRIGIDO A LOS COMITÉ DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE LOS CONSEJOS COMUNALES.....	36-43
<i>Vásquez Ramona</i>	
EDUCACIÓN POSTURAL: VÍA A LA PROFOLAXIS DE NIÑOS Y NIÑAS.....	44-54
<i>Mayda Losada Robaina</i>	
ENFOQUE NEUROCIENTÍFICO APLICADO AL DEPORTE.....	55-62
<i>Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular</i>	
NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS EN LA REVISTA CIENTIFICA DIMENSIÓN DEPORTIVA.....	63-66
INDICE ACUMULADO.....	67-69

EDITORIAL

En la comunidad científica se admite como razonamiento esencial que todo proceso de investigación ha de ser encaminado a la elaboración de nuevos conocimientos y que estos a su vez pueden tener como destino la educación, esto aunado al hecho de que la información puede viajar actualmente a grandes velocidades, hace necesario que las instituciones como la Universidad Deportiva del Sur, espacio para el debate del que hacer deportivo desarrolle y mantenga actualizados los conocimientos que surgen con relación al área temática para la cual fue creada en el 2006. Con esta edición se hace justicia a esas dos premisas por un lado dar a conocer nuevos conocimientos y por otra parte abrir el debate sobre los tópicos que se presentan en la misma.

En la condición de rector de quien escribe trata de orientar este espacio hacia la necesidad de rescatar desde esta tribuna lo que describe el primer objetivo histórico del plan de la patria que propone “Defender, expandir y consolidar... la independencia nacional”, hacer ciencia libera a los pueblos de la dependencia tecnológica.

Es un compromiso permanente de las instituciones relacionadas con el deporte expandir y consolidar las acciones requeridas para alcanzar el nivel de potencia deportiva en los tres ciclos olímpicos que propone el Sistema Nacional del Deporte (SND).

Para que los objetivos del deporte venezolano se logren es imperativo que se reconozcan en cada una de las acciones planificadas y ejecutadas se puedan visualizar las ciencias aplicadas y los aportes de ciencias complementarias que construyan instalaciones adecuadas para el entrenamiento diferenciadas de las que sean para las competencias, asimismo las instituciones universitarias en todas las carreras y Programas Nacionales de Formación.

Desde esta tribuna el llamado es a mirar hacia los más de 31 millones de habitantes que se proyecta como población en la República Bolivariana de Venezuela para el año 2015 según los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), pero que además esta población va aumentando la expectativa de vida, disminuyendo la tasa de mortalidad infantil, mejorando los índices de nutrición y educación. Lo expresado obliga a ser más eficientes y eficaces en la determinación de métodos y medios que ofrezcan a la población en su totalidad acceso pleno y coherente a la Actividad Física, ambientes adecuados para el desarrollo del talento deportivo, dirigencial e investigativo por citar solo tres aspectos que ubiquen al lector en la idea que aquí se propone.

Las ediciones de revistas de este tipo pretenden despertar en los autores que aquí se publican el interés por darle continuidad y seguimiento a sus planeamientos, conclusiones y recomendaciones; a los lectores la posibilidad de vincularse directamente con las proyectos y experiencias novedosas o de corroboración, pero que invariablemente le conecten con nuevas formas de entender, valorar y transformar la forma de hacer ciencia en el deporte y sus acepciones.

El momento estelar es y será siempre el presente, por eso es que los investigadores en el sector deporte deben asumir que la incorporación mediata de otras áreas del conocimiento es imperativa para acelerar los cambios que requiere el SND para alcanzar la meta propuesta para el 2025.

Alberto M. Phillys Roberts
Rector

SISTEMA DE INFORMACIÓN DE CONTROL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO PARA LA DIRECCIÓN TÉCNICA DE FUNDELA EN LOS JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES

RESUMEN

El presente trabajo está orientado a la elaboración de un Sistema de Información de Control de Rendimiento Deportivo para la Dirección Técnica de FUNDELA (Fundación para el Deporte del Estado Lara), El presente trabajo está orientado a la elaboración de un Sistema de Información de Control de Rendimiento Deportivo para la Dirección Técnica de FUNDELA (Fundación para el Deporte del Estado Lara), exclusivamente para ser utilizado en los Juegos Deportivos Nacionales, debido al control manual que se lleva a cabo en los procesos deportivos de la delegación larense. Este trabajo está ubicado dentro de la modalidad de Proyecto factible y la población estuvo conformada por aproximadamente 30 personas de la Dirección Técnica, de la cual se tomó una muestra de 5 personas. A dichos sujetos se les aplicó una entrevista que constaba de dos partes, una con preguntas cerradas y la otra, con preguntas abiertas, su validación se realizó a través del método de Juicio de Expertos. Como resultados de la investigación, se resalta que los participantes encuestados consideraron que el control de la Dirección Técnica de FUNDELA, en relación a los resultados de competencias generados en los Juegos Nacionales, no se lleva a cabo de una forma efectiva, ya que solamente se controlan los pronósticos de medallas de oro del estado Lara y dichos controles se realizan de forma manual, transcribiendo dichos datos en un procesador de palabras y en una hoja de cálculo. De las conclusiones, se puede mencionar que se hace necesario la implementación de un sistema de información, para el funcionamiento óptimo de la Dirección Técnica.

Autor:

ALÍ NEOMAR EVIES BARCO

*DOCTORANTE DE LA UNIVERSIDAD DE
CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL
DEPORTE "MANUEL FAJARDO"*

alievies@yahoo.es, alievies@uideporte.edu.ve

Recibido: 17/05/2013

Aceptado: 18/06/2013

Palabras Claves: Sistema de información, control de rendimiento deportivo, Juegos Deportivos Nacionales.

**INFORMATION SYSTEM FOR
CONTROL OF SPORTS PERFORMANCE
TECHNICAL DIRECTION FUNDELA
IN THE NATIONAL SPORTS GAMES**

ABSTRACT

This work is aimed at the development of an Information System for Monitoring Performance Sports FUNDELA Technical Management, exclusively for use in the National Games due to manual control that takes place in sporting processes Lara delegation. This activity is located within the project feasible mode and the population consisted of approximately 30 people from the Technical Department, in which a sample of 5 persons. In these subjects answered a interview that consisted of two parts, one part with closed questions and the other with open questions, validation was performed by the method of Expert Judgment. As research results, it is emphasized that the survey participants felt that control FUNDELA Technical Management in relation to skills results generated in the National Games, not carried out in an effective, since only controls forecasts gold medals of Lara and checks being performed manually, transcribing the data in a word processor and a spreadsheet. From the findings, one can conclude that it is necessary to implement an information system for the optimal operation of the Technical Department, to help improve the control process of sports performance, facilitating tracking sports scores, medals, and points larenses athletes and other participating states, therefore providing rapid, accurate and timely information to serve as support for decision making.

Keywords: Information system control, sports performance, National Games.

INTRODUCCIÓN

El deporte de rendimiento se caracteriza por un alto nivel de exigencias técnicas y biofísicas. La máxima expresión del deporte de rendimiento a nivel mundial son los Juegos Olímpicos que se realizan cada cuatro años. A nivel nacional, los Juegos Deportivos Nacionales Juveniles constituyen el evento deportivo más importante del país, donde se dan cita atletas, dirigentes y técnicos de todas las regiones, para medir el rendimiento deportivo.

Los primeros Juegos Deportivos Nacionales Juveniles se realizaron en la ciudad de San Cristóbal, estado Táchira, en 1978, obteniendo el primer lugar la representación del estado Lara. Desde entonces y hasta la fecha se han realizado de manera consecutiva cada dos años según la **Carta Fundamental J.N. (2002)** de estos juegos en diferentes entidades de Venezuela, sumando cada vez más disciplinas deportivas y más atletas.

Antes de iniciar los Juegos Deportivos Nacionales de Cojedes 2003, únicamente cinco (5) entidades (Carabobo, Distrito Federal, Miranda, Zulia y Lara) habían logrado alcanzar 6.757 medallas, más de la mitad del total en la historia. Estos datos indican claramente la existencia de una élite deportiva en Venezuela, concentrada en las entidades antes mencionadas. Dando muestra que las delegaciones más numerosas son las de dichos estados, esto influye directamente en la cantidad de información que se deben manejar y controlar.

Con el avance de la tecnología podemos contar con sistemas de información que ayudan a solventar muchos problemas, y más cuando se trata del manejo de información, por esta razón se propone elaborar un sistema de información que

controle el rendimiento deportivo del Estado Lara y permita conocer los resultados deportivos de las demás entidades federales que participan en unos Juegos Deportivos Nacionales.

Si bien este trabajo representa una contribución al deporte en el estado, se espera sirva para despertar inquietudes suficientes de manera que sea ampliado y continuado en busca de la calidad en los procesos deportivos e igualmente represente un punto de referencia para investigaciones similares.

La presente investigación esta enmarcada en la modalidad de proyecto factible, utilizando las siguientes fases: diagnóstico, factibilidad, diseño y elaboración de la propuesta. De acuerdo a su contenido, la investigación quedó estructurada de la siguiente manera: Un primer capítulo, contenido del planteamiento del problema, los objetivos de la investigación, la justificación e importancia de la misma y los alcances y limitaciones. En el capítulo dos se encuentra el marco teórico, partiendo de los antecedentes de la investigación. Asimismo, en este capítulo se desarrollan las bases teóricas y los basamentos legales. El capítulo tres describe la parte metodológica, comenzando por la naturaleza de la investigación, así como la población y muestra utilizada. Igualmente aquí se señala las fases de la investigación, las técnicas de recolección de datos, la validez y confiabilidad del instrumento, y la definición de variables. En el cuarto capítulo se desarrolla el análisis e interpretación de los resultados del estudio. Se incluye además un quinto capítulo donde se conciben las conclusiones de la investigación y se plantean las recomendaciones pertinentes, de acuerdo a los resultados. Finalmente, en el capítulo seis se encuentran el diseño y elaboración del sistema de información.

BASES TEORICAS

El diseño propuesto se fundamenta en la Teoría General de Sistemas, y según **Koontz, H (1998)**, es aquella que describe la estructura y el comportamiento de los sistemas y cubre el aspecto completo de sus tipos, desde los sistemas técnicos hasta los conceptuales, aumentando su nivel de generalización y abstracción.

En ese sentido, el citado autor plantea que los objetivos originales de esta teoría son: impulsar el desarrollo de una terminología general que permita describir las características, funciones y comportamientos sistémicos, desarrollar un conjunto de leyes aplicables a todos estos comportamientos y, por último, promover una formalización de estas leyes. Basado en lo anterior, es pertinente destacar, lo importante que constituye esta teoría para el diseño a elaborar, en relación a detallar las características y funciones de las dificultades presentadas en la Delegación del Estado Lara, por el empleo de procesos

manuales en el control de rendimiento deportivo de los atletas larenses. Para representar las características de los problemas del sistema actual, se utilizó una encuesta para conocer el estado real de los indicadores que son mencionados en el mapa de variables.

Asimismo, el presente trabajo también se fundamenta en la teoría de Administración por procesos. Es importante mencionar que **Levine, D (2006)**, expresa que el desarrollo histórico de la administración esta enmarcada en cuatro fases, se puede pensar en la primera generación de la administración como “Administración por Producción”, en el cual cada persona producía algo para sí mismo o su unidad familiar, cuando se requería el producto. Posteriormente en la edad media, con la aparición de los gremios de artesanos en Europa, llegó la segunda generación de la administración, “Administración mediante Dirección”, en la cual los gremios de

artesanos protegieron y patrocinaron los intereses de los artesanos al adiestrar aprendices en la mejor forma posible para aprender un oficio.

El desarrollo de la industria japonesa, que comenzó en 1950, se basó en un estilo administrativo que aprovechó el único recurso real disponible en Japón: su fuerza de trabajo. Con la ayuda de personas como W. Edwards Deming, Joseph Juran, A. V. Feigenbaum, Kaoru Ishikawa y otros, se desarrolló un estilo administrativo diferente, que insistía en la continua mejoría de la calidad del producto. Esta cuarta generación de la administración conocida como "Administración por procesos" contempla la administración como un proceso en el que las metas son: 1) trabajar en los métodos para mejorar en forma constante un producto ó servicio y, 2) desarrollar nueva tecnología.

Este estilo administrativo está caracterizado por la interdependencia de las áreas funcionales, la atención central es el cliente y una rápida reacción a los cambios y las mejorías. La administración por procesos tiene un fundamento estadístico, basado en un profundo conocimiento de variabilidad, una perspectiva de sistemas y la creencia en la mejoría continua; en este último tema citado por **Levine, D (2006)**, se pone de manifiesto la variabilidad del sistema y permitirá realizar comparaciones en proporción a las medallas de oro pronosticadas y los resultados

reales obtenidos, así como también realizar comparaciones con otras entidades deportivas en pronósticos de medallas de oro y en resultados obtenidos. Además, de trabajar en base a la eficiencia y haciendo uso de la informática, se diseñará un sistema de información que permita a la Delegación del Estado Lara desempeñarse de forma óptima y efectiva.

METODOLOGÍA

La presente investigación se ubica dentro de la modalidad de Proyecto factible, definido por **Kerlinger, F. (2001)**, puesto que permitirá elaborar el diseño de un sistema de información para el control de rendimiento deportivo de la delegación larense, como un modelo operativo viable para satisfacer necesidades de un grupo educativo-social apoyado en una investigación de carácter descriptivo, la cual permitirá abordar el análisis sistemático del problema con el objeto de describirlo, entender su naturaleza y los factores que lo integran a partir de datos recogidos directamente de la realidad por el investigador.

METODOLOGIA APLICADA PARA LA ELABORACIÓN DEL SISTEMA DE INFORMACIÓN:

Se ejecutaron las siguientes tareas:

- Normalización de los Datos en 3era forma Normal.
- Diseño de la estructura de las bases de datos del sistema.
- Diseño del Modelo Entidad-Relación.
- Elaboración de la Carta Estructurada.
- Elaboración de los Diagramas de Flujos, Dictionarios de Datos, Procesos y Flujos.
- Elaboración del prototipo.
- Codificación del sistema de información en un lenguaje visual y con un propio manejador de base de datos. Es importante resaltar, que se emplearon
- Aproximadamente tres mil (3000) horas en la elaboración del diseño y la programación del sistema.

RESULTADOS

Se deben utilizar los sistemas de información para automatizar los procedimientos manuales que se llevan a cabo en los institutos deportivos

regionales en este país; ya que de forma manual, se pierde tiempo y se maximiza el esfuerzo del recurso humano en los procesos de control y análisis de información. Es por eso, que con el uso de estas herramientas se controla la información y los procesos de forma efectiva, además de aprovechar el potencial humano, reducir los costos operacionales y minimizar el empleo de horas-hombres.

Con el uso del sistema de información se obtuvieron los siguientes resultados:

- Se organizaron, distribuyeron y tabularon los datos de los resultados de competencia de forma efectiva.
- Se proporcionó a la Dirección Técnica del Estado Lara respuestas rápidas y oportunas.
- El cálculo de medallas y puntos se efectuó de forma automatizada, lo que generó satisfacción de los Coordinadores y Directores al momento de requerir cualquier información.
- Se registraron los resultados deportivos de todos los juegos, lo cual permitió tener un control total de la información.
- Se logró efectuar decisiones más efectivas, debido a que se pudieron generar comparaciones entre delegaciones deportivas a tiempo real.
- Los resultados de competencia se registraron y organizaron de forma individual y colectiva, los cuales proporcionaron reportes estadísticos de diferente índole.
- La información se protegió con claves y niveles de seguridad, para los diferentes usuarios que requerían determinada información.
- La información registrada fue íntegra, confiable, y sin redundancias de datos, ya que se trabajó con campos claves, y con catálogos de información para los siguientes datos: deportes, modalidades, tablas de puntuación, calendario de competencias, atletas, personal técnico, congresillos técnicos, resultados por tipos de deportes, entre otros.
- Se efectuaron los procesos de control en cada jornada deportiva de los atletas del estado, así como también, los resultados globales y específicos de los estados rivales.
- Al finalizar cada jornada deportiva se disponía de un boletín de resultados inmediatamente, que contenía los datos estadísticos del estado Lara y las demás delegaciones en competencia.

- Al finalizar los Juegos Nacionales, se disponía inmediatamente de la memoria técnica de todo el evento.

CONCLUSIONES

Con base en los objetivos planteados, y luego del análisis e interpretación de los resultados, se obtuvieron las siguientes conclusiones.

Los resultados evidenciaron que los participantes encuestados consideran que la planificación de la Dirección Técnica de FUNDELA, en relación a los pronósticos de medallas de oro del Estado Lara y los Estados aspirantes al primer lugar, no se lleva a cabo de una forma eficiente, ya que solamente se lleva un control de los resultados de competencia del Estado Lara y dichos controles se realizan manualmente, transcribiendo datos en un procesador de palabras y una hoja de cálculo.

Los encuestados presentan una gran necesidad de información, debido a que la mayoría de ellos manifestó reconocer que no existe un control total sobre la información, por lo que consideran necesario la creación de un sistema de información.

En ese mismo sentido, la muestra encuestada reveló que el control de resultados de competencia, se efectúa parcialmente y por ende no se satisface totalmente el control de rendimiento deportivo de los atletas larenses.

Es necesaria la implementación de un sistema de información, para el funcionamiento óptimo de la Dirección Técnica de FUNDELA, que contribuya a mejorar el proceso de control de rendimiento deportivo, facilitando el seguimiento de los resultados deportivos de los atletas larenses y los atletas rivales.

Por otra parte, es importante destacar, la estrategia que representaría para la Dirección Técnica de FUNDELA, contar con un sistema de información automatizado; ya que el mismo constituiría una ventaja sobre los estados rivales en competencia, obteniéndose información rápida, veraz y oportuna que sirva de soporte para la toma de decisiones, orientada al éxito del estado Lara en los Juegos Nacionales.

Tomando en cuenta los planteamientos anteriores se justifica el diseño de un sistema de información de control de rendimiento deportivo para la Dirección Técnica de FUNDELA en los Juegos

Deportivos Nacionales, que automatice los procesos que se realizan de forma manual, debido a que en dichos Juegos se deben efectuar las decisiones de forma rápida y efectiva.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Carta Fundamental J.N. (2002). **Carta Fundamental de los Juegos Nacionales**. IND (Instituto Nacional del Deporte).

Chiavenato, I. (1994). **Administración de Recursos Humanos**. (2da Edición), Editorial Mcgraw-Hill. Colombia.

Da Costa, J. (1988). **Diccionario de Inglés - Español de Computación**. Editorial Panapo. Caracas.

Fayol, H. (1954). **Administración General e Industrial**. Sao Paulo. Brasil.

Freddman, A (1993). **Diccionario de Computación**. Version 5.2. The Computer Language Company Inc.

Fuensalidas, A. (1991). **Metodologías de Desarrollo**. Macrobit Editores. México.

Hernández, P. (1998). **Visual Foxpro 5. Desarrollo de Aplicaciones**. (1era Edición). Mc Graw-Hill. España.

Kendall (1997). **Análisis y Diseño de Sistemas**. Editorial Prentice Hall. (3era Edición).

Kerlinger, F. (2001). **Enfoque Conceptual de la Investigación del Comportamiento**. Editorial Interamericana. México.

Koontz, H (1998). **Estadística para Administradores**. Editorial Mc Graw Hill. (2da Edición)

Larousse (2006). **Diccionario Básico**. Editorial Ultra. México.

Levine, D. (2006). **Estadística para**

Administración. (4ta edición). Editorial Pearson.

Montilva, J. (1988). **Desarrollo de Sistemas de Información**. Textos Avedes.

Salas, R. y Rivas (1989). **Técnicas de Programación**. Esprosystemas. (5ta Edición).

Senn, J. (1998). **Análisis y Diseño de Sistemas de Información**. (2da Edición). Editorial Mc Graw Hill.

FACTORES Y TENDENCIAS QUE CARACTERIZAN LOS SISTEMAS DE ENTRENAMIENTO Y EL NIVEL DE DESARROLLO DEL DEPORTE MUNDIAL

RESUMEN

Los factores y las tendencias que caracterizan los sistemas de entrenamiento y el nivel de desarrollo del deporte mundial son tan inagotables, como importantes. La innumerable cantidad de influyentes factores puede que dificulte su estudio; pero, su imponderable importancia obliga a ubicarlos y reconocerlos, ya que ello permite abordar los problemas del proceso de preparación deportiva de manera multilateral, eficiente y efectiva. Precisamente por eso, el propósito fundamental de este estudio es conocer, determinar y describir los factores que influyen en el nivel de desarrollo del deporte de élite y la incidencia de los mismos en el avance, estancamiento o retraso del proceso de preparación técnico-deportiva. Además de involucrar la experiencia práctica del autor, la observación participante y no participante y el conversatorio -como fuente del relato de las vivencias para lograr el mencionado propósito, fue necesario apoyarse en una investigación predominantemente documental. De esta manera, se obtuvo que además de existir factores internos (endógenos) y externos (exógeno/complementarios), dichos factores y tendencias se pueden definir como las concausas que conducen y producen los inevitables cambios en todo el complejo sistema de preparación deportiva, reflejados en tres aspectos básicos: 1. cambios en el proceso didáctico de enseñanza-aprendizaje de las acciones motrices; 2. en las tácticas de competición; 3. cambios en los sistemas de entrenamiento y competición hacia la predominancia de la intensidad sobre el volumen.

Autor:

JORGE RAMÍREZ TORREALBA (Ph.D.)

*UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
EXPERIMENTAL
LIBERTADOR, MARACAY-VENEZUELA
jrtagua@hotmail.com*

Recibido: 18/05/2013

Aceptado: 16/06/2013

Descriptores: Deporte; Factores y Tendencias; Entrenamiento; Planificación; Restauración

FACTORS AND TRENDS THAT CHARACTERIZE THE TRAINING SYSTEMS AND THE LEVEL OF DEVELOPMENT OF WORLD SPORT

ABSTRACT

The factors and trends that characterize the training systems and the level of development of world sport are endless, but much important. The countless number of influential factors may hinder their study, but its importance imponderable forces locate and recognize them as this allows addressing the problems of sports preparation process multilaterally, efficiently and effectively. Precisely for this reason, the primary purpose of this study is to determine and describe the factors that affecting the level of elite sport development and incidence of them on the progress, stagnation or delay the process of technical-sports preparation. Besides involve the author's practical experience, the participant and non-participant observation and conversation as the source of the narrative of lived experience, to achieve the above purpose, it was necessary to rely predominantly on documentary research. Thus, it was found that besides existing internal (endogenous) and external (exogenous/complementary), these factors and trends can be defined as the causes lead and produce the inevitable changes occurring around the sports complex preparation system, which are reflected in three basic aspects: 1. changes in the educational process of teaching and learning of motor actions, 2. The tactics of competition; 3. changes in competition and training systems to the predominance of the intensity on the volume.

Descriptors: Sport, Factors and Trends, Training, Planning, Restoration

INTRODUCCIÓN

Reconocer los factores y las tendencias que caracterizan los sistemas de entrenamiento y el nivel de desarrollo del deporte mundial, permite abordar los problemas del proceso de preparación deportiva de manera multilateral, eficiente y efectiva. Por eso, el principal objetivo de este trabajo es ofrecer conocimientos teóricos acerca de los inagotables factores que influyen en el nivel de desarrollo del deporte de élite, y acerca de las nuevas tendencias que se adoptan para con los sistemas de entrenamiento deportivo de alta calificación como respuesta a la incidencia de esos inagotables factores.

Los altísimos resultados técnico-deportivos, arrojados de las competiciones de los últimos decenios, obligan indefectiblemente a formular preguntas tales como ¿Hasta dónde llegarán las posibilidades motrices y funcionales del ser humano; ¿El incremento de los registros y marcas deportivas no se detendrá?; ¿A qué factores obedece este desarrollo?; y, por último, ¿Hacia dónde habría de orientar la búsqueda científica que permita crear, elaborar y ejecutar nuevos sistemas de entrenamiento deportivo, según las nuevas tendencias?

Para nadie es un secreto que el desarrollo tan vertiginoso que está experimentando el deporte de alta competición a nivel mundial, es consecuencia de una inapreciable cantidad y compleja calidad de factores, los cuales tratar de enumerar es muy difícil o casi imposible.

Tipos de factores que caracterizan los sistemas de entrenamiento.

Organizacional y metodológicamente hablando, abarcar y precisar la inmensa cantidad de factores que caracterizan los sistemas de entrenamiento deportivo de alta calificación es una tarea indispensable y viable, si se le conglera de manera jerarquizada en 2 grandes grupos.

1. Factores Directos (Endógenos-Substanciales)- son todos aquellos elementos (sujetos y objetos), características e indicios que inciden de manera substancial en el logro de altos resultados técnico-deportivos y, por ende, en el éxito del deporte de alto rendimiento, entre los que figuran los Entrenadores y los Deportistas. Sin ánimos de descalificar a otros factores directos clave, el Entrenador y el Deportista son considerados por

el autor de este trabajo no sólo como las bases de sustentación, sino como las figuras más emblemáticas e importantes del deporte de alta competición, ya que sin ellos la misma “noble agonística” sobre la que se basa el deporte no tiene, ni tendrá sentido alguno; un fehaciente ejemplo de ello, es la alta ponderación que históricamente se le ha dado a los mencionados sujetos, incluso en la Mitología Griega, con el caso de Hércules (Agonista-Atleta) y su Paidotribo Quirón (Centauro-Entrenador). Por eso, a continuación se destacan y describen las características que hacen tan especial a los Entrenadores y Deportistas, dentro de cualquier sistema o proceso de preparación técnico-deportiva.

No obstante de la substancial ponderación de los precitados factores endógenos, se destaca que la causa principal que motiva a la indagación en este trabajo -para con los hallazgos- está orientada básicamente hacia el desenlace de los factores exógenos (indirectos) y la incidencia de los mismos en el entrenamiento deportivo. Por eso, a continuación el trato hacia los Factores Exógenos será más amplio y profundo.

2. Factores Indirectos (Exógenos - Complementarios)- son todos aquellos que -dentro del inmenso concierto de factores que caracterizan el vertiginoso desarrollo y los actuales sistemas de entrenamiento- se presentan como elementos coadyuvantes e importantes agregados del entrenamiento deportivo, en cuanto al alto nivel técnico-deportivo que se está mostrando en los Juegos Olímpicos y Campeonatos Mundiales. Según Platonov (1984), entre los factores complementarios -llamados también indirectos- que juegan un importante rol en el alcance de los objetivos del entrenamiento deportivo, se encuentran -por un lado- el sistema de formación y educativo, el papel del deporte en la sociedad, el nivel del progreso técnico-científico, etc. y, por el otro lado, los que directamente determinan la efectividad del entrenamiento: las condiciones de vida, las condiciones organizacionales y técnico-materiales de preparación, el sistema de competición y los criterios de apreciación y evaluación de la efectividad de la preparación, entre otros (pp. 51-52).

Ese alto nivel de desarrollo que actualmente experimenta el deporte mundial obedece también

a determinados factores, entre los cuales se encuentran los avances de numerosas disciplinas científicas tales como pedagogía, sociología, psicología, morfología, fisiología, bioquímica, biomecánica, medicina, cibernética, kinesiología, kinantropometría, estadística, etc. Por otro lado, obedece a los cambios introducidos a los sistemas de preparación deportiva, vistos como nuevas tendencias influyentes sobre la relación volumen-intensidad, entrenamiento-competición, agotamiento-recuperación y las condiciones ambientales, donde el clima -con las circunstancias de altitud, temperatura y humedad que lo particularizan- adquiere cada vez más relevancia. He allí la importancia que tiene, para quienes conducen los destinos del deporte de alto rendimiento, el hecho de reconocer y dar la adecuada importancia a los factores y las tendencias que caracterizan los sistemas de entrenamiento y el nivel de desarrollo del deporte mundial.

El estudio y posterior comprensión de la infinita cantidad de factores que representan a los de tipo exógeno, es por demás difícil y complejo, pero no imposible. Dicho estudio se pudiera facilitar considerablemente, si se le sub-divide en sub-grupos, según las particularidades que los caracterizan o las similitudes que los hacen correlativamente comunes. Por eso, en lo sucesivo se describirán los sub-grupos de factores exógenos más emblemáticos y las correspondientes tendencias hacia donde conducen dichos factores, como resultado de su influyente poder: en primera instancia, se encuentran las disciplinas científicas tributarias de la actividad deportiva de alto rendimiento; luego, se encuentra el segundo sub-grupo de 8 factores, considerados como los de más alta incidencia para con los cambios de los sistemas de entrenamiento, en términos de volumen/intensidad y esfuerzo/recuperación.

Con los avances de todo el conjunto de las disciplinas científicas antes mencionadas, se trata a los deportistas desde los aspectos morfológico y fisiológico, aportando importantes conocimientos anatómicos y funcionales del organismo de los mismos, independientemente de que éstos sean niños, adolescentes, jóvenes, adultos o de sexo femenino o masculino. La sociología (como una ciencia que estudia las condiciones de existencia y desenvolvimiento de las sociedades

humanas), aporta importantes datos e informaciones que pudieran ser considerados a la hora de elaborar, por ejemplo, los planes y programas nacionales de preparación deportiva de la población. En las acciones didácticas y metodológicas de esa Pedagogía que acompaña a las actividades físico-deportivas, se estiman la estructura del aparato artro-osteo-neuro-muscular (aparato de apoyo motor o locomotor), la de los órganos internos, la estructura del sistema humoral (glándulas y hormonas) y la calidad de funcionamiento de las mismas. Los estudios de la psicología y los resultados de los mismos, contribuyen de manera sólida con el exitoso trabajo de los entrenadores-pedagogos, cuando suministra datos e informaciones concernientes tanto del desarrollo mental y de los procesos psíquicos, como del comportamiento de los deportistas a la hora de determinar: los temperamentos adecuados para con una situación de juego o competitiva en especial; los pre-arranques deportivos de tipo psico-somáticos (colérico, sanguíneo, apático, etc.) y los métodos para el reforzamiento o evasión de los mismos, según sea el caso; los tipos de entrenamiento psíquicos (autógeno, ideomotor, hipnosis, etc.), orientados a resolver problemas de angustia, temor o pánico, de recuperación en lesiones osteo-neuro-muscular, agotamiento excesivo y/o cansancio subjetivo, entre otros. La bioquímica ayuda a comprender la conversión de la energía química en energía mecánica para efectos de la producción de movimiento y/o desplazamiento como unidad estructural y esencia de la técnica y la táctica deportiva; a comprender y trabajar eficientemente sobre los mecanismos energéticos de la contracción muscular y las diferencias básicas de dicho mecanismo, según el tipo de fibra muscular y su forma de contracción (blancas-rápidas-FT, rosadas-intermedias-FR y rojas-lentas-ST). Conocer los períodos evolutivos de la edad y las particularidades morfo-funcionales y sexuales que acompañan a cada período evolutivo (primera infancia, segunda infancia, adolescencia, juventud, adultez, etc.), son factores influyentes de vital importancia en la práctica de las actividades físico-deportivas, a la hora de establecer objetivos relativos al aprendizaje de hábitos técnicos o de desarrollo de las cualidades motrices (fuerza, rapidez, resistencia, flexibilidad,

potencia o coordinación); en cuanto a la óptima relación volumen-intensidad de los esfuerzos físicos o para con la sugerencia y aplicación de cargas horarias de trabajo físico, entre otras. Finalmente, se puede decir que cualquier tipo de estudio, correlación y/o análisis comparativo que se tuviera a bien realizar -en cuanto a los mencionados aspectos- seguramente se haría cuesta arriba sin la “incalculable” contribución de la estadística.

He allí -en los anteriores ejemplos- la presencia de los avances, bondades y conocimientos que ofrecen las disciplinas científicas, el auxilio que prestan o tributan y la influencia que ejercen sobre el deporte de alto rendimiento para con la certera e idónea aplicación de determinados esfuerzos físicos, sobre la base de los más lógicos principios, métodos y medios que exige la práctica sistemática del deporte de alta calificación.

Tendencias que caracterizan los sistemas de entrenamiento en el mundo.

En relación con las Tendencias, éstas se presentan como unas referencias a seguir tipo teoría y/o escuela de acción. No es en vano que la experiencia práctica vanguardista y el análisis de la literatura especializada (Platonov, 1984; Ramírez, 2009a, 2010) nos muestren que los modernos sistemas de entrenamiento son la consecuencia de aproximadamente 8-9 tendencias fundamentales, entre las que figuran las siguientes:

1. La forma de gerencia y administración de la cosa deportiva;
2. La agudización de la concurrencia deportiva;
3. El “rejuvenecimiento” que muestran los equipos en sus integrantes;
4. La ascendente dificultad de los programas de competición;
5. Los cambios en los reglamentos de competencia;
6. Las innovaciones de los medios técnicos-materiales de entrenamiento y competición;
7. La aparición de nuevas técnicas de ejecución;
8. Las formas y tipos de entrenamiento, según la situación geográfica y ambiental.

Considerando que las mencionadas tendencias -de una u otra manera- han venido marcando los cambios en los sistemas de preparación

técnico-deportiva, en lo sucesivo se desenlazarán y describirán cada una de las 8 mencionadas -de manera gráfica (ver esquema 1) y literal- haciendo eco de los aspectos sustanciales que las caracterizan.

1. La forma de gerencia y administración deportiva.

A pesar de lo fácil que es incurrir en repeticiones tediosas, cuando se discute acerca de gerencia y administración deportiva, se tomó la responsabilidad no sólo de incluir dicho tema como una influyente tendencia, sino que se determinó como principal objetivo el hecho de revelar y comparar determinados factores considerados de alto impacto en la actividad deportiva de elite, y familiarizar a los especialistas y entusiastas de la actividad físico-deportiva con los modelos (privados, gubernamentales y mixtos) organizacionales y administrativos vanguardistas del deporte mundial. Y es que según Ramírez (1999, 2001), las características, particularidades, los beneficios y avances y la validez e importancia que muestran y ofrecen todos los factores antes mencionados, no son ni serán efectivos, sino son racionalmente canalizados, a través de una gerencia y administración deportiva que se pose sobre unos principios socio-económicos y organizacionales propios de las características de una región definida, llámese Municipio, Provincia, Estado o País.

Con el objeto de desenlazar y robustecer las posiciones planteadas, en cuanto a la racional canalización de la actividad deportiva de alto rendimiento, se pueden tomar como ejemplos de organización deportiva aquellos países que aun mostrando “diferentes” lineamientos políticos y económico-administrativos, han obtenido “similares” altos resultados técnico-deportivos. Entre tales países se encuentran: los Estados Unidos de América (parte de Europa occidental), las actuales Repúblicas Socialistas y Populares de Cuba, China y Corea del Norte, las desaparecidas Unión Soviética y República Democrática Alemana (como casos emblemáticos del deporte público-gubernamental); y, por último, Venezuela (como modelo universal de los muchos otros países en vías de desarrollo) con su mezcla de organización “similar” a la de todos los precitados países, pero con resultados no sólo “diferentes”,

sino significativamente inferiores.

En el cuadro N° 1, se pueden observar y analizar de manera clara los factores fundamentales que -por un lado- diferenciaron y aún diferencian la forma de conducción deportiva en todos los precitados países y -por el otro lado- aquellos factores de gran similitud que le permitieron, al final, alcanzar altos resultados deportivos, independientemente de las tendencias políticas, económicas y socio-culturales que los particularizan.

Resumiendo todo lo anteriormente planteado, se puede decir que independientemente de los regímenes socio-económicos y políticos, y de las diferentes vías de organización y administración empleadas, la problemática matriz y principal de la conducción del Deporte en cualquier parte del mundo es de índole organizativa y eminentemente económica, ya que en todos los mencionados países dicta las pautas y conductas de la cosa deportiva quien -por la vía del subsidio

directo- hace posible: la eficiente y efectiva ejecución de los planes y programas, el desarrollo de los sistemas de preparación y competición y, por ende, el progreso deportivo de la región y/o país, llámese deporte público o privado.

Esquema N° 1. Tendencias que caracterizan el nivel de desarrollo

Cuadro N° 1
Cuadro referencial-comparativo de los países con gestión deportiva privada-federada y pública-gubernamental

PAÍSES INVOLUCRADOS	DIFERENCIAS	SIMILITUDES	RESULTADOS
EE. UU. y parte de Europa Occidental	Gestión deportiva predominantemente no gubernamental (privada). Unidad estructural: <i>el club</i>	-Masificación a gran escala -Disponibilidad de condiciones para el ascenso posterior	ALTAMENTE CALIFICADOS
Antiguo Bloque Socialista y las actuales Cuba, China Popular y Corea del Norte	Gestión deportiva eminentemente pública (gubernamental). Unidad estructural: <i>la escuela deportiva</i>	-Presencia de deporte de reserva (menor) - Estudios científicos de vanguardia	

del deporte y el entrenamiento deportivo en el mundo.

2. Agudización de la concurrencia deportiva.

Cuali-cuantitativamente hablando, la Concurrencia por sí sola es un excelente productor de resultados de alta calidad. Por ejemplo, la lucha incrementada tanto por el ofrecimiento, como por la obtención de más y mejores servicios, obliga -por un lado- a los “muchos” que ofertan a presentar no sólo alta calidad, sino atractivas condiciones de asequebilidad y -por otro lado- crea en los “muchos” que demandan un ambicioso interés por la obtención de los mencionados servicios. En el caso específico del deporte de “alta competición”, en los años 70 y 80 del siglo pasado, las medallas Olímpicas y Mundiales en las carreras de velocidad en atletismo eran disputadas por muy pocos países (EE. UU.; Gran Bretaña; URSS y GDR), época que se caracterizó por una esporádica superación de las marcas. Pero, en los último 20 años, con la Concurrencia de “muchos” otros países (Canadá, Jamaica, Trinidad y algunos países de África y Asia, entre otros) con más atletas y mejor preparados, inmediatamente, se empezaron a superar las marcas mundiales y olímpicas con mucha mayor frecuencia. Es decir, la presencia de más aspirantes, cada vez mejor preparados por la obtención de un cetro, de un único 1er lugar o de un resultado muy deseado, sin duda alguna crea una insuperable condición para el progreso en cuanto a calidad se refiere. Ese marcado

<p>1. La gerencia y administración deportiva Dada por la definición exacta de la forma de Dirección y administración de la cosa deportiva, desde el enfoque público, privado o combinado (mixto-híbrido)</p>	<p>Pública: China, Cuba, Corea del Norte (Ex-Unión Soviética, Ex-RDA) Privada: EE.UU., Canadá, Japón, Australia parte de Europa Occidental, etc. Combinada: Venezuela y otros países en vías de desarrollo</p>
<p>2. Agudización de la concurrencia deportiva Dada por la incrementada participación de más equipos o individualidades con mayor nivel técnico en las Olimpiadas y Campeonatos Mundiales</p>	<p>Antes Voleibol Japón Polonia - Perú Gimnasia Japón - Rumania Unión Soviética</p> <p>Ahora Cuba - Brasil - EE.UU. Italia - Rusia - Serbia China - Rusia - EE. UU. Japón - Rumania</p>
<p>3. El “rejuvenecimiento” que muestran los equipos en sus integrantes Dado por el fenómeno de la aceleración del desarrollo físico (ontogenia) y/o el entrenamiento compulsivo aplicado a los jóvenes talentos</p>	<p>Antes Ahora Clavados: + de 20 años ± 15 años Fem. Natación: + de 22 años ± 18 años M/F Gimnasia: + de 22 años ± 16 años Fem. Béisbol: 20 años y más ± 17 años Fútbol: 22 años y más ± 17 años</p>
<p>4. La ascendente dificultad de los programas de competición Dada por las posibilidades motrices de los deportistas y la creatividad de los Entrenadores-pedagogos predominantemente de los tipos de deporte de coordinación compleja (arte competitivo)</p>	<p>Nado sincronizado, Clavados, Gimnasia artística y Rítmica, Trampolinismo, Patinaje artístico, Karate-do y judo (kata), Tae kwon do (poomsae), etc.</p>
<p>5. Los cambios en los reglamentos de competencia Por un lado, para desarrollar y perfeccionar más la actividad y, por el otro, para aligerar o dificultar la misma; o también, para normar los casos que se escapan por la misma dinámica competitiva</p>	<p>Lucha: de 1 round de 5 min. a 3 round de 2 min. Baloncesto: 3 puntos desde la línea de 6,25 m. Voleibol: Contacto con todas las partes del cuerpo Atletismo: jabalina-centro de gravedad desplazado Polo: límite de conservación de la pelota Gimnasia: figura de comodín.</p>
<p>6. Las innovaciones introducidas en los materiales de entrenamiento y competición Dadas por el vertiginoso progreso científico y tecnológico de las diferentes ciencias aplicadas a la actividad deportiva</p>	<p>Bicicletas con ruedas de discos de fibra de carbono - Pistas de Atletismo sintéticas - Zapatos de baloncesto y fútbol con aire - Computadoras para el análisis del movimiento - Embarcaciones de fibras de carbono en Canotaje y Remo - Medios técnicos-materiales de enseñanza cibernéticos (TIC's) - Equipos de musculación computarizados.</p>
<p>7. La aparición de nuevas técnicas de ejecución Dada por la participación activa de los entrenadores, deportistas y biomecánicos, entre otros</p>	<p>Natación: formas y tipos diversos de respiración, diferentes tipos de vueltas a los extremos de la piletta. Voleibol: saque suspendido Béisbol: los múltiples tipos de lanzamientos. Atletismo: Impulso de la bala con giros de 540°</p>
<p>8. Formas y tipos de entrenamiento según situación geográfica y ambiental Dados por la ubicación, en cuanto a latitud, altitud y temperatura del sitio de preparación y competición</p>	<p>Temperatura (baja o alta) Altitud (condiciones de hipoxia) Humedad (alta humedad)</p>

incremento en la participación de más equipos e individualidades con mayor nivel técnico en las Olimpiadas y Campeonatos Mundiales, ha estado incidiendo contundentemente en las formas de preparación técnico-deportiva.

3. “Rejuvenecimiento” de los integrantes de los equipos nacionales.

Actualmente, no es nada extraño ver adolescentes integrando delegaciones nacionales con miras a representar a su respectivo país en deportes como la Natación y, sobre todo, en las disciplinas deportivas de coordinación compleja (arte competitivo) tales como Clavados, Gimnasia Artística Femenina y Gimnasia Rítmica, entre otras. Por ejemplo, en la Gimnasia Artística Femenina hubo que subir (limitar) la edad mínima de participación de los Juegos Olímpicos a 16 años, ya que se estaba viendo la participación de niñas de hasta 11 años de edad. Es posible que por el anterior motivo -y otros no menos importantes (el maltrato a niños, niñas y adolescentes), pero deliberadamente invisibilizados- en el año 2001, el presidente del COI Jacques Rogge -al mejor estilo de la Antigua Grecia- propuso la organización y realización de unos Juegos Olímpicos Juveniles (Youth Olympic Games-YOG: en sus siglas en inglés), que sirvieran de escenario deportivo para un mega-evento cuadrienal, exclusivo para deportistas de todo el mundo, con edades comprendidas entre 14 y 18 años.

Son muchas las causas que motivan a la temprana participación de las competencias de alto rendimiento; pero, las de mayor fuerza son: 1. los tipos de deporte que en sí mismos son de iniciación temprana; 2. el fenómeno de la aceleración del desarrollo físico que se da en el transcurso de la ontogenia; 2. el entrenamiento compulsivo, con el cual indiscriminadamente se explotan las cualidades físicas naturales de los niños y jóvenes.

4. La ascendente dificultad de los programas de competición.

En la aplastante mayoría de los tipos de deporte de estructura compleja, en cuanto a coordinación se refiere (arte competitivo), donde se ejecutan movimientos y combinaciones de complejas acciones motrices previamente conocidas (relativamente estandarizados), las exigencias técnico-deportivas de ejecución son cambiadas

con una frecuencia aproximada de cuatro años (cada olimpiada). Al parecer, esto se debe a las posibilidades motrices de los deportistas y la creatividad de los entrenadores-pedagogos, hecho que da lugar a que con relativa frecuencia aparezcan nuevos y difíciles movimientos y otros -que en su momento fueron de alta dificultad- se conviertan en movimientos muy comunes. De esta manera, no sólo se incrementa la dificultad de los programas de competición y las exigencias de los códigos de puntuación, sino que el equipo de trabajo (entrenador, preparador físico, biomecánico, kinesiólogo, etc.) de las precitadas disciplinas deportivas de se ve obligado a redimensionar tanto los planes de preparación, así como los mismos sistemas entrenamiento.

5. Los cambios en los reglamentos de competencia.

Las extremas y, cada vez más, nuevas condiciones técnico-científicas, la gran cantidad de competencias deportivas y la estrecha frecuencia con la cual se realizan hoy en día, han permitido la aparición de casos inéditos de competición, poco desarrollados o no estipulados ni tipificados en los reglamentos. Esta pragmática dinámica -en unos aspectos- ha dejado atrás a la teoría (Clavados: la aparición de complejos movimientos y la conversión de otros en cada vez más comunes), -en otros aspectos- ha generado casos bastante particulares que simplemente escapan de la rutina y, en unos terceros casos, han obligado tanto a dinamizar (Voleibol: la aparición del Líbero y el toque con cualquier parte del cuerpo), como a dificultar la actividad competitiva (Polo Acuático: límite de conservación de la pelota) o frenar los excesos (uso de sustancias farmacológicas para todos los deportes; Gimnasia: edades límites de competición), etc. De allí, la necesidad imperiosa de cambiar con relativa frecuencia los reglamentos de competición. Los cambios en los reglamentos de competencia han contribuido, por un lado, al desarrollo y perfeccionamiento de la actividad deportiva, aligerando o dificultando el desenvolvimiento de la misma o normando los casos que se escapan, dada la misma dinámica competitiva; y, por el otro lado, también ha obligado a propinar cambios en los sistemas de entrenamiento desde los ángulos físico, técnico, táctico y psíquico.

6. Las innovaciones introducidas en los materiales de entrenamiento y competición.

Independientemente del área de conocimientos, del tipo de actividad que se realiza o del campo de desenvolvimiento, no se puede negar ni evitar que el progreso técnico-científico haya tocado, toque y siga tocando las puertas de la cotidianidad de los seres humanos. Como una actividad netamente competitiva y un fenómeno social multifuncional, el Deporte de Alto Rendimiento no queda exento de experimentar el vertiginoso progreso científico y tecnológico en todas y cada una de las disciplinas que lo componen. Testigo de ello -por ejemplo- son: el control a distancia de las influencias de los grandes esfuerzos físicos sobre los corredores de larga distancia, ciclistas de pista y ruta, nadadores, etc. que se realizan en condiciones normales de entrenamiento. Es decir, el control del entrenamiento ya no se realiza en condiciones de laboratorio, sino en las cómodas y confiables condiciones de campo (in situ), con aparatadura electrónica no invasiva: pulseras y cintas pectorales con marcador de tiempo, altitud, temperatura, pulso (frecuencia cardíaca); medidores de los niveles de glucosa (glucómetros) y ácido láctico (lactómetros) en sangre; y todos bajo el auténtico control de los actuales Sistemas de Posicionamiento Global (GPS- en sus siglas en inglés). Asimismo, se pueden ver Bicicletas con ruedas de discos de fibra de carbón - Pistas de Atletismo sintéticas - Zapatos de baloncesto y fútbol con aire - Computadoras para el análisis del movimiento - Embarcaciones de fibras de carbón en Canotaje y Remo - Medios técnicos-materiales de enseñanza cibernéticos (TIC's) - Equipos de control remoto y computarizados para la medición de la potencia muscular o el estudio biomecánico de los ejercicios y Equipos de musculación. Un ejemplo práctico de la acertada presencia de la electrónica en el deporte y de los cambios que ha producido tanto en los reglamentos, como en la forma de entrenar, es el que se puede ver ante los combates de Esgrima o Tae kwon Do: 1. En los combates del Sable, además de disminuirse la flexión de la hoja y el tiempo de contacto (120 ms), fue introducido el control remoto y las luces en la careta. Según Raymond y García (2009): Estos cambios han provocado nuevas tendencias en la manera de combatir a tal punto que en la actualidad la táctica competitiva predomina por sobre la técnica de los elementos básicos de la Esgrima del Sable. Estos

cambios no lo recoge ninguna escuela de Esgrima, ni existe bibliografía que tenga Metodología de Enseñanza de dichos movimientos, en la mayoría de los casos son deformaciones de la técnica. Dichas tendencias competitivas han provocado que los entrenadores en busca de resultados a corto plazo violen pasos metodológicos de enseñanza, provocando freno en el desarrollo de los sablistas (pp. 12-13).

Algo parecido ha venido sucediendo con el Tae Kwon Do y la introducción del peto electrónico para con el registro de las patadas, hecho que satisfactoriamente acabó con las dudosas apreciaciones subjetivas a que era sometido este atractivo y precioso tipo de combate.

7. La aparición de nuevos ejercicios y técnicas de ejecución.

La incesante búsqueda del Citius, Altius, Fortius -que caracteriza tanto al deporte actual, como a sus protagonistas- es y será siempre un insuperable estímulo para la creación y generación no sólo de nuevos vehículos (medios: ejercicios físicos) y vías(métodos) hacia el triunfo total, sino de nuevas formas (técnicas) de recorrido de dichas vías. Entre los tipos de deporte que -con mayor fuerza y frecuencia- reflejan esa constante y emocionante búsqueda, se encuentran los Saltos Ornamentales (Clavados), el Nado Sincronizado, el Patinaje Artístico, la Gimnasia Rítmica y, sobre todo, en la Gimnasia Artística. En estas disciplinas deportivas de coordinación compleja, crear nuevos ejercicios y/o combinaciones es uno de los aspectos que los caracteriza. No en vano "la originalidad" -de hecho y no tanto de derecho- es bonificada según determinados reglamentos y códigos de puntuación. Asimismo, pero con menos frecuencia, ha sucedido en: la Natación con sus nuevas y múltiples formas de respiración o tipos de vueltas a los extremos de la pileta o fuera de ellas (Aguas Abiertas), según los diversos estilos, modalidades y distancias; el Voleibol con el potente saque suspendido, el cual no se diferencia en nada a un remate; el Béisbol con sus múltiples e interesantes tipos de lanzamientos; el Atletismo de Campo con su poco usado, pero atractivo impulso de la bala con giros de 540°. Los anteriores ejemplos son, por un lado, el producto de la participación activa y creativa de los entrenadores, deportistas, biomecánicos, etc. y, por el otro lado, son una gran parte de los aspectos que han conducido hacia los cambios de

los sistemas de entrenamiento, en sus aspectos físico, técnico y, especialmente, táctico.

8. Formas y tipos de entrenamiento según situación geográfica y ambiental.

Son muy pocas las veces que se profundiza y se desenlaza el problema de los efectos de las condiciones geográficas y ambientales en el organismo de los deportistas, durante el desarrollo tanto de los entrenamientos, como de las mismas competencias; y, menos aún, cuando el tema es acerca de las formas de minimizar dichos efectos o de cómo aprovechar al máximo dichas condiciones.

El entrenamiento y la competición deportiva en condiciones de alta temperatura o en condiciones de altura media o hipoxia (deficiencia de oxígeno por baja presión atmosférica), son temas muy bien desarrollados, pero poco difundidos, a pesar de su gran incidencia. Por eso y por la gran importancia que universalmente representan para con los sistemas de preparación, dichos aspectos debieran ser altamente estimados.

El entrenamiento deportivo en condiciones de alta temperatura.

El clima como un conjunto de condiciones atmosféricas de una determinada zona geográfica, trae consigo elementos tanto favorables como desfavorables para las personas que en ella habitan y/o realizan actividades temporales. Como consecuencia del vertiginoso progreso técnico-científico y, en especial, de sus productos de desechos arrojados al medio circundante, con el pasar de los años el clima del globo terráqueo ha experimentado una marcada tendencia hacia el sobrecalentamiento, creando más condiciones atmosféricas desfavorables que favorables. Según Kositsky (1985), cuando existen temperaturas del medio ambiente muy altas, los mecanismos de protección termorreguladores resultan insuficientes y la temperatura del organismo comienza a aumentar, desarrollándose correspondientemente un estado de hipertermia o sobrecalentamiento.

Según Zimkin (1975) y Kots (1986), desde hace mucho tiempo se sabe que -aunque el organismo del ser humano se encuentra bajo los efectos de las constantes oscilaciones de la temperatura (t°) exterior y la cantidad de calor producido dentro del organismo varía- la temperatura del cuerpo se

mantiene a un nivel adecuado para los procesos de la actividad vital, gracias a un sistema especial de regulación térmica que poseen los seres homeotermios (animales de sangre caliente que mantienen la t° del cuerpo estable, a pesar de los cambios del medio externo), entre los que figura el ser humano. También es sabido por todos que esta facultad de los homeotermios de contrarrestar los efectos del frío y del calor, manteniendo una temperatura estable del cuerpo, tiene sus límites. Estos límites se reflejan, sobre todo, ante condiciones de alta temperatura combinada con una elevada humedad y gran velocidad de movimiento corporal.

Todo lo anteriormente expuesto sugiere que los deportistas, entrenadores y preparadores físicos, en lo particular, orienten todos sus esfuerzos a generar y aplicar mecanismos de control y estrategias que permitan minimizar en lo posible los efectos negativos, impactos y las condiciones adversas que producen al organismo, los entrenamientos y combates en ambientes calurosos y húmedos.

El entrenamiento deportivo en condiciones de altitud (hipoxia).

Entre las múltiples condiciones ambientales en que se puede desarrollar una competencia se encuentran las condiciones de altitud media (1.800-2.500 m), la cual trae una serie de problemas de aclimatación para el ser humano, y por ende para el deportista, reflejándose sobre todo en las condiciones de hipoxia (insuficiencia de oxígeno) que ésta presenta. Por eso -para este caso específico- las influencias que ésta ejerce sobre el organismo del deportista, debieran tomarse como objeto de estudio, ya sea para efectos de las competencias en altura media o para efectos de una competencia a nivel del mar.

La presión atmosférica disminuye con el aumento de la altitud, lo que -para Alonso e Iznaga (2.000)- vendría siendo la causa básica de todos los problemas de hipoxia, puesto que conjuntamente con ella, también disminuye proporcionalmente la presión parcial del oxígeno (PaO_2) en el aire traqueal que inspira el sujeto, provocando una disminución del oxígeno en los alvéolos pulmonares y, por consecuencia, reduciendo la PaO_2 en la sangre arterial.

Competir en condiciones de altitud media sin

previa preparación, les produce a los deportistas una notable reducción del consumo de oxígeno máximo (VO₂ máx.), empeoramiento del rendimiento anaeróbico máximo (lactácido y alactácido), alteración de la concentración de la atención (hecho que conduce a la comisión de errores de tipo técnico-tácticos) y trastornos en la coordinación de los movimientos y en la rapidez de éstos (sobre todo en deportistas sin experiencia previa en altitud).

Precisamente por todo esto -y en abierta concordanza con Bernstein, 1967; Suslov, 1976; Suchilin y Laptev, 1980; Boronin, 1981; Terrados, 1992 y Alonso, 2000- se considera lógico y racional orientar todos los esfuerzos hacia la elaboración y ejecución de un programa especial de entrenamiento, basado en la estancia y preparación técnico-deportiva durante un mínimo de 21-25 días (3-4 semanas) en centros elevados a una altura de 1.800-2.500, y orientado a reducir -a la mínima expresión- los efectos negativos que produce en el deportista la competición en condiciones de hipoxia o, en su defecto, aumentar -a la máxima expresión- los beneficios que dicha estancia y preparación ofrece a los deportistas, durante las competencias a nivel del mar. El precitado período de 21-25 días de estancia, como mínimo en condiciones de hipoxia, corresponde perfectamente con el tiempo promedio en que se produce la adaptación y/o acomodación del organismo a la altura media.

Reflexionando acerca del impacto de lo analizado (conclusión).

Lo que se quiere significar sobre manera -con las anteriores observaciones, revelaciones y descripciones- es que todos esos factores y tendencias inevitablemente traen consigo consecuencias que, a su vez, impactan cuali-cuantitativamente en las nuevas formas (alternativas) de entrenar y, por ende, en el nivel de desarrollo del deporte mundial. Es decir, dichos factores y tendencias se pueden definir como las concausas que conducen y producen los inevitables cambios en todo el complejo sistema de preparación deportiva, reflejados en tres aspectos básicos: 1. Cambios en el proceso didáctico de enseñanza-aprendizaje de las acciones motrices; 2. Cambios en las tácticas de competición; 3. Cambios en los sistemas de entrenamiento y competición. A

diferencia de los años anteriores a la década del 80, del siglo pasado, dichos cambios se están orientando al unísono hacia el predominio de la intensidad sobre el volumen, mostrando como premisa fundamental el hecho de realizar igual o mayor cantidad de componentes físicos, técnicos, tácticos y psíquicos en menor unidad de tiempo. Asimismo, dichos cambios impactaron -y actualmente impactan- significativamente no sólo sobre las nuevas formas de programación y planificación del proceso de preparación, sino sobre la manera que habría de abordarse la recuperación (restauración) de los deportistas hacia el entrenamiento y/o competencia de turno, dada la tan rápida y profunda fatiga que propina el solo aumento de la intensidad de los esfuerzos físicos. De allí que el Proceso de Recuperación sea considerado como “uno de los secretos mejor guardado” del deporte de alto rendimiento.

El aumento de la intensidad de los esfuerzos físicos y la consecuente dificultad que ésta representa para con la recuperación efectiva y a tiempo del deportista, es sin duda alguna el detonante de la férrea batalla bioquímica que se originó, de un lado, por la producción de sustancias estimulantes e inhibitoras de las reservas psíquicas y funcionales y, del otro lado, por la detección de las mismas (Agencias Antidopaje). En otras palabras, el impacto que produce esa tan rápida, amplia y profunda fatiga se refleja y reflejará en la variable **tiempo**, dando lugar a nuevas formas de distribución en el tiempo de todas las acciones y elementos componentes del sistema de preparación (Programación y Planificación) y en cómo restaurar a los deportistas de manera efectiva y a tiempo (recuperación - Restauración).

Precisamente por todo esto, se puede considerar que los actuales sistemas de entrenamiento no sólo se basan en la predominancia correlativa de la intensidad sobre el volumen, sino que han venido impactando contundentemente en la reconstitución racional y a tiempo de los deportistas hacia el entrenamiento o competición de turno.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, J. e Iznaga, A. (2000). **Influencia de la altitud en el organismo del deportista**. Caracas: Episteme.
- Bernstein, A. (1967). El hombre en condiciones de altitud media. Alma Ata: Editorial KAZACH-TAN.
- Centro nacional de salud ambiental. (2004). Calor extremo. (documentos en línea) Disponible en: www.cdc.gov/nceh/emergency/spanish/calorextremo.htm
- Coyle, E. (1998). Cardiovascular drift during prolonged exercise and the effects of dehydration. *Revista de medicina deportiva*, 19(s/n), 121 – 124
- Gonzalez – Alonzo, J. (1998). Separate and combined influences and dehydration and hyperthermia on cardiovascular responses to exercise. *Revista de medicina deportiva*, Volumen XIX, (s/n), 111-114.
- Kositsky, G. (1985). **Fisiología humana**. Moscú: Medicina.
- Kots, Y. (s/f). **Fisiología deportiva**. Moscú: Cultura física y deporte.
- Platonov, V. (1984). **Teoría y metodología del entrenamiento deportivo**. Kiev: Visha Shkola
- Ramírez, J. (1999). Análisis comparativo de gestión deportiva. Ponencia presentada en el Congreso Internacional de Alta Gerencia del Deporte y Simposio de Medicina del Deporte. Teatro del Hotel Maracay, Maracay-Estado Aragua.
- Ramírez, J. (2001, Abril 30). La conducción privada, pública e híbrida del deporte. *El Siglo*, p. c-22.
- Ramírez, J. (2009). Modelos comparativos de gestión deportiva. *Actas científicas del Congreso Internacional de Gerencia Deportiva*. (pp. 140-148). Turmero-Venezuela: EDUFISADRED
- Raymond, R. y García, O. (2009). Implementación de nueva prueba de terreno para el control médico del sable.
http://www.imd.inder.cu/tesis_subidas/TM_Ramires_Raymond.pdf. (consultado el 15 de enero de 2013).
- Suchilin, A. y Laptev, A. (1980). Acerca de la preparación de los jóvenes futbolistas hacia los juegos en altura media. *Teoría y Práctica de la Cultura Física*, (4), 22-25.
- Suslov, F. (1976). Acerca del aumento de la efectividad del entrenamiento deportivo en condiciones de altura media. *Teoría y Práctica de la Cultura Física*, (12), 18-50.
- Terrados, N. (1992). Fisiología del ejercicio en altitud. En J. González (Ed.), **Fisiología de la actividad física y del deporte**. (pp. 287-298). Madrid: Iberoamericana/ MacGraw-Hill.
- Zimkin, N. (1975). *Fisiología humana*. La Habana: Científico-Técnica.

PLAN ESTRATÉGICO PARA LA ADECUACIÓN DE LOS ESPACIOS DEPORTIVOS A DISPOSICIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA MODALIDAD DE EDUCACIÓN ESPECIAL

RESUMEN

La investigación tiene como finalidad proponer un Plan Estratégico para la Adecuación de los Espacios Deportivos en Disposición de los Estudiantes de la Modalidad de Educación Especial de la Parroquia Alto Barinas del Estado Barinas, con el propósito de que se cumpla lo establecido de las normas de la Comisión Venezolana de las Normas Industriales (COVENIN), para el fácil acceso a las instalaciones deportivas del estado, así mejorar la calidad de vida, la integración a la sociedad y a la participación en diferentes actividades deportivas, recreativas y culturales, basándose en algunos artículos de diferentes teniendo como base la Constitución de la Republica Bolivariana de Venezuela. La metodología de esta investigación está orientada a la modalidad de Proyecto Factible de tipo de investigación de campo de nivel descriptivo. La población y la Muestra de estudio estuvo conformada por 28 personas entre docentes, auxiliares, directivos, trabajadora social que laboran en el Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas (TEVBB) de la Parroquia Alto Barinas del Estado Barinas. El trabajo consta de tres fases: I el diagnostico que consiste en conocer la situación real de las instalaciones deportivas, la fase II determinar la factibilidad técnica, financiera y mercadeo del plan estratégico y la fase III diseñar un plan estratégico, la misma se aplicara un instrumento de tipo Liker que estará conformado por 3 partes, dentro de las conclusiones más importantes se encuentra la necesidad imperante que existe en la adaptación y mejoras arquitectónicas que deben darse en la instalaciones deportivas para el uso adecuados de estos espacios por parte de la población con Discapacidad.

Palabras claves: plan estratégico, espacios deportivos, estudiantes de educación especial.

AUTORES:
PROFA. MARÍA POLEO

*UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE
LOS LLANOS EZEQUIEL ZAMORA*
Correo: mpoleo18@gmail.com

PROFA. SÁNCHEZ, LEYDA.

Educación Especial Barinas
Correo: ley299@hotmail.com

Recibido: 07/06/2013

Aceptado: 01/07/2013

STRATEGIC PLAN FOR THE ADEQUACY OF SPORTS SPACES AVAILABLE TO STUDENTS OF SPECIAL EDUCATION MODE

ABSTRACT

The research aims to propose a strategic plan for the Adequacy of the Goods in Disposal Areas Students of Special Education mode Parish Alto Barinas Barinas State, for the purpose of enforcing the provisions of the Commission's rules Venezuelan Industrial Standards (COVENIN) for easy access to sports facilities in the state, thereby improving the quality of life, integration into society and participation in various sports, recreational and cultural, based on some different items on the basis of the Constitution of the Bolivarian Republic of Venezuela. The methodology of this research is aimed at Feasible Project mode type of field research descriptive level. The population and study sample consisted of 28 people including teachers, assistants, managers, social worker working in the Vocational Education Workshop Bolivarian Barinas (TEVBB) of the Parish Alto Barinas Barinas State. The work consists of three phases: I diagnosis that is to know the real situation of the sports facilities, Phase II to determine the technical, financial and marketing strategic plan and phase III design a strategic plan, it will implement a Likert-type instrument that will consist of 3 parts, in the most important findings is the critical need that exists in the adaptation and architectural improvements that should be in the sports facilities for the proper use of these spaces by the population Disabilit.

Key words: strategic plan, sports space, special education students.

INTRODUCCIÓN

La misión de la Educación Especial es favorecer el acceso y permanencia en el sistema educativo de niños, niñas, jóvenes y adultos que presenten necesidades educativas especiales, proporcionando los apoyos indispensables dentro de un marco de equidad, pertinencia y calidad, que les permita a las personas con discapacidad desarrollar sus capacidades al máximo e integrarse educativa, social y laboralmente a la sociedad. De esta manera se plantea la conveniencia de adaptar los medios disponibles en las instituciones educativas para la práctica de la actividad deportiva a las necesidades de sus estudiantes que presentan alguna deficiencia de orden mental, sensorial o física.

De esta manera, la educación física, el deporte y la recreación es una materia académica amparada en el proceso de la cultura física, donde se debe dar respuesta a las necesidades y posibilidades bio-psico-sociales de quienes la practican. En función de estas posibilidades antes mencionadas, el docente de Educación Física y Deporte es el encargado asumir y respetar el nivel de individualización de la actividad deportiva para que se adapte a la necesidad del practicante para propiciar su bienestar físico, mental y social.

Según, Toro (2005) para que el proceso de la actividad física deportiva en los estudiantes con discapacidad sea efectivo debe tomarse en cuenta:

“Las diferencias de edad, sexo, desarrollo físico-motor y potencialidades de los estudiantes que practican actividades deportivas en la institución, para establecer las estrategias a emplear en correspondencia con sus características y necesidades, además determinar los tipos de recursos disponibles para acceder a tales respuestas” (p.78)

De este modo, las actividades motrices, juegos y deportes constituyen una posibilidad para la formación y desarrollo mental, social y físico realmente beneficiosa para poblaciones con algún tipo de deficiencias y ha de estar encaminada al desarrollo de las capacidades pues promueve la participación de los niños, jóvenes y adultos con discapacidad en concordancia a sus posibilidades, y a propiciar la valoración individual y su inserción social. Poleo (2006).

Para Joly (2001) “la discapacidad es una

construcción social, es algo que se construye a diario en las relaciones sociales entre las personas, entre los grupos sociales, en el tejido social” (p.8) . Se construye en las decisiones que se toma, en las actitudes que se asumen, en la manera que se estructura el entorno físico, social, cultural e ideológico, es así, como un aspecto importante es la concepción y la sensibilidad de la sociedad ante las personas con discapacidad.

Es importante destacar la participación de las personas con discapacidad en diferentes disciplinas deportivas en los primeros juegos para atletas con discapacidad que se organizaron en 1948 en Inglaterra y estaban enfocados para las personas en silla de ruedas, cuatro años más tarde en 1952, los atletas de los Países Bajos se unieron a esta competición y así nacieron los primeros Juegos Paraolímpicos oficiales para deportistas con Discapacidad por primera vez en Roma en 1960.

En este sentido, Zucchi (2006) expone que los “Juegos Paraolímpicos de Atenas 2004 incluyeron competiciones en diversos deportes, entre los que destacan atletismo, baloncesto, ciclismo, esgrima, equitación, fútbol, hípica, judo, natación, rugby, tenis de mesa, tenis, gimnasia, halterofilia, vela, balonmano, voleibol y deportes acuáticos” (p.59). Para la Justas Deportivas los deportistas especiales, se clasifican según el tipo de discapacidad y el grado de minusvalía para conseguir así un nivel justo en competición

El mismo autor antes mencionados describe que un aspecto indispensable en las competiciones y entrenamientos preparatorios para esta población con Discapacidad es la infraestructura deportiva la cual debe estar en adecuadas condiciones, de tal manera que las vías de acceso a los estadios y canchas deportivas deben contar pasamanos, señalización específica, rampas, salidas de emergencia y seguridad, iluminación, acústica y contrastes, baños adaptados, puestos preferenciales, entre otros además de medios de transporte adaptados también.

En Venezuela, según Poleo (2006) una vez que el estudiante con discapacidad física ha podido acceder al centro educativo los problemas se evidencian en cómo poder desplazarse libremente a través de las distintas estancias y poder acceder a los sitios de ocio y recreo. Es decir, la accesibilidad dentro de los centros

educativos y deportivos en su mayoría evidencia ausencia de ascensores, elevadores, espacios que permitan una amplitud de maniobra, pisos antideslizantes, rampas, baños adaptados, señalizaciones. En muchas oportunidades se cree que la solución es hacer accesible hacer accesible la planta baja del edificio con un rampa, debe crearse condiciones de accesibilidad en toda la construcción arquitectónica.

Mientras este tipo de barreras arquitectónicas persista dentro del entorno educativo y deportivos los estudiantes con discapacidad no podrán desplazarse libremente, ni explorar, manipular, cooperar, y por lo tanto, no se logrará su integración educativa, ni su autonomía y crecimiento personal y social.

En el Municipio Barinas del Estado Barinas cuenta con algunas instituciones de Educación Especial, donde según observaciones realizadas por las autoras de esta investigación, se percibe el incumplimiento con el artículo 31 de la Ley para las personas con Discapacidad, el cual hace referencia a las normas de la Comisión Venezolana de Normas Industriales (COVENIN), donde los entes de administración pública y privada deben planificar, diseñar adecuar los espacios para el uso educativo, deportivo, atención de salud y sitios recreativos para el acceso y desplazamiento a las personas con discapacidad, por lo que se limitan y a su vez se les dificulta realizar actividades deportivas y recreativas para el sano desarrollo físico, moral social, a su vez ser integrada a la comunidad. En vista de lo antes planteado, y por entrevista realizadas por el docente de Educación Física de la modalidad de Educación Especial, se pudo conocer que en algunas de esas instituciones de educación especial no cuentan con un espacio deportivo por lo que los docentes de educación física tienen que salir con los estudiantes a otras instalaciones deportivas adyacentes para impartir la clase, corriendo el riesgo de un accidente, por lo que el acceso a dichas instalaciones se dificulta ya que no están adecuadas para los estudiantes con discapacidad.

Un caso particular son los estudiantes del instituto Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas, los cuales por observaciones y entrevistas realizadas se constató que

utilizan varias instalaciones externas como: El Club Español, La Ciudad Deportiva, la Cancha Móvil y la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Ezequiel Zamora (UNELLEZ), cabe destacar, que en esta casa de estudio a los estudiantes se les dificulta ingresar por la parte interna de la Universidad (el Domo) ya que no hay una infraestructura arquitectónica adecuada para las personas con discapacidad como: rampas, pasa manos, avisos luminosos para los ciegos y deficientes visuales, iluminación, las canchas múltiples y la pista se encuentran en condiciones de deterioro.

Tomando en consideración la problemática señalada, se presenta esta propuesta: un plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos en disposición de los estudiantes de la modalidad de educación especial de la parroquia alto barinas, la cual considera los aspectos y fundamentos más importante para solventar la situación de las personas con discapacidad. Para culminar es importante precisar mediante esta investigación las respuestas las siguientes interrogantes: ¿Es necesario proponer un plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial del Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas de la Parroquia Alto Barinas del Estado Barinas? ¿Cuál será la factibilidad técnica, de mercado y financiera para la ejecución de un plan estratégico? ¿Cuáles será los elementos que constarán el plan estratégico?

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Proponer un plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial del Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas de la Parroquia Alto Barinas del Estado Barinas.

Objetivos Específicos

Diagnosticar la necesidad de un plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial del Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas de la Parroquia Alto Barinas del Estado Barinas

Determinar la factibilidad técnica, jurídica,

financiera y mercadeo de un plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial del Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas de la Parroquia Alto Barinas del Estado Barinas

Diseñar un plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial del Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas de la Parroquia Alto Barinas del Estado Barinas.

TEORÍAS QUE SUSTENTAN EL ESTUDIO

La Práctica Deportiva dirigida a las Personas con Discapacidad

La práctica de deportes en el discapacitado mejora su calidad de vida, su autoestima y se vincula como un individuo útil a la sociedad. Por tanto el deporte y la calidad de vida son aspectos inseparables en el caso del discapacitado, ambos implican el disfrute, la participación colectiva y en esencia su mejoramiento, rendimiento funcional e integración social.

Según Zucchi (2006) el proceso de desarrollo de la actividad física “es un hábito que brinda al ser humano una herramienta de desarrollo integral tanto en el aspecto físico, mental, social, afectivo y emocional, que constituye un modo de expresión esencial en la etapa infantil” (p.58). Es una actividad indispensable para el desarrollo de las capacidades motoras, cognitivas y de relación. El deporte ayuda en un principio a abstraerse por momentos de los inconvenientes que esas barreras acarrear; además fortalecerá su psiquis (afectividad, emotividad, control, percepción, cognición). Pero lo que es más importante es que el deporte crea un campo adecuado y sencillo para la auto -superación, ella busca establecer objetivos a alcanzar para poder superarse día a día y luego a partir de ellos proyectar otros objetivos buscando un reajuste permanente, también la auto-superación no sólo acarrea beneficios de índole psicológica sino también social.

Según Cabrera y Sosa (2008) mencionan que hasta hace poco, los deportes de recreación se consideraban la “panacea para resolver todos los males del deporte corrupto de competición” (p.37). Probablemente esta idea ha surgido como

reacción espontánea a los muchos efectos indeseables del deporte profesional, o puede haber surgido de un exagerado entusiasmo por el enfoque recreativo. Ambas formas de practicar deportes tienen sus ventajas, y lo que para una persona es una ventaja bien puede ser una desventaja para otra. Es importante ser conscientes de la naturaleza de la elección y de sus consecuencias. Los logros y la competición pueden ser experiencias educativas importantes para los jóvenes. Pero esto no hace que la recreación sea menos importante, sobre todo en una sociedad cada vez más preocupada por el ocio.

El deporte adaptado representa una real importancia en el desarrollo personal y social del individuo que lo practica. Uno de los principales beneficios a tener en cuenta es aquel de índole psicológico. Toda persona con alguna disminución de sus capacidades deberá enfrentar una sociedad construida sobre parámetros normales, siendo muchas veces estos parámetros las barreras que diariamente las personas con discapacidad deberán sortear. Para Joly (2001) “el deporte ayudará en un principio a abstraerse por momentos de los inconvenientes que esas barreras acarrear; además fortalecerá su psiquis” (p.29). Pero lo que es más importante es que el deporte crea un campo adecuado y sencillo para la auto-superación, busca establecer objetivos a alcanzar para poder superarse día a día y luego a partir de ellos proyectar otros objetivos buscando un reajuste permanente.

De la mano de los beneficios psicológicos del deporte adaptado aparecen los beneficios sociales. Entender que todas las personas pueden practicar deportes y recibir este servicio como un bien social más, es el principio de la inserción social y por ende el primer paso hacia la integración.

Según Zucchi (2006) existe el deporte adaptado escolar que beneficia al estudiante con discapacidad y desarrolla en el área motriz “cualidades perceptivo motoras, habilidades motoras, cualidades condicionales, coordinativas, los medios para poder desarrollarlas son: la psicomotricidad, la recreación, la gimnasia, los juegos, pre-deportivos e inicio al deporte” (p.86). Esta metodología de trabajo que se realiza generalmente en las escuelas, y es aquella que luego

permitirá incorporar las técnicas y el entrenamiento específico de cualquier disciplina deportiva.

Las Discapacidades y la Accesibilidad

Toda discapacidad tiene su origen en una o varias deficiencias funcionales o estructurales de algún órgano corporal, y en este sentido se considera como deficiencia cualquier anomalía de un órgano o de una función propia de ese órgano con resultado discapacitante. Partiendo de esta distinción básica promovida por la Organización Mundial de la Salud a través de la clasificación internacional del funcionamiento de la discapacidad y de la salud (CIF), se puede identificar numerosas clases de deficiencia asociadas a las distintas discapacidades, según Fonadi (2002) son “1. Discapacidad Visual: Glaucoma, desprendimiento de retina, ceguera. 2. Discapacidad Física: distrofia muscular, distrofia muscular miotónica, distrofia muscular de Duchenne, poliomielitis, 3. Discapacidad Psíquica, psicosis orgánica. 4. Discapacidad Mental: Síndrome de Down, autismo y 5. Discapacidad auditiva” (p.36). Por tanto, el ambiente en que vive una persona tiene una enorme repercusión sobre la experiencia y el grado de la discapacidad. Los ambientes inaccesibles crean discapacidad al generar barreras que impiden la participación y la inclusión.

De este modo, se debe tomar en cuenta la accesibilidad que según González (2010)

“Es la actividad por la que se concibe o proyecta, desde el origen, y siempre que ello sea posible, entornos, procesos, bienes, productos, servicios, objetos, instrumentos, dispositivos o herramientas, de tal forma que puedan ser utilizados por todas las personas, en la mayor extensión posible sin importar su condición” (p.86).

Y Sainz (2003) expone los 7 principios del diseño universal

1. Uso Equitativo- Diferentes habilidades
2. Uso Flexible- Se adapta al usuario
3. Uso Simple y Funcional Intuitivo- Fácil de Entender
4. Comprensible- Información Perceptible
5. Tolerancia al error Protege- Aísla y elimina el riesgo
6. Bajo esfuerzo físico- Eficiente con el esfuerzo empleado

7.-Acceso y Uso dimensionado- Adecuación del espacio y el tamaño.

Por consiguiente, González (2010) clasifica los tipos de barreras que existen en las instalaciones deportivas para las personas discapacitadas:

“Vías de acceso a los edificios deportivos: accesos, peldaños de las escaleras, pasamanos, bordes de aceras, reserva de aparcamientos para minusválidos, características del pavimento, paso de peatones, avenidas peatonales, señalización vertical, señalización específica, mobiliario urbano complementario, cabinas telefónicas, papeleras, quioscos y bares. Barreras de acceso: escaleras, peldaños, barandillas, pasamanos, planos, rampas, elevadores, puertas de acceso. Barreras interiores: puertas de acceso e interiores, zonas de paso, graderío, pasillos, ascensores, salidas de emergencia, seguridad, baños, duchas, sanitarios, cabinas de vestuarios, guardarropas, iluminación, acústica, contrastes, comunicación y dispositivos de mano” (p.53)

Las Instalaciones Deportivas Accesibles a las Personas con Discapacidad

Hablar de accesibilidad es hablar de igualdad de oportunidades. La creación de entornos arquitectónicos, programas y herramientas deportivas accesibles lo cual hace posible que todas las personas, independientemente de sus capacidades, pueda acceder a la educación, al deporte y a la formación escogida para su desarrollo e independencia personal.

Según, González (2010) la adecuación de espacios deportivos accesibles para todos persona que por una condición física está obligada afrontar diariamente barreras arquitectónicas, diseñadas y construidas en nuestra ciudad, las cuales no solo limitan y discriminan, sino que también deterioran la calidad de vida de una gran población que presenta alguna discapacidad. Actualmente, existen diversos grupos de personas en situación de discapacidad, que han tenido que enfrentar diferentes situaciones de vulnerabilidad, viéndose inmersos en escenarios de inequidad, discriminación y de falta de oportunidades, teniendo que soportar durante años y aun en nuestros días, entornos que no les brinda las garantías necesarias para un desarrollo integro (físico, psicológico, familiar y social), equitativo y en iguales condiciones.

Planeación Estratégica

Para Van Der Paris (2005), la planeación estratégica se puede definir como el “proceso mediante el cual la empresa se relaciona con su medio ambiente, la competencia, el mercado nacional y extranjero, mediante unos pasos lógicos para llegar a unos objetivos predeterminados” (p. 55). En ese sentido, el pronóstico hecho en cuanto al mercado y la planeación de la producción, orientan la operación de la empresa para definir objetivos y metas considerando la posición competitiva de esta en el medio de la economía global actual, con una proyección futurista, así como también, buscar alternativas estratégicas e identificar las oportunidades, amenazas, fortalezas y debilidades con relación a la competencia.

Con una caracterización totalmente diferente de la planificación estratégica, que viene a complementar la antes expuesta encontramos al autor Paris (Ob.cit.), en su libro *La planificación Estratégica en las Organizaciones Deportivas*, en el cual señala que son seis las características más importantes y significativas del proceso de esta planificación (p. 15). Para este autor, la importancia de la planificación estratégica vista desde una perspectiva deportiva se centra en el éxito de las siguientes características: (a) La formalidad ya que conlleva un método en su realización, aprobación y seguimiento, teniendo como resultado un plan estratégico; (b) globalidad por cuanto, es corporativa afectando el conjunto de la organización, señalando sus objetivos y estrategias comunes; (c) realista porque parte de objetivos posibles; (d) flexible, capaz de adaptarse a los cambios del entorno; (e) continua en el tiempo, y por último (f) aceptación por el conjunto de la organización, el conocimiento y aceptación de esta planificación en toda la organización juega un papel preponderante en la misma.

METODOLOGÍA

Esta investigación se ubicó en la modalidad de Proyecto Factible, por cuanto persigue la solución de problemas institucionales, para una mayor comprensión de los que es un Proyecto Factible retoma lo expresado por la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2011), que la define como “la elaboración y desarrollo de

una propuesta de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organismos o grupos sociales”. (p. 23).

Además la investigación se sustenta en una investigación de campo que Según Busot, (1998). “es aquella que consiste en la recolección de datos directamente de los sujetos investigados o de la realidad donde ocurren los hechos” (p.31). Continuando con el orden de ideas, el estudio se considera descriptivo, pues la investigación planteada describe en forma específica las características inherentes a la misma, de tal modo que permitirá evidenciar el proceso de adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial. De este modo, Busot, E. (Ob.cit) expone que la investigación descriptiva consiste “en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo con el fin de establecer su estructura o comportamiento” (p.24). Este tipo de investigación permitió integrar los datos con suficiente rigurosidad para que estos sean compatibles, completos y oportunos.

Diseño de la Investigación: Fase I Diagnóstica: En esta fase se realizó el diagnóstico a través de aplicación de un instrumento a los docentes para así verificar su efectividad y allí obtener los datos para elaborar las acciones. Fase II Factibilidad: en esta fase se analizó la disponibilidad de los recursos necesarios para llevar a cabo los objetivos o metas señalados. A partir de esto, se crearon soluciones alternativas para la adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial. Fase III Diseño: En esta fase de investigación se presentó un plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial del Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas. (UPEL 2011).

Población y Muestra: La población, en atención a Balestrini (2002), la define como “un conjunto finito o infinito de personas, casos o elementos que representen características comunes” (p.39). En la presente investigación la población abordada en este estudio es un total de 28 personas entre docentes, auxiliares, directivos, trabajadora social que laboran en el Taller de Educación Vocacional Bolivariano

Barinas (TEVBB) de la Parroquia Alto Barinas del Estado Barinas. Para la muestra la presente investigación se asumió lo planteado por Balestrini (Ob.cit), la muestra censal “la cual recoge la totalidad de la población por tener unidades de análisis pequeñas.” (p.190). La muestra estará comprendida en un total de 28 personas de la población.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Es de vital importancia recoger para la investigación la mayor cantidad de datos para lo cual existe una variedad de técnicas que se pueden utilizar, pero la elección de las mismas dependerá en gran cantidad del diseño de cada investigación. En la investigación se hizo necesario emplear técnicas e instrumentos que permitieron recoger y almacenar la información pertinente sobre las variables en estudio. En cuanto a los docentes se le aplicó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario (Ver anexo A) Para el cuestionario es una técnica, que trata de un conjunto de preguntas escritas rigurosamente estandarizadas, las cuales deben ser respondidas en forma escrita o por selección de criterios, en este caso específico se realizó a través de la escala tipo Likert de alternativas Siempre (S), Casi siempre (CS) Algunas Veces (AV) Casi nunca (CN) y Nunca (N); contenida de 16 ítems, dirigido a los

Docentes, auxiliares, directivos, trabajadora social que laboran en la institución.

RESULTADOS

Luego de aplicar el cuestionario se obtuvieron los siguientes resultados, se especificarán una muestra de estos con algunos aspectos realmente importantes par la investigación:

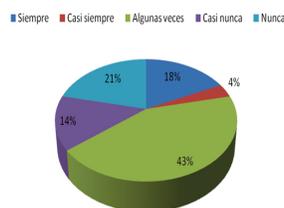
Ítem 2: ¿Es necesario la práctica deportiva aplicada a diferentes grupos de estudiantes con discapacidad?.

Cuadro 4 Distribución de frecuencias porcentuales para la Dimensión Discapacidad

Alternativas	Frecuencias	Porcentajes
Algunas veces	5	18%
Casi siempre	1	4%
SIEMPRE	12	43%
Casi nunca	4	14%
Nunca	6	21%
Total	28	100%

Fuente: Sánchez, Poleo (2012)

Gráfico 2



Ítem 3 Se observa carencia de los espacios deportivos en cuanto a las adaptaciones necesarias para los estudiantes con discapacidad.

Alternativas	Frecuencias	Porcentajes
Siempre	18	64 %
Casi siempre	6	22%
Algunas veces	4	14%
Casi nunca	0	00%
Nunca	0	00%
Total	28	100%

Gráfico 3



Cuadro 5 Distribución de Fuente: Sánchez, Poleo (2012)

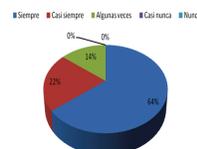
Ítem 4 Es importante asegurarse que los estudiantes con discapacidad tengan acceso a instalaciones deportivas.

Cuadro 6 Distribución de frecuencias porcentuales para la Dimensión Discapacidad

Alternativas	Frecuencias	Porcentajes
Siempre	9	64 %
Casi siempre	5	22%
Algunas veces	12	14%
Casi nunca	2	00%
Nunca	0	00%
Total	28	100%

Fuente: Sánchez y Poleo (2012)

Gráfico 3



CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

De acuerdo los resultados obtenidos en el diagnóstico se puede afirmar que en la institución en estudio presente una necesidad real de diseñar un plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos a disposición de los estudiantes de la Modalidad de Educación Especial del Taller de Educación Vocacional Bolivariano Barinas. Tomando en cuenta las respuestas la mayoría de los encuestados expresaron que siempre consideran que la práctica de deportes en el discapacitado mejora su calidad de vida, su autoestima y se vincula como un individuo útil a la sociedad. Sin embargo, en el indicador comunidad se mostró que la mayoría de los encuestados considera que siempre existe ausencia gubernamental para la adecuación de los espacios deportivos para las personas con discapacidad en las instituciones educativas, y por ello se hace necesario destacar que los consejos comunales tienen que contener un mandato dirigido a los entes públicos encargados de llevar a cabo el planeamiento urbanístico a fin de que estos elementos sean accesibles y/o transitables por todos los usuarios. Por lo que se amerita de manear prioritaria el diseño y puesta en de plan gerencial que asuma la materia de accesibilidad y promoción deportiva entre la población con discapacidad como un medio ideal para el mejoramiento de localidad de vida de estas personas representado un impacto positivo en la colectividad Barinesa.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cabrera y Sosa (2008). **Deporte Salud en Educación Especial**. Simposio sobre Educación Especial. Barinas Venezuela.
- Balestrini, M. (1999). **¿Cómo se Elabora un Proyecto de Investigación?** Caracas, Venezuela: Editorial Consultores Asociados B,L.
- Busot, E. (1998). **Metodología de la Investigación**. Maracaibo: Editorial: Universidad del Zulia
- González. V. (2010). **La accesibilidad y la Discapacidad**. Simposio sobre Educación Especial. Barinas Venezuela.
- Joly, L. (2001). La Discapacidad y la

complejidad social. disponible en <http://www.efideporte.com>. Consultado Junio 2012.

Paris, F. (1996). **La Planificación Estratégica en las Organizaciones deportivas**. 1ra Ed. Barcelona. España: Editorial Paidotribo

Poleo, M. (2006) Plan Estratégico Gerencial para el Desarrollo Deportivo de las personas con Discapacidad del Municipio Barinas. Tesis de Maestría UNELLEZ Barinas

Prado, J. (1992) **Manual de Actividades Psicomotoras para el Retardo Mental**. Mérida: Editado por el Consejo de Publicaciones de la Universidad de los Andes.

Toro, I. (2005). **La Educación Física Adaptada**. Disponible en [www. Esducino.com](http://www.esducino.com) consultado Mayo de 2012.

Universidad Pedagógica Experimental Libertador (1998). **Manual de Trabajo de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales**. Caracas. Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador Zucchi (2006). La evolución Paraolímpica. I Congreso de Deporte Especial. UNELLEZ Barinas.

Zucchi, P. (2006). El deporte adaptado. Disponible en <http://www.efideporte.com>. Consuslatado Febrero 2012.

PROGRAMA DE CAPACITACIÓN PARA LA OPTIMIZACIÓN DE LA GERENCIA DEPORTIVA DIRIGIDO A LOS COMITÉ DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE LOS CONSEJOS COMUNALES

RESUMEN

La investigación que se presenta a continuación es de tipo cuantitativa enmarcada bajo la modalidad de proyecto factible apoyado en un estudio de campo, nivel descriptivo, el cual se desarrolló en tres fases propuestas según lo describe este tipo de investigación. En su I fase se realizó el diagnóstico, en su segunda fase se determinó la factibilidad del proyecto desde el punto de vista de mercado, financiera, técnica y social, y en su tercera fase el diseño atendiendo a los resultados encontrados en las fases anteriores, el cual tiene como propósito la propuesta de un Programa de capacitación para la Optimización de la gerencia deportiva Dirigido a los Comité de Deporte del Consejo Comunal de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez, Municipio Barinas Estado Barinas. La población objeto de estudio para la investigación se correspondió con los miembros de la vocería de deporte de los Consejos Comunales registrados conformados por (66) individuos. A quienes se les aplicó a través de la técnica de la encuesta un cuestionario con veinte ítems debidamente validado y con su respectiva confiabilidad para recabar información a ser tratada posteriormente, siguiendo los pasos que implicó el proceso de investigación de manera que permitió detectar la necesidad de un programa de capacitación, además en función de ello y de los datos obtenidos proponer un programa de cuatro fases: cursos, talleres, jornada de inducción y jornada de orientación y a través de estos lograr el objetivo de la propuesta que es optimizar la gerencia deportiva en las juntas comunales de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez, así mismo este pueda servir a otras juntas comunales que presenten características similares.

Autor:

VÁSQUEZ RAMONA

*UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE
LOS LLANOS EZEQUIEL ZAMORA*
lapola96@gmail.com

Recibido: 31/05/2013

Aceptado: 02/06/2013

Palabras Claves: Programa de capacitación, Gerencia deportiva.

**PROGRAM OF INSTRUCTION FOR
THE OPTIMIZATION OF THE SPORT
MANAGEMENT DIRECTED TO THE
COMMITTEE ON RECREATION AND
SPORTS OF THE COMMUNAL
COUNCILS**

ABSTRACT

The research that follows is of type quantitative framed under the modality of feasible project supported in a field study, descriptive level, which was developed in three phases proposals as described this type of research. In its phase I the diagnosis was made, phase II was determined the feasibility of the project from the point of view of market, financial, technical and social, phase III design in response to the results found in the previous phases, which has as its purpose the proposal for a training program for the optimization of the sport management directed to the Sports Committee of the Municipal Council of the Parish Ramon Ignacio Mendez, Barinas Municipality Barinas State. The population under study for the research corresponded with members of the spokesman for sport of the Communal Councils formed by registered (66) individuals. Who answered a questionnaire properly validated and with their respective reliability to gather information to be treated later, following in the footsteps that involved the research process in a way that allowed detect the need for a training program. In addition based on this and the data obtained propose a program of four phases: courses, workshops, day of induction and a day of orientation and through these achieve the objective of the proposal is to optimize the sport management in the communal juntas of the Parish Ramon Ignacio Mendez, likewise this can serve to other boards that communal exhibit similar characteristics.

Key words: Training Program, sport management.

INTRODUCCIÓN

Considerando a los seres humanos como un recurso estratégico especializado de la organización, cotizados especialmente por sus conocimientos y por su capacidad insuperable de pensar, de imaginar soluciones y respuestas al conflicto, se realiza un trabajo de investigación enfocado en la organización deportiva. En este orden de ideas, hoy día es notable que las organizaciones precisen a un individuo con un alto grado de educación, un sostenido proceso de capacitación, entrenamiento y con un absoluto conocimiento como también un compromiso con los propósitos mayores de la organización, es decir debe constituir un recurso debidamente instruido. Al respecto Chiavenatto (2001) parte del término educación compartiendo el planteamiento de Arthur Whitehill, donde expresa que “la educación es la encargada de preparar a las personas para el ambiente dentro y fuera de su trabajo, ya sea institucionalizada o no” (p. 26), la educación le da al hombre las nociones básicas para que éste pueda desempeñarse en el campo profesional.

Según lo expresado por el autor, el desarrollo del recurso humano y en particular la educación y la formación, son fundamentales para la consecución de los objetivos propuestos por una organización, ya que se deben desarrollar mayores oportunidades para las mujeres y los hombres de obtener óptimos conocimientos sobre la función que desempeña en la comunidad, en condiciones de libertad, equidad, seguridad y dignidad humana.

Así pues, la educación y la formación son aspectos centrales del programa de formación y capacitación. Asimismo, Villegas (2002) hace especial referencia a “la educación como la encargada de impartir los conocimientos, actitudes y habilidades generales que son base en la formación del recurso humano para el desempeño en el ámbito laboral” (p. 31). Es indudable que al hablar de educación está implícita la idea de cambio, por tanto, todos los procesos están encaminados hacia el desarrollo de la organización y del personal, lo que conlleva a un mejoramiento del capital humano reflejado en mayor efectividad en el desempeño laboral y en calidad de los productos y servicios.

Hoy día, se han adoptado nuevos instrumentos

dinámicos sobre el desarrollo de los recursos humanos que se centra en la educación, la formación y el aprendizaje permanente. Este instrumento está orientado hacia el futuro que registra patrones en materia de políticas sociales y aborda los enormes problemas y exigencias a los que se enfrentan las personas en el siglo XXI, convirtiéndose la formación y la capacitación del recurso humano en un requerimiento relevante y necesario para el óptimo desenvolvimiento en las organizaciones y conocimiento de sus funciones.

Es así como, la administración del capital humano tiene como una de sus tareas proporcionar la capacitación, requerida por las necesidades de los puestos o de la organización; aunque la capacitación ayuda a los miembros de la organización a desempeñar su trabajo actual, sus beneficios pueden prolongarse a toda su vida laboral y pueden auxiliar el desarrollo de las personas para cumplir futuras responsabilidades. No se debe olvidar que las empresas u organizaciones dependen para su funcionamiento, evolución y logros de objetivos y primordialmente del personal con que cuenta. La educación, la formación y el aprendizaje permanente contribuyen de manera significativa a promover los intereses de las personas y por ende a la sociedad en su conjunto.

Seguidamente, a través de los medios de comunicación en Venezuela, se exhorta a los gobiernos municipales y regionales, a invertir y crear las condiciones necesarias para fortalecer la educación y la formación en todos los niveles de los consejos comunales para facilitar a sus integrantes una formación amplia y de calidad que garantice la competencia técnica y madurez profesional, así mismo procurar dotar a todos los participantes o beneficiarios de la formación de las habilidades necesarias y que de esta forma, revierta y beneficie de manera indirecta, al mayor número de personas; que cuente entre sus objetivos, poder dirigir las actuaciones, a la tecnificación deportiva, a la publicación, información y documentación, siempre en relación directa con el ámbito de la actividad física y del deporte.

En este orden de ideas, se reconoce que la educación, la formación y el aprendizaje permanente son fundamentales y que deberían constituir parte sustancial y guardar coherencia

con las políticas y programas integrales en el ámbito social los cuales revisten una significativa importancia para un crecimiento personal y por supuesto para el desarrollo social de la comunidad donde esta establecido.

No obstante, considerando las vivencias en el sistema educativo y en las comunidades, se ha venido observando algunas inversiones de gran impacto en instalaciones deportivas que benefician ambas partes, siempre y cuando estas sean utilizadas a través de actividades y eventos programados y planificados por los organismos y organizaciones competentes, los cuales cuentan con las personas capacitadas para el logro de los fines por el cual fueron construidos, sin embargo, las comunidades a través de sus voceros de recreación y deporte esperan la participación masiva.

De tal manera, que son estos individuos los que ponen en práctica y canalizan las acciones. Es el recurso humano el que aporta calidad a este proceso, por ello la capacitación gerencial deportiva de los miembros de los comités de Deporte y Recreación cobra una importancia central en los directivos, entrenadores, técnicos, monitores y promotores deportivos, entre otros, como protagonistas en la sociedad deportiva y su accionar, lo que permite señalarlo como capital humano determinante en la transformación de la misma. Según Velázquez (2008);

Es interesante indicar, que luchar por la formación y actualización constante de los recursos humanos que actúan en los comités de deporte y recreación de las juntas comunales es misión de todos los que de una u otra manera están relacionados con tan importante actividad social del ser humano. (P.7)

En este orden de ideas, se menciona que el municipio Barinas está conformado por 14 parroquias entre la cual se destaca la parroquia Ramón Ignacio Méndez y cuenta con 69872 habitantes según el último censo realizado por el Instituto Nacional de Estadísticas del Municipio Barinas (2009); se ubica en una de las parroquias con más número de habitante del municipio Barinas.

El mismo estima en sus proyecciones que para el (2012) pudiera estar habitada por 88228 personas; también se pudo constatar mediante la Fundación Comunal del Municipio Barinas

Fundacomuna, que actualmente dicha parroquia, cuenta con 33 consejos comunales debidamente organizados y registrados; es importante destacar que según conversatorios realizados con los diversos dirigentes deportivos y voceros de los comité de recreación y deporte que conforman los consejos comunales, se pudo conocer que en su mayoría se le presentan dificultades en la elaboración de proyectos, al coordinar y fomentar el desarrollo sistemático de las actividades a ejecutar, así como su evaluación respectiva, el cual trae como consecuencias improvisación, deficiencias en el desenvolvimiento gerencial, insuficiencias en la participación de los voceros de deportes y recreación en las actividades macro de los consejos comunales.

Por consiguiente se desarrolla un trabajo de investigación en el enfoque metodológico cuantitativo bajo la modalidad de proyecto factible, el cual permitió abordar el estudio en sus tres primeras fases; diagnostico, factibilidad y estructura de la propuesta, en un diseño de campo, siendo necesario valerse de un nivel descriptivo para el desarrollo general de la investigación y en donde su objetivo general fue proponer un programa de capacitación para la optimización de la gerencia deportiva dirigido al comité de recreación y deporte de los consejos comunales de la parroquia Ramón Ignacio Méndez del municipio Barinas estado Barinas.

TEÓRICO

Las diferentes teorías que dan soporte a la presente investigación están fundamentadas por los aportes de un grupo de autoras y autores relacionados con el campo deportivo, recreacional y su importancia frente a las diferentes comunidades; es entonces una visión panorámica del contenido, temática que giran alrededor del problema planteado.

Gerencia Deportiva

A continuación se mencionan las fases que engloban a la gerencia; la planificación, organización, coordinación y control; éstas dependerán de la condición, y disponibilidad de los gerentes, por sus destrezas en la toma de decisiones. Seguidamente de este contexto no

se escapa la administración deportiva en el contexto de la innovación en los cambios socio – culturales y la competitividad. Cabe citar a Machado (2003) quien afirma:

La Gerencia Deportiva es una idea novedosa concebida en respuesta a las realidades específicas del actual momento deportivo. Se trata de ofrecer a los dirigentes deportivos un punto de referencia que nos ayude a clasificar sus roles y a conocer los sistemas técnicos y métodos gerenciales aplicables al área deportiva, con el objeto de mejorar y potenciar sus habilidades y destrezas como líderes del quehacer Deportivo Nacional, Estatal, Municipal y Local (p. 11).

En consecuencia se hace presente nuevos paradigmas en los que el gerente accede para la puesta en práctica de habilidades al enfrentar los cambios organizacionales para la preparación avanzada de sus funciones como líder y de todos los integrantes del proceso organizacional; en este sentido, las actividades deportivas con una visión globalizante involucran a toda la sociedad.

La Capacitación

La capacitación se refiere a un conjunto de actividades pedagógicas que tienen como objetivo el desarrollo de la calidad de los conocimientos, habilidades y actitudes del ser humano que se encuentran con determinadas funciones. Por su parte (Mc Logan, P. 2004) establece que “es un proceso destinado a expandir y acelerar el aprendizaje para mejorar el desempeño de los individuos dentro de las organizaciones” (p.2).

Mientras que Gore, E. (1998), identifica que “la capacitación es, potencialmente un agente de cambio y de productividad en tanto sea capaz de ayudar a la gente a interpretar las necesidades del contexto y a adecuar la cultura, la estructura y la estrategia a esas necesidades” (p.4) y según Clark, D. (1999), “es una herramienta de crecimiento de las instituciones de la administración pública que establece la identidad para los colaboradores de una institución, utilizando la dinámica laboral como compromiso social” (p.8).

De lo antes planteado, tomando en cuenta las teorías al respecto, se enfoca el tema de la

capacitación en el área deportiva orientada como fortalecimiento hacia un cambio de conocimientos en habilidades y actitudes en los Comité de Recreación y Deporte de los Consejos Comunales de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez del municipio Barinas; para que así contribuyan, impulsen y fortalezcan la calidad de vida a las personas dentro de las comunidades, buscando la convivencia, comunicación, el rescate de valores, la utilización del tiempo libre, a través de la actividad física y la recreación, motivando a la vez la participación social en beneficio del desarrollo integral familiar comunitario.

En cuanto a los programas de capacitación de personal, van desde el planeamiento hasta la evaluación de tareas. La programación de la capacitación exige una planeación que incluya las siguientes: enfoque de una necesidad específica, definición clara del objeto de la capacitación, división del trabajo a ser desarrollado en módulos, paquetes o ciclos, elección de los métodos de capacitación, considerando la tecnología disponible, definición de los recursos necesarios para la implementación de la capacitación, como tipo de entrenador o instructor, recursos audiovisuales, maquinas, equipos o herramientas necesarias, materiales manuales, y otros.

Así mismo cabe destacar que los elementos que conforman un programa de deporte deben estar dirigidos a brindar la oportunidad para que los participantes descubran su potencial de intereses, talentos, habilidades, adiestramiento y educación en la creatividad y aprovechamiento del tiempo libre. Al respecto Pérez (2005) propone los siguientes elementos: “Identificación, Objetivos, Estrategias, Recursos: financieros, humanos y Evaluación” (p. 113). Los cuales juegan un papel imprescindible en el ámbito gerencial y sobre todo en las personas que se encuentran al frente de una organización; estos permitirán un desenvolvimiento eficaz.

Consejos Comunales

Los consejos comunales esta constituido por un grupo de personas que forman parte de una determinada comunidad y surge como una necesidad de las organizaciones en las comunidades y según artículo uno (1) de la ley de consejos

comunales;

Son instancias de participación, articulación e integración entre las diversas organizaciones comunitarias, grupos sociales y los ciudadanos y ciudadanas, que permiten al pueblo organizado ejercer directamente la gestión de las políticas públicas y proyectos orientados a responder las necesidades y aspiraciones de las comunidades en la construcción de una sociedad de equidad y justicia social.

Los consejos comunales son la forma de organización más avanzada de los vecinos de una determinada comunidad para asumir el poder popular y poner en práctica la toma de decisiones. Los alcances de contar con los consejos deportivos en la comunidad es que permite que los deportistas sean parte del gobierno local, que se establezca la democracia participativa y protagónica, que se democratice la elaboración del presupuesto municipal de inversión y se incentive la gestión deportiva con sentido de responsabilidad compartida entre el gobierno local y la comunidad que integran los deportistas de cualquier edad.

En este orden de ideas se hace referencia al Ministerio del Poder Popular para las Comunas y Protección Social (2008), universalización del deporte y la recreación al alcance de las mayorías para promover programas de desarrollo integral deportivo en niños, niñas, adolescentes, adultos y 3ª edad. Proponer a la comunidad Normativas de uso de los espacios deportivos y recreativos, que conlleven a una distribución equitativa y colectiva del tiempo de uso, responsabilidades, comisiones de funcionamiento y mantenimiento. Captar a través de las actividades recreativas y deportivas a los atletas destacados.

METODOLOGÍA

La investigación se encuentra ubicada dentro de las ciencias sociales, atiende de manera directa un hecho que se desarrolla en una entidad siendo el centro de atención el ser humano como sujeto que recibe la aplicación de transformación social como ente responsable del sector deporte. Al respecto, Becerra (2000), sostiene que “las ciencias sociales tienen por objeto el planteamiento de los eventos producto de la relación entre los seres humanos” (p.32), así como

también, Tamayo (2003) menciona que “las ciencias fácticas, inician la investigación de una forma controlada, sistematizada y crítica”(p. 27). En tal sentido el modelo paradigmático asumido es cuantitativo en razón a que los datos obtenidos para el logro de los objetivos son susceptibles de medición.

Con respecto al tipo de investigación se enfocó en la modalidad Proyecto Factible de la cual la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, el Manual de Trabajo de Grado, Maestría y tesis Doctoral (2010) plantea: “El proyecto factible consiste en la investigación, elaboración y desarrollo de una propuesta de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organizaciones o grupos sociales”. (p. 21) Así mismo se refiere a la investigación de campo como “el análisis sistemático de problemas en la realidad, con el propósito, bien sea de describirlos, interpretarlos, entender su naturaleza y factores constituyentes, explicar sus causas y efectos o predecir su ocurrencia” (p. 18).

En este sentido y para los efectos de la investigación la población de estudio estuvo conformada por los miembros de los comités de recreación y deportes de los consejos comunales debidamente organizados y registrados para un total de treinta y tres (33), consejos comunales de la parroquia Ramón Ignacio Méndez del municipio Barinas estado Barinas, de los cuales se consideró los dos Vocero deportivo por comité, la población total fue de (66) personas.

Para la recolección de información en la presente investigación se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario, con una escala de estimación de tipo lickers con alternativa de respuestas de siempre (s), casi siempre (cs), algunas veces (av), casi nunca (cn), y nunca (n) y una cantidad de 20 ítems, el cual se aplicó a los integrantes de los comités de recreación y deportes.

Esto representa que el instrumento una vez diseñado sobre la base de la operacionalización de las variables fue sometido a la prueba de validez a través de la técnica juicio de experto utilizando los criterios: pertinencia, exhaustividad y claridad. En cuanto a su confiabilidad se aplicó los cuestionarios ya validados a una

muestra piloto de cinco (9) sujetos que no formaron parte de la muestra, pero con características similares a la población en estudio, una vez aplicado el instrumento a la muestra seleccionada se procedió al cálculo del coeficiente de confiabilidad por el método de Alpha de Cronbach, coeficiente indicado para cuestionarios con ítems de varias alternativas, dando como resultado: 0,85. Este resultado indica que el índice de confiabilidad es alto, positivo según la escala de rangos de Ruiz (2002: 70).

Finalmente se realizó el análisis estadístico-descriptivo por medio de la técnica de la relación porcentual manual que permitió la comprensión e interpretación de la misma; de allí toda la información obtenida se representó en cuadros y gráficos circulares. Para Morles (1985).”Los gráficos, cuadros y tablas aumentan la calidad de los trabajos científicos” (p.37).

RESULTADOS

La Propuesta de un programa de capacitación para la optimización de la gerencia deportiva dirigido a los comités de recreación y deporte de los consejos comunales de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez municipio Barinas, estado Barinas, surge debido a la necesidad detectada durante el diagnóstico de la investigación en función al compromiso de promover el desarrollo del deporte.

La relevancia de estos aspectos en toda organización es significativa por los constantes cambios de los sistemas sociales y las organizaciones socio comunitarias no escapan a esta realidad, por el contrario, les asegura su permanencia en el tiempo, debido a que la activación de todos los sistemas y funciones que garanticen una alta productividad y conlleve a

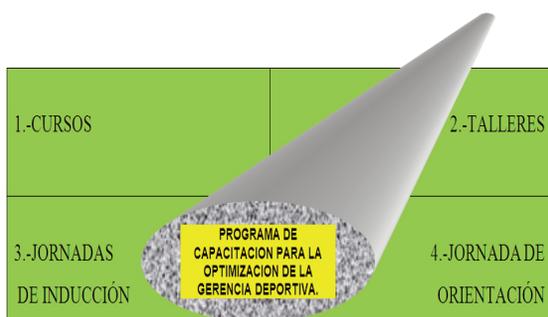


GRAFICO Nº 01. Fuente: Vásquez

CUADRONº 01.		Fuente Vásquez
1.-Cursos		
<i>Aspecto:</i> Planificación y planes estratégicos		
<i>Estrategia:</i> Ponencia y explicación por parte del facilitador a través de video beam.		
<i>Objetivo Específico:</i> Promover en los voceros de deporte y recreación el conocimiento teórico y práctico sobre aspectos necesarios en la gerencia deportiva.		
Contenido	Actividades y Estrategias	
<ul style="list-style-type: none"> - Plan - Planificación - Plan estratégico. - Estrategias para promover la gerencia deportiva. - Funciones de los Planes estratégicos de gerencia deportiva - Proceso para construir un plan estratégicos de gerencia deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dinámica de presentación. - Aplicación de la matriz F.O.D.A. personal - Exposición sobre plan, planificación, plan estratégico y estrategias de planificación deportiva. - Plenaria para establecer conclusiones de la actividad. 	
Lugar: Salón de usos múltiples de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez.		
Recursos	Tiempo	Evaluación
Humanos: Facilitador y voceros principales de los consejos comunales. Materiales: Equipos audiovisuales, materiales impresos, refrigerios, entre otros.	8 horas	Instrumento: Hoja de registro. Indicadores: - Participación activa del grupo. - Interés. - Motivación.

CUADRONº 02		Fuente Vásquez
2.-Talleres		
<i>Aspecto:</i> Sensibilización y desarrollo personal, hábitos y estrategias de la gente eficaz, el logro de la motivación, elaboración de proyectos e informes, organización y planificación de eventos, cooperativismo y relaciones públicas		
<i>Estrategia:</i> Mesas de trabajo y discusión.		
<i>Objetivo Específico:</i> Sensibilizar a los voceros del comité de deporte y recreación de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez.		
Contenido	Actividades y Estrategias	
<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilización y desarrollo personal. - Gente eficaz - Motivación - Proyectos e informes - Eventos - Cooperativismo - Relaciones públicas 	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación de los facilitadores. - Desarrollo de dinámica grupal rompe hielo. - Exposición sobre el tema con láminas en PowerPoint. - Ciclo de preguntas y respuestas. - Hoja de trabajo - Establecer conclusiones. - Cierre y despedida. 	
Lugar: Salón de usos múltiples de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez.		
Recursos	Tiempo	Evaluación
Humanos: Especialistas invitados y voceros principales de la junta comunal de la parroquia Ramón Ignacio Méndez. Materiales: Video Beam, computador, hojas blancas, marcadores, materiales impresos, entre otros.	14 horas	Instrumento: Guía de Observación. Indicadores: - Asistencia - Participación activa del grupo. - Motivación - Producción

una elevación de su capacidad general de trabajo. En ambos escenarios de la actividad física deportiva recreativa o para la salud son elementos propicios para el desarrollo de valores tales como: la tenacidad, optimismo, laboriosidad, responsabilidad, ejemplaridad, perseverancia, espíritu de sacrificio, abnegación entre otros; pero ello no se logra con solo ejemplos, también se necesita de afecto, de palabras, de hechos, en fin, se requiere de una capacitación y motivación permanente del capital humano.

CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados se considera necesario para la población Ramón Ignacio Méndez la puesta en marcha de un programa de capacitación para la optimización de la gerencia deportiva dirigido a los comités de recreación y deporte de los consejos comunales; esta necesidad se debe al deficiente conocimiento gerencial manifestado y observado en el desenvolvimiento de los comités de deporte y

recreación.

Por otro lado, los entes gubernamentales competentes de los consejos comunales difieren en cuanto a la preparación del personal seleccionado para cumplir funciones gerenciales, considerándose esta preparación clave para cumplir a cabalidad con el trabajo asignado.

Es importante señalar que la Parroquia Ramón Ignacio Méndez cuenta con infraestructuras adecuadas para el ejecutar un programa de capacitación. Además, existen espacios adecuados para tal fin. Asimismo, se observa la disposición del tiempo y gestión financiera por parte de los voceros de los comités de deporte y recreación de la parroquia Ramón Ignacio Méndez para participar en un programa de capacitación para la optimización de la gerencia deportiva dirigido a los comités de recreación y deporte de los consejos Comunales.

Es significativo señalar que la participación en las planificaciones de las jornadas deportivas y recreativas de la comunidad de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez es insuficiente, por lo que esa participación es ineludible para conocer de primera mano la necesidad presentada y en consecuencia planificar en función de esa necesidad.

Por ultimo se recomienda dar a conocer los resultados de los análisis y realidades encontradas en la presente investigación a los voceros de los comités de deporte y recreación de la Junta comunal de la Parroquia Ramón Ignacio Méndez y hacerla extensiva a otras comunidades con realidades similares.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arias, F. (2006). El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica. (5^{ta} Ed.). Caracas. Editorial Epísteme.

Becerra (2000) Las ciencias sociales. Primera edición. Caracas Venezuela.

Chiavenato, I. (2001). Administración de Recursos Humanos. México: Mc. Graw Hill

Gore, E. (1998). Agente de cambio y Productividad. Ediciones Nueva Sociedad México.

Ley de los Consejos Comunales (2010). Comisión Permanente de Participación Ciudadana, descentralización y Desarrollo Regional. Asamblea Nacional. Caracas. Venezuela.

Machado, R. (2003) Legislación Deportiva Venezolana. Editorial Avilarte. Caracas – Venezuela.

Mc Logan (2004). Formación y Capacitación. Ediciones CO-BO. Venezuela

Morles, V. (1985). Planeamiento y Análisis de Investigaciones. (8^a ed.). Caracas: El Dorado.

Pérez, M. (2005). La formación por competencias como alternativa educativa. [Documento en línea] Disponible: <http://www.observatorio.org/colaboraciones/perez4.html> [Consulta: 2005, abril 18]

Tamayo y Tamayo, M. (2003). El Proceso de la Investigación Científica. (3^a ed.). México. Limusa.

Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2010). Manual de Trabajos de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales. Caracas

Velázquez, D. (2008). Los Consejos Comunales como base del Poder Popular. Documento en línea. Disponible en la siguiente dirección <http://gp.cnti.ve/site/minpades.gob.ve/view/Consejos%20Comunales.ph>

Villegas, J. (2002). Administración de personal. Caracas, Venezuela: Ed. Texto, s.r.l.

EDUCACIÓN POSTURAL: VÍA A LA PROFILAXIS DE NIÑOS Y NIÑAS

RESUMEN

Autor:

DRA.C. MAYDA LOSADA ROBAINA

*UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA
CULTURA FÍSICA Y DEL DEPORTE "MANUEL
FAJARDO"*

Recibido: 31/05/2013

Aceptado: 01/07/2013

La presente investigación tuvo como objetivo la elaboración de un cuaderno de trabajo para contribuir a la profilaxis de deformidades posturales de tipo adquiridas en niños y niñas de 5to grado de la Educación Primaria desde un enfoque integral físico-educativo. El estudio desarrollado para la realización de este trabajo utiliza un diseño mixto de investigación cuantitativo-cualitativo y se emplean para su desarrollo métodos y técnicas del nivel teórico y empírico como: Análisis - Síntesis, Modelación, Enfoque de sistema, Análisis de documentos, la Observación, Medición, Encuesta, Entrevista y Criterio de especialistas. La investigación se desarrolló en tres etapas: En la primera etapa de diagnóstico se comprobó la presencia de deformidades en la muestra estudiada. En la segunda etapa se elaboró el cuaderno de trabajo y en la tercera etapa se llevó a cabo la validación del cuaderno de trabajo por criterio de expertos, por consulta a especialistas y se realizó una experiencia pedagógica mediante la aplicación de las actividades del cuaderno de trabajo a una muestra de 145 niños/as de 5to grado. Los resultados obtenidos, indican la aplicabilidad y asequibilidad del cuaderno de trabajo en esta población para la profilaxis de las deformidades posturales de tipo adquiridas que se presentan.

Palabras claves: Profilaxis, educación postural, enfoque integral socioeducativo.

ABSTRACT

The present study aimed at developing a workbook to help prophylaxis acquired type postural deformities in children 5th grade of primary education from a holistic physical education. The study developed for the realization of this work uses a mixed design of quantitative-qualitative research and are used for development of methods and techniques as theoretical and empirical: Analysis - Synthesis, Modeling, System approach, Document Analysis, Observation, Measurement, Survey, Interview and Criteria specialists. The research was conducted in three stages: The first stage of diagnosis is the presence of deformities found in the study sample. In the second stage was prepared workbook and in the third stage was conducted validation workbook by expert criteria for consultation with specialists and conducted a learning experience through the implementation of the activities in the workbook to a sample of 145 children / as 5th grade. The results indicate the applicability and affordability workbook in this population for prophylaxis of postural deformities acquired type presented.

Keywords: Prevention, postural education, holistic educational partner.

INTRODUCCIÓN

En Cuba como una necesidad vital de la formación multilateral y armónica del individuo y la promoción de salud, 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 alternativa de tratamiento de su padecimiento.

La adopción de posturas inadecuadas en las distintas funciones que realizamos, han sido estudiadas y establecidas como causas de deformidades en la columna vertebral en muchos casos, prestándole por ello vital atención a este aspecto.

La postura se va conformando en la etapa de desarrollo de los niños cuando se forman las curvaturas fisiológicas de la columna vertebral, condicionadas por el estado y funcionamiento de los músculos que permiten que el cuerpo adopte distintas posiciones.

La formación de cada una de las curvaturas de la columna vertebral, en el hombre, se produce de forma escalonada, Hernández Corvo (2007).

Gracias a la existencia de estas curvaturas fisiológicas, la columna vertebral del hombre tiene propiedades de resorte, que protegen al cerebro y la médula espinal, pero si el desarrollo de los músculos del tronco no es uniforme, la formación de las curvaturas sufre variaciones, se altera la biomecánica del cuerpo humano y aparece la deformidad.

Es en el ámbito escolar donde aparecen las afectaciones más frecuentes asociadas con la postura, según Hernández Corvo (2007), Licht (1972), Losada (2005), Paz (2006) y Pérez (2005).

Muchas pueden ser las causas de desviaciones de la columna vertebral en los estudiantes de nivel primario de enseñanza. Estas pudieran ser: el uso inadecuado de las mochilas con correas flojas que caen en la parte baja de la espalda favoreciendo la

lordosis lumbar, la carga de la mochila con un solo brazo corriendo el riesgo de padecer escoliosis, la transportación incorrecta de libros, las largas jornadas de permanencia de los niños y niñas en el aula, que provoca cansancio y los lleva a adoptar posturas incorrectas en la posición de sentado, la ubicación en el aula de los medios audiovisuales, la iluminación deficiente y el tamaño de las aulas que no satisfacen los requerimientos higiénicos ambientales, la ergonomía del mobiliario escolar y su estado, malas posturas adoptadas por los niños/as en el aula durante las clases, no se mantiene distancia adecuada entre la cabeza y el papel durante la escritura y la violación de turnos de recesos escolares, atentando así contra el descanso necesario. Popov (1988), Alonso y García (1990), Tribastone (1991), Blair y col (1992), González (2002), Lavilla Royo (2003), Losada (2003), Pérez y Peña (2004), Luque (2005), Paz (2005), Pérez (2005) y Hernández Corvo (2007). También el uso masivo de los medios audiovisuales, Lavilla Royo (2003); tanto los empleados en el proceso de enseñanza en la Educación Primaria (las teleclases y el uso de computadoras), como los utilizados en el hogar (videojuegos), unido a la larga permanencia de los niños en las aulas y esto los lleva a adoptar malos hábitos de postura.

Varios autores reconocen lo perjudicial de la utilización de los videojuegos en la salud de los niños/as. El uso excesivo de estos se ha relacionado también con un mayor riesgo de fomentar hábitos sedentarios nocivos para la salud, pudiendo favorecer la aparición de sobrepeso y obesidad, así como problemas posturales como consecuencia de las posturas adoptadas durante estos juegos, las cuales son muy perjudiciales en un organismo en pleno crecimiento y desarrollo, Lavilla Royo (2003), Por supuesto, todo lo antes planteado puede ser modificado en beneficio del buen desarrollo físico de estos niños/as.

Por otra parte, la Sociedad Pediátrica de Or-

topedia de Norteamérica (2008), señala que, de acuerdo a estimaciones y proyecciones de la Comisión de Seguridad del Consumidor y Productos de los EE.UU., durante el año 2000 hubo en ese país más de 13,260 atenciones médicas (en urgencia, clínicas y consultas médicas) por lesiones atribuidas al uso de mochilas. El excesivo peso impuesto a la espalda y hombros, debido a las cargas transportadas, les puede causar un sobreesfuerzo y fatiga muscular a los niños llevándolos a desarrollar malos hábitos, como son los vicios posturales.

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 casos donde la deformidad es más grave; incluso en estos casos de deformidad grave 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, se insiste en la necesidad de prevenir, aunque no es menos cierto que las deformidades por causas adquiridas aumentan.

En indagaciones empíricas realizadas a personal vinculado al área de la educación y la cultura física, se evidenció que no se realiza trabajo profiláctico en cuanto a la corrección de la adopción de posturas inadecuadas en los diversos escenarios por los que transcurre la vida del niño/a.

Todo lo antes expresado revela una situación problemática existente, así como la contradicción entre la necesidad de trabajar sistemáticamente en la profilaxis de deformidades posturales en la Educación Primaria y la ausencia de un enfoque integrador, que contribuya a lograr este objetivo, de donde se deriva el siguiente Problema científico: ¿Cómo abordar la profilaxis de deformidades

posturales de tipo adquiridas en niños y niñas de la Educación Primaria?

Hipótesis: La elaboración de un cuaderno de trabajo para la educación postural de los niños y niñas en la escuela y en el hogar, donde ellos son sujetos de su propio aprendizaje postural desde un enfoque físico educativo, contribuye a la profilaxis de deformidades posturales de tipo adquiridas.

Objeto de estudio: Las deformidades posturales.

Campo de acción: La profilaxis de deformidades posturales de tipo adquiridas en niños y niñas de la Educación Primaria.

Objetivo general: Elaborar un cuaderno de trabajo que contribuya a la profilaxis de deformidades posturales de tipo adquiridas en niños y niñas de la Educación Primaria.

Objetivos específicos.

1. Determinar los principales fundamentos teóricos y metodológicos asociados a la profilaxis de las deformidades posturales adquiridas.
2. Diagnosticar la existencia de deformidades en la columna vertebral de los niños/as cubanos por grados de enseñanza y género.
3. Diseñar el cuaderno de trabajo.
4. Validar y constatar la pertinencia y asequibilidad del cuaderno de trabajo.

METODOLOGÍA

Este estudio científico utiliza un diseño mixto de investigación cuantitativo-cualitativo y se emplean para su desarrollo métodos y técnicas del nivel teórico: análisis y síntesis, inducción-deducción, histórico-lógico y del nivel empírico: La medición, a través de la aplicación del test postural a una muestra intencional de 171 niños/as, 90 del género femenino y 81 del género masculino con edades acordes al grado escolar cursado de la escuela primaria “Adalberto Gómez Núñez” del municipio Plaza de la Revolución, Cuba. La observación, a las posiciones o posturas adoptadas por los niños y niñas en las aulas con el objetivo de determinar la necesidad de

esta investigación. El criterio de especialistas para validar de forma teórica el cuaderno de trabajo y se desarrolló una experiencia pedagógica para evaluar asequibilidad del Cuaderno de trabajo.

Para el procesamiento de la información cuantitativa de la investigación se utilizó el Programa estadístico SPSS V- 11.5 y Excel (Microsoft Office 2007). De la estadística descriptiva se emplearon tablas de frecuencias absolutas con su distribución porcentual y sus representaciones gráficas en la presentación de los resultados del diagnóstico para lograr una mejor comprensión de los mismos.

RESULTADOS

Aspectos considerados en la elaboración del cuaderno de trabajo

Los cuadernos de trabajo son materiales docentes para los alumnos que complementan sus estudios como parte del proceso de enseñanza aprendizaje. En este sentido, se tuvo en cuenta la metodología para la determinación de la carga docente del libro de texto "car-doc.lt" de Ruiz Aguilera (s.a.). De acuerdo con dicha metodología es necesario estudiar de forma sistemática el comportamiento de los principales factores que inciden en la carga docente de los escolares, repercutiendo en su salud y en sus rendimientos.

Entre los factores de mayores incidencias están los determinados por el contenido de la enseñanza, tales como: planes de estudios, programas, libros de textos, cuadernos de trabajos. Aunque no aparecen especificadas las funciones del cuaderno de trabajo en la mencionada metodología, se tuvo en consideración las establecidas para los libros de textos que se cumplen de igual forma. Según Ruiz Aguilera (s.a.), entre las teorías actuales sobre la elaboración de libros de textos se evidencia que entre las funciones más importantes que tiene que cumplimentar el libro de texto están: la función informativa,

la función reguladora, la función estimuladora, la función coordinadora, la función racionalizadora.

La función informativa en el cuaderno de trabajo se cumple en forma de: descripciones, explicaciones, glosarios de términos, fotos, esquemas, figuras, etcéteras, que debe ser asimilada por el alumno en dependencia, entre otros, de la asequibilidad de esta información para el mismo.

Por otra parte, la función reguladora está relacionada con el volumen, la estructuración y la concepción metodológica, que influye en gran medida, en la dosificación que realiza el maestro y en la magnitud y forma de trabajo del escolar. En el caso específico del cuaderno de trabajo el volumen es bajo, consta de una parte introductoria que se apoya sobre todo en esquemas, fotos, figuras de fácil comprensión e incluye ocho actividades prácticas. De forma semejante, la función estimuladora, está relacionada con la presentación, tipografía y la estructuración del contenido, posibilita la estimulación de los alumnos en cuanto a su interés por las cuestiones esenciales que se le presentan en el cuaderno de trabajo.

La función coordinadora se relaciona con la necesidad de establecer un sistema armónico de conocimientos, evitando las repeticiones innecesarias de información y contribuye a garantizar una adecuada coordinación, tanto vertical como horizontal. Esta función está determinada en gran medida por el principio de relación inter e intramateria. En el cuaderno de trabajo dicha relación inter e intramateria se concreta en expresiones verbales que amplían el vocabulario de los niños/as y en sus relaciones con la asignatura Ciencias Naturales, Lengua Española, Educación Física, Educación Plástica y Educación Cívica, entre otras.

La función racionalizadora actúa favorablemente en el tiempo de clase, en el trabajo de la casa, en el completamiento o ampliación de las explicaciones del maestro

o en las notas de clase de los alumnos. Las actividades propuestas en el cuaderno de trabajo son eminentemente prácticas, válidas tanto para el aula y la casa, irradiando su efecto en el propio niño, en su relación con otros niños y en el marco familiar y social.

En el proceso de elaboración del cuaderno primeramente se realizó un estudio de las características anatómo fisiológicas y psicológicas de los niños en estas edades y desde el punto de vista metodológico se siguieron los siguientes pasos didácticos. Determinación de los objetivos, selección y elaboración de las tareas a desarrollar por los alumnos y por el profesor, así como la consulta a los especialistas.

El diagnóstico de la investigación arrojó que de 171 alumnos estudiados existían de 1er grado 17 alumnos/as con deformidades en la columna vertebral, en 2do grado 16, en 3er grado 28, en 4to grado 40 y en 5to grado 52 para un total de 153. Los altos índices de deformidades encontrados en esta investigación coinciden con otras investigaciones realizadas; González (2002), Losada (2005), Pérez (2005), Paz (2006), en las que se ha trabajado mediante programas y sistemas de ejercicios físicos correctivos para tratarlas. El mayor número de casos aparecen en 4to y sobre todo en 5to grado, con un predominio de la escoliosis, cifosis y cifolordosis.

Resultado de la observación.

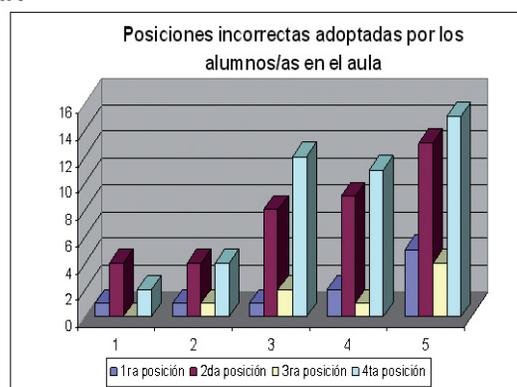
Se realizó observación por parte de la autora al comportamiento de los niños y niñas en 16 clases docentes. En las 16 observaciones a clases realizadas (gráfico 1), se detectó que en 1er grado el 35 % de los niños/as adoptaban posturas incorrectas, así mismo el 58,8 % en 2do grado, en 3er grado el 60,5 %, en 4to grado el 57,5 % y en 5to grado el 66 %; de forma general el 67,25 % de los niños/as como promedio no mantenían posturas correctas durante las distintas actividades que realizaban en el aula.

Por la frecuencia observada fueron identifi-

cadas cuatro posiciones posturales incorrectas, descritas a continuación:

- Primera posición: Sentados con piernas cruzadas, el 33,9 %.
- Segunda posición: Sentados con una pierna por debajo de la otra y sentados encorvados hacia delante, el 88,3 %.
- Tercera posición: Sentados en el borde de la silla y apoyados en el respaldo con el dorso de la espalda, el 22,8 %.
- Cuarta posición: Sentados con la cabeza apoyada en una mano, el 86,5 %.

Gráfico 1



Entre las causas que inciden en la adopción de estas posturas y que se pudo constatar mediante el método de la observación y por la entrevista a los familiares es posible señalar la forma y dimensiones del mobiliario escolar, sillas y mesas. No cumplen con la ergonomía establecida para la talla de los alumnos/as y la actividad que se realiza, la ubicación del televisor en el aula que responde a las condiciones del local y preferencias del maestro, así como la altura del televisor del piso, que oscila entre los 50 y 160 cm, la iluminación deficiente, así como el estado deficiente de la pizarra, la ubicación de los alumnos y el maestro en el aula y los malos hábitos que traen del hogar.

Debido a que fue en 5to grado donde se encontró el mayor número de deformidades de la columna vertebral: 61 casos, (escoliosis 21 casos, espalda plana 8 casos, cifosis 17 casos, lordosis 8 casos y cifolordosis 7 casos) es que se decidió entonces diseñar una

estrategia de intervención educativa para alumnos/as (10-11 años) en la Segunda Etapa teniendo en cuenta además otras razones tales como que en estas edades existe una organización esquelética, articular y muscular de la columna vertebral, no existe una consolidación de estas estructuras biológicas, razón que permite corregir y eliminar deformaciones con mayor prontitud en caso de que existieran, en la esfera cognitivo-motriz ya se ha llegado a una maduración del Sistema Nervioso Central por lo que el trabajo encaminado a la profilaxis de las deformidades posturales es de fácil comprensión para los niños/as, teniendo en cuenta además las vivencias y experiencias y el desarrollo alcanzado en la esfera motriz, hay un aumento de la independencia y responsabilidad personal ante las tareas, este aumento de independencia es posible aprovecharlo al máximo tanto por la escuela como por la familia para el logro de diferentes actividades educando en ellos la responsabilidad personal, existe un aumento de sus posibilidades cognoscitivas lo cual sirve de base para que se hagan más altas las exigencias a su intelecto, el niño supera psicológicamente el nivel de las operaciones concretas (clases, relaciones, números) para alcanzar el de las operaciones proposicionales o formales que le permiten emitir hipótesis y razonar en dirección a lo posible.

Cuaderno de trabajo escolar para la profilaxis de las deformidades posturales de tipo adquiridas en los niños/as.

El cuaderno de trabajo está conformado por una parte introductoria en la que se brinda información a los alumnos/as sobre temas relacionados con la salud. Consta de ocho actividades para que los alumnos/as desarrollen una vez al mes y debatan en el aula en presencia del

profesor y demás estudiantes, promoviendo el intercambio entre todos. El objetivo de este cuaderno es que los alumnos/as incorporen nuevos conocimientos, hábitos de conducta y de actitudes posturales correctas. Todas las actividades se desarrollan en la casa, siendo revisadas y debatidas en el aula.

Acciones educativas que se cumplen en el cuaderno de trabajo para la profilaxis de deformidades posturales de tipo adquiridas.

Responsable	Contenidos	Actividades	Participantes	Indicaciones metodológicas	Resultados esperados	
P R O F E S O R A L U M N O S	Introducción a la actividad.	Lectura de materiales didácticos sobre la importancia del cuidado del cuerpo humano.	Alumnos	Indicaciones del profesor en cada una de las acciones, apoyado en la importancia de la actividad física y el aparecer en el manual de fonna oral y con imágenes.	Lograr la toma de conciencia en los alumnos de la importancia de la actividad física y el asumir posiciones posturales correctas en cada una de las actividades de la vida diaria.	
	El ABC de una postura correcta.	Seleccionar y exponer ejemplos de actitudes negativas que afectan al organismo del hombre.	Alumnos			
	Prevención.	Estudio de las funciones de la columna vertebral.	Alumnos			
		Recomendaciones al cargar mochila y al asumir distintas posiciones.	Alumnos			
		Buscando el motivo.	Observación de la situación planteada (posturas frente a la TV)			Alumnos Familia
		El detective.	Exploración mediante entrevista estructurada.			Alumnos Familia
		Yo pinto para ganar.	Representación mediante dibujo de posiciones posturales correctas e incorrectas.			Alumnos
		Estimulando mi mente mejoro mi salud.	Solución de problemas a través de un acróstico.			Alumnos
		Buscando el error yo soy el mejor.	Seleccionar y explicar los planteamientos incorrectos.			Alumnos
		Quiero a mi familia, sana y feliz.	Indagación sobre hábitos de práctica de actividad física en la familia.			Alumnos Familia
	Descubriendo la escondida.	Solución de problema a través de una sopa de palabras.	Alumnos			
	Mé opinión y mi actitud son importantes.	Determinación de posiciones posturales correctas e incorrectas y su fundamentación.	Alumnos			

Resultados de la validación teórica del cuaderno de trabajo por consulta a especialistas.

El cuaderno de trabajo fue sometido a validación teórica por consulta de especialistas, por ser el instrumento didáctico de accionar directa de los niños y niñas. Se aplicaron dos encuestas para esta validación, una dirigida a los especialistas en ortopedia teniendo en cuenta que en esta investigación se relaciona con la prevención o profilaxis de una deformidad ortopédica y otra dirigida a especialistas en Educación Primaria, por ser mediante un material escolar que se pretende modificar el accionar de estos.

La propuesta fue aceptada por el 100% de los especialistas en ortopedia consultados, siendo este un aspecto muy positivo. De los 8 especialistas en ortopedia consultados, dos manifestaron (25 %) que la posibilidad de participación e interacción de los alumnos con el cuaderno la consideraban media, sin embargo consideraron todos los especialistas necesario e importante el trabajo de la profilaxis, y que el tratamiento profiláctico

mediante esta propuesta puede ser efectivo ya que las actividades propuestas en el cuaderno concebido para el logro de la estrategia de intervención educativa, pueden lograr en los niños y niñas la adopción de posturas correctas.

Respecto a los especialistas de educación, hubo dos especialistas (20 %) que entienden que las condiciones aún no son favorables para implementar la estrategia, sin embargo en comunicación personal, manifestaron aprobación ante este proyecto que a consideración unánime es muy necesario. Estos especialistas a diferencia de los especialistas en ortopedia consideran que la participación e interacción de los alumnos en las decisiones principales sobre su accionar en el cuaderno es alta y que tanto la concepción, la fundamentación como los contenidos en el cuaderno son coherentes y acordes al nivel de maduración cognoscitiva de estos niños asegurándose el progreso individual y las necesidades de su desarrollo social.

Resultados de la aplicación práctica del cuaderno de trabajo.

Se decidió realizar una aplicación práctica del cuaderno de trabajo con la finalidad de comprobar su asequibilidad, operatividad y aplicabilidad, teniendo en cuenta que es el cuaderno de trabajo el instrumento didáctico de accionar directo de los niños y niñas. Esta aplicación práctica del cuaderno de trabajo fue realizada con 145 niños de 5to grado y se contó con la participación de ocho maestros del grado.

La ejecución práctica de las actividades del cuaderno se desarrolló en un clima y ambiente adecuado, fueron asimiladas por los alumnos y comprendieron el contenido de las diversas actividades, siendo comprobada esta afirmación en las evaluaciones finales de cada actividad en el aula. Se pudo apreciar el interés de los alumnos en cada actividad, puesto de manifiesto en el aula en los debates de revisión de las actividades y en el intercambio con la autora. Igualmente en las dos

reuniones que se efectuaron con los familiares de los alumnos se apreció interés de estos en los temas tratados en el cuaderno y el fin que persigue el mismo.

Se realizó análisis y discusión con los profesores acerca del desarrollo de las actividades desarrolladas en el aula con los alumnos/as durante la experiencia pedagógica y se registró el criterio y valoración de cada uno a través de un diario de campo en el que anotaron sus inquietudes, reflexiones y vivencias en relación con la aplicación práctica del cuaderno de trabajo. Se pudo apreciar que existe consenso por parte de todos los maestros que participaron en la experiencia pedagógica, la autora participó en muchas de las actividades prácticas desarrolladas en el aula junto con los maestros, niños y niñas con el objetivo de comprobar e ir evaluando el desarrollo de su aplicación.

CONCLUSIONES

1. El estudio de los principales basamentos teóricos y metodológicos asociados a la Actividad Física, la Salud, la Educación Física y la Cultura Física Terapéutica, constituyeron premisas que permitieron fundamentar el desarrollo de este trabajo, enriqueciéndose las teorías de la Cultura Física Terapéutica, el enfoque histórico cultural de Vigoski y el enfoque integral físico educativo.
2. El estudio diagnóstico permitió constatar la existencia de 153 deformidades de la columna vertebral en los sujetos (171) de la muestra estudiada corroborándose así la problemática planteada y la necesidad de este trabajo.
3. A partir de las necesidades y las características de los niños/as de 11 a 12 años se elabora el cuaderno de trabajo constatándose que el material diseñado, responde a las necesidades de información y preparación que necesitan los alumnos sobre temas de salud postural y, a su vez, contribuye a que

los maestros de aula, amplíen sus conocimientos sobre este importante tema, planteamiento este acreditado en el análisis de los resultados obtenidos.

4. Los resultados obtenidos mediante el criterio de especialistas permitieron evaluar el cuaderno de trabajo como asequible y pertinente para la profilaxis de las deformidades de tipo adquiridas en los niños/as de 5to grado de la Educación Primaria.

5. Los resultados obtenidos en la experiencia pedagógica mediante la aplicación práctica del cuaderno de trabajo demostró la pertinencia y asequibilidad del mismo, logrando en el periodo de tiempo de aplicación, la realización del 100% de las actividades previstas para enfrentar la atención de la profilaxis de las deformidades de tipo adquiridas en los niños/as de 5to grado de la Educación Primaria, corroborándose la hipótesis de la investigación.

RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en esta investigación se realizan las recomendaciones siguientes:

1. Aplicar este estudio desde 1ro hasta 6to grado de la Educación Primaria, adecuando en cada grado las actividades a las particularidades de los niños, con el objetivo de realizar una labor profiláctica precoz que favorezca el proceso de prevención de deformidades de la columna vertebral por causas adquiridas que se producen fundamentalmente por la adopción, en estas edades, de hábitos posturales incorrectos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alonso, R. y L. García, (1990) Cultura Física Terapéutica. (Guías y Contenidos de Estudio, Tomo II. I.S.C.F. La Habana-Cuba.
Álvarez Cambras, R. (1986.) Tratado de Cirugía, Ortopedia y Traumatología. Tomo II Editorial Pueblo y Educación, La Habana.
American College of Sport and Medicine

(1988). "La Condición Física en los niños y jóvenes." *Medicine and Science in Sport and Exercise*,

Berruezo, P. P. y otros. (1995). El cuerpo, el desarrollo y la psicomotricidad. *Revista de estudios y experiencias*. N° 49 vol. 1. España.

Bouchard, C y Col. (1990) *Exercise, Fitness and Health: A Consensus of Current Knowledge*. Champaign, III. Human Kinetics.

Colectivo de autores. (2006) *Ejercicios Físicos y Rehabilitación*. Tomo I, ISCF Manuel Fajardo, Ciudad de la Habana, Cuba.

Domínguez García, L. (2003) *Psicología del desarrollo: adolescencia y juventud*. Selección de lecturas. Editorial Félix Varela, Ciudad de la Habana. Cuba.

Hernández Corvo, A. (2007) "El movimiento Infantil." Editorial Deportes. La Habana.

Hernández Sampieri, R., C. Fernández Collado y P. Baptista Lucio (1997). *Metodología de la Investigación*. Editorial Mexicana Ofgloma, S.A. Col Santiago. México.

Hines, Thomas F. (1972) *Postura*. En: Sidney Licht. *Terapéutica por el ejercicio*. La Habana, Ed. Revolucionaria, Instituto Cubano del Libro. Tomado de la edición 1968.

Knoplich, J. (2001) *Ejercicio como terapia*. Editorial Aguilar. Madrid

Lapierre, A., Aucouturier, B. (1977). *Simbología del movimiento*. Barcelona, Científico- Médica. España.

Lavilla Royo, F. J. (2003) *Los videojuegos y los niños*. Clínica Universitaria de Navarra. Disponible en: <http://www.cun.es/> . Consultado el 18 junio 2006.

López Villastre, P., Tous Fajardo, J. (2003) *Manual de Educación Física y Deportes*, Barcelona, Ediciones Océano.

Losada Robaina, M. (2008) *Consideraciones sobre la importancia de una buena forma física*. Publicado en La Bitácora del Dr. Ucha. Disponible en: <http://ucha>.

blogia.com/aspectos psicológicos de la forma deportiva. Consultado el 30 de octubre del 2008.

Popov S.N. (1988). La Cultura Física Terapéutica, Ed. Pueblo y Educación.

Prives, N. y otros (1995). Anatomía Humana. Editorial Mir, La Habana.

Programas. Quinto Grado (2006) Tercera reimpresión Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, Cuba.

Publicaciones Department of Health and Human Services. (1996). Physical Activity and health. A report of the surgeon general.

Ruiz Aguilera, A. (s/a) "Metodología para la determinación de la carga docente del libro de texto". "Car-Doc.It", Material en soporte magnético.

Sydney Licht, M.D (1972). Terapéutica por el ejercicio, Edición Revolucionaria, Instituto cubano del libro.

Tribastone F. (1991) Educación motora y gimnasia correctiva. En su: Compendio de Gimnasia Correctiva. 2da Edición. Barcelona. Ed. Paidotribo.

Vigostki, L.S (1987) Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. Editorial científico técnica, La Habana.

Yarza de los Ríos, A. (2007) Educación y pedagogía de la infancia anormal 1870-1940. Cooperativa Editorial Magisterio. Colombia.

ENFOQUE NEUROCIENTÍFICO APLICADO AL DEPORTE

RESUMEN

Autor:

Ph.D PEDRO JAVIER RUIZ AULAR

*DOCTORANTE EN CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD DE CIENCIAS
DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
"MANUEL FAJARDO"*

RECIBIDO: 13-06-2013

ACEPTADO: 12-07-2013

Siempre supimos que, junto a la técnica y un soporte caracterizado por años de esfuerzo y dedicación a las prácticas, las funciones cognitivas son fundamentales para alcanzar el éxito en la actividad deportiva. Es suficiente con observar un partido de fútbol o las competencias olímpicas para comprender que, más allá del entrenamiento físico, el éxito de un participante se juega en su capacidad cerebral para definir estrategias y tomar decisiones en milésimas de segundos. Asimismo, la historia de algunos deportes individuales, entre los que se destaca claramente el tenis, da cuenta de que un inadecuado liderazgo emocional deja en el camino a jugadores extraordinarios que, sin duda, hubieran podido estar entre los mejores del mundo. En este sentido, cualquier persona que observe algunos torneos en los que participó el extraordinario tenista Gastón Gaudio, campeón de Roland Garrós en 2004, podrá corroborar esta afirmación: su sistema emocional le jugó tantas malas pasadas que prácticamente lo dejó fuera de carrera (en comparación con otros Top Ten).

Afortunadamente, y gracias a la neurociencia moderna, que finalmente logró superar la vieja y equivocada dicotomía entre cuerpo y mente, sabemos que tanto las funciones cognitivas como las emocionales dependen de un adecuado soporte físico, y que este no es nada más ni nada menos que el cerebro.

Palabras claves: Deporte, neurociencias, psicología deportiva

NEUROSCIENCE APPROACH APPLIED TO SPORT

ABSTRACT

We always knew that, along with the technical and support, characterized by years of effort and dedication to practices, cognitive functions are critical to success in the sport. It is sufficient to observe a football match or the Olympic competitions to understand that beyond the physical training, the success of a participant plays in their brain to define strategies and make decisions in split seconds. Also, the history of some individual sports, including tennis stands out clearly, realize that inadequate emotional leadership stops on the way to extraordinary players, no doubt, might have to be among the best in the world. In this sense, anyone who observes some tournaments in which participated the extraordinary tennis player Gaston Gaudio, the Roland Garros champion in 2004, will corroborate this statement: your emotional system played so many tricks on him that left him virtually out of the race (compared with other Top Ten).

Fortunately, thanks to modern neuroscience, we finally managed to overcome the old and wrong dichotomy between body and mind, we know that both the cognitive and the emotional functions depend on adequate hardware, and that this is nothing more nor less than brain.

Keywords: Sport, neuroscience, sports psychology

El entrenamiento neurocognitivo y emocional se erige como una herramienta maravillosa para el éxito de un deportista debido a que actúa en un doble sentido: le permite optimizar las funciones mentales que necesita desarrollar y, a su vez, evita que un inadecuado control de sus sentimientos afecte las funciones ejecutivas de su cerebro, que son las que necesita para pensar y actuar rápida y eficazmente.

Con base en estos hallazgos Serrato, H. (2002) identificó los rasgos psicológicos que caracterizan a los deportistas exitosos. Según su estudio realizado con 600 deportistas Colombianos de diferentes disciplinas, los deportistas triunfadores se diferencian de los que no lo son por poseer: mayor confianza en sí mismos, mayor motivación capacidad de concentración, bajo nivel de sensibilidad emocional, habilidad para la imaginación, actitud positiva y reto competitivo. Los hallazgos de Serrato (2007) son menesteres de estudio para el desarrollo de técnicas o programas de preparación mental para el deportista e intervención en la comunidad deportiva. En la época moderna de historia del deporte (desde el siglo XVIII), aparece la psicología como una disciplina científica que contribuiría a la formación del atleta, se empezó a considerar la preparación mental del deportista contribuyendo al desarrollo histórico de la psicología del deporte PD. De esta forma existe un tácito consenso con la propuesta de Cruz (1991, 1997) para dividir la historia de la PD en cinco periodos (Weinberg y Gould 1996; Dosil 2004). Esta rama de la psicología tiene raíces en Alemania en la creación del laboratorio de Wundt en el mismo inicio de la psicología siendo así el primer periodo denominado las raíces de la PD en la psicología experimental (1879-1919).

Se señalan estudios experimentales sobre tiempos de reacción en el laboratorio de Leipzig como primeras aproximaciones al área, aunque estos estudios no pretendieron

aportar directamente a la actividad física, se realizaron aproximaciones con experimentos de campo con deportistas y siguieron ensayos teóricos sobre los beneficios psicológicos de la actividad física.

Los antecedentes inmediatos de la psicología del deporte. (1920-1945) es el periodo de los padres de esta disciplina, quienes marcaron la disciplina a nivel orbital como Coleman, Orlick en Canadá y Punik y Rudik en la antigua Unión Soviética, se crearon institutos de cultura física en Europa impulsando el desarrollo de la PD además se crearon laboratorios experimentales donde se investigó sobre aprendizaje motor y personalidad. El 3er periodo

Las investigaciones sobre aprendizaje motor y el desarrollo de la PD (1946-1964), estuvo marcado por investigaciones experimentales sobre aprendizaje motor y personalidad y aumentó el interés por la PD en oriente en relación al alto RD del deportista. En el periodo 4. El reconocimiento oficial de la PD (1965-1979) se logra en Roma en 1965, en la celebración del I Congreso mundial de PD y se fundó la International Society of Sport Psychology, luego se afianzó con la celebración de la 2º versión del congreso mundial en Washington-1968 y la 3º en Madrid-1973. El gremio se fortalece con asociaciones en Norteamérica y Europa y la 1º asociación supranacional. El periodo 5 PD y el ejercicio físico (1980- actual) consolida la disciplina con crecimiento vertiginoso, se multiplica el número de psicólogos deportivos y agremiaciones en diferentes naciones, los medios de comunicación empiezan a asociar mejor el rendimiento deportivo con el aspecto psicológico, motivando al comité olímpico norteamericano a incluir un psicólogo del deporte en su equipo científico. Este bagaje histórico permitió a la American Psychological Association definir la PD y el ejercicio físico como estudio científico de factores psicológicos asociados con la participación y

el rendimiento deportivo en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física y sus objetivos de ayudar a los deportistas a utilizar principios psicológicos para mejorar su rendimiento deportivo y comprender como la participación en el deporte, ejercicio y actividad física afectan el desarrollo psicológico del individuo, su salud y bienestar a lo largo de su ciclo vital. En coherencia con esto las funciones del psicólogo del deporte de acuerdo al colegio de psicólogos Españoles son evaluación y diagnóstico, planificación y asesoramiento, educación y formación e investigación las cuales pueden ser desempeñadas en tres ámbitos de actuación Deporte de Rendimiento, Deporte de base e iniciación y Deporte de Ocio, Salud y Tiempo libre Juego y Recreación (Serrato, L.H. 2005).

No cabe duda que las últimas investigaciones realizadas por Malchanov (2010), nos indican que, la característica distintiva principal del cerebro es la neuroplasticidad, esto es, el fenómeno por el cual se va modificando a lo largo de la vida como respuesta a las condiciones medioambientales, al aprendizaje, las experiencias que se van incorporando y, sobre todo, a lo que cada uno de los deportistas hace para potenciar sus capacidades. Por ello cada cerebro es único y completamente diferente de los demás.

Así por ejemplo, el cerebro de un tenista profesional tiene áreas diferentes de las de un actor o un matemático y, entre los tenistas, habrá quienes tengan determinadas capacidades más desarrolladas que otros. De esto se desprende que, lo más significativo, en la era actual, es que el éxito de algunos deportistas cuya capacidad técnica es indiscutible está incorporando un recurso de enorme valor para ayudarlos a superarse y alcanzar sus metas: el entrenamiento cerebral.

En el mundo del automovilismo, hallamos un buen caso para ilustrar estas afirmaciones, el de Lewis Hamilton. Este piloto obtuvo un notable nivel de éxito en un plazo muy corto,

luego de un entrenamiento cerebral enfocado especialmente en la memoria visual y en aumentar las sensaciones, los canales de comunicación entre los hemisferios cerebrales y la velocidad de procesamiento de información. Como resultado de su trabajo, Hamilton puede utilizar más puntos de referencia (almacenados en su memoria visual, también entrenada) que le permiten percibir en forma anticipada y más rápidamente cualquier desviación o circunstancia en el camino deseado, lo que nos lleva a afirmar que todo ser humano puede alcanzar las metas que desea en cuanto al desarrollo de sus capacidades cerebrales si trabaja acertadamente y con constancia, debido al avance en el desarrollo de las neurociencias, la cual contribuye de forma sistemática a la comprensión de los mecanismos cerebrales implicados en el desempeño del deportista y permite no sólo conocer las bases de su comportamiento, sino también el desarrollo de técnicas que contribuyan a mejorar su performance.

Por ello, paralelamente a la realización regular de su actividad física, los nuevos programas mejoran el funcionamiento general del cerebro, contribuyendo a un estado neuro-físico-emocional de equilibrio y bienestar imprescindibles para lograr el rendimiento deseado.

Cabe destacar que, en algunas modalidades deportivas, la capacidad de concentración se relaciona directamente con el desempeño, ya que se ha observado que, a pesar de las horas de entrenamiento físico, son frecuentes las fallas durante el juego. Ante estas circunstancias no deseadas, las nuevas técnicas basadas en el desarrollo de la neurociencia permiten el diseño de estrategias que, en forma acorde con el funcionamiento cerebral, facilitan la corrección de errores durante el partido y aumentan la performance del equipo o del jugador (en el caso del tenis, la natación, el golf u otro deporte individual). Un ejemplo

de estos avances son las investigaciones de Jeffrey Ross y colaboradores (2004), quienes instruyeron a un grupo de golfistas en técnicas de manipulación motora a través de la imaginación. Estas prácticas consistían en ensayar determinadas jugadas mentalmente, sin movimientos físicos. Los resultados mostraron una mejora en la performance general (inducida por el mecanismo de neuroplasticidad que mencionamos al principio) caracterizado por una mayor activación en el cerebelo (responsable de la modulación del movimiento muscular y del equilibrio postural), en las cortezas motora y parietal, y en el lóbulo frontal.

Los lóbulos frontales se consideran los “ejecutivos del cerebro” e intervienen, además, en la asimilación de las emociones. Moderan las reacciones viscerales y participan en la elaboración de planes y estrategias durante la práctica deportiva., es por ello que, uno de los efectos más estudiados corresponde al entrenamiento enfocado en la memoria de trabajo, considerada la llave necesaria para que el resto de las funciones neurocognitivas se desempeñen eficazmente.

En investigaciones realizadas con neuroimágenes (fMRI), se observó un incremento actividad en las zonas involucradas en este almacén de memoria durante ejercicios de entrenamiento mental (Westerberg et al, 2007; Klingberg, 2005), lo cual confirma su eficacia. El mundo del deporte cuenta con técnicas computarizadas que permiten mejorar distintas funciones mentales, como la concentración, la velocidad de procesamiento y respuesta, la ejecución de planes motores y la regulación del estrés.

Un ejemplo de incorporación de estas prácticas a algunos atletas del equipo de Sambo de la UDS, que participaron de un programa integrado por rentes ejercicios cerebrales que involucraron el uso de un ordenador.

Los principales beneficios que proporciona este tipo de entrenamiento pueden resumirse

en los siguientes:

- Aumento de la velocidad de reacción ante los movimientos del contrincante, como así también de los movimientos estratégicos.

- Mejora de la visión periférica y del movimiento sacádico (la ilusión óptica que genera el sentido de la vista cuando observamos algo que se mueve en forma rápida a nuestro alrededor, ya sea un objeto o una persona).

- Aumento de la capacidad de concentración.

- Disminución del estrés.

Esto nos permite afirmar que, a nivel cerebral, este tipo de entrenamiento permite activar una mayor cantidad de neuronas, con lo cual se mejora no sólo la rapidez de los movimientos en el campo de juego, sino también la velocidad en la toma de decisiones.

Asimismo, el registro de la actividad cerebral mediante un electroencefalograma determinó que este tipo de entrenamiento logra un estado armónico en el cerebro, en otros términos, que las áreas involucradas muestran un estado de actividad sincrónica y coherente.

En la actualidad, los deportistas deben contar con nuevas herramientas que, bien utilizadas, pueden convertirlos en escultores de sus circuitos neuronales y les brindan la posibilidad de modelarlos en su propio beneficio. Para los deportistas de alto rendimiento de los países mas desarrollaos existen centros de capacitación que trabaja el aspecto físico y mental. Integrar “psicología y neurociencia” se ha convertido en un campo interesante de investigación científica que permite llegar a todas las áreas de la psicología, educativa, organizacional, clínica, deporte, entre otras (Cárdenas, F. 2008). Estudiar los procesos psicológicos desde las neurociencias del deporte es proponer una forma diferente de psicología deportiva y de ser psicólogos en este campo, permite conocer cada vez mejor al deportista en su conjunto sin olvidar su psique. En coherencia

con lo anterior la psicología interesada en la actividad deportiva requiere una mirada integral y una nueva forma de aproximación frente a los desarrollos actuales, la Neuropsicología positiva es una opción para abordar a los deportistas en su conjunto, desde lo biológico hasta sus procesos cognitivos. Con relación al campo competitivo, los avances científicos en el campo de la psicología deportiva han logrado establecer entre otros aspectos, la existencia de un estado ideal de ejecución, dicho estado se conforma de una amplia combinación de sensaciones y pensamientos presentes en las mejores ejecuciones de un deportista (Williams, 1991).

Además de estudiar el estado psicológico ideal de los deportistas durante sus ejecuciones óptimas (Williams, 1991 citado por Sánchez, 2002) se han realizado investigaciones a través de test objetivos y estandarizados donde se analizaron las características psicológicas que distinguen a los deportistas que triunfan de los que no lo consiguen (Mahoney y Avenier, 1977; Meyer, Cooke, Cullen y Liles, 1979; Highlen y Bennett, 1979; Gould, Weiss y Weinberg, 1981; Heyman 1982 citados por Serrano, 2006), y así el mencionado estado ideal de ejecución en el deportista se ha llegado a caracterizar por la presencia de relajación física, ausencia de presión (baja ansiedad), calma mental, alta energía (sentimiento de reto, inspiración, determinación e intensidad), diversión, esfuerzo, lucha, automatismo, alerta, focalización mental, alta confianza y control de la situación.

Por otra parte, el estudio del desarrollo neuropsicomotor implica el estudio de la naturaleza neurocientífica del movimiento voluntario en sus tres fases (iniciación, programación y ejecución); la fase 1 de Iniciación involucra la asociación de las áreas parietales, temporales y occipitales lo que Broodman identificó como el área 39-40, homológamente un área que refleja uno de

los sistemas funcionales citados por Luria, A. (1974), el encargado de la recepción, procesamiento y almacenamiento de la información; allí se inicia el movimiento voluntario recepcionando la información interna y externa del sujeto procesándola para su

interpretación y comparándola con experiencias previas para el inicio de un nuevo movimiento, a través del fascículo longitudinal superior la información llega a los lóbulos prefrontales donde ha llegado la información integrada. La fase 2, fase de programación del movimiento voluntario involucra los lóbulos frontales, lo que Luria denominó como sistema funcional de Programación – Regulación y Verificación; la información llega de las áreas prefrontales a la corteza motora en los lóbulos frontales, allí se empieza a programar el movimiento, el área motora primaria M1 ejerce el control y representación de la función muscular en forma contra lateral, esta suele denominarse homúnculo motor y presenta codificación de la fuerza y dirección del movimiento así como la capacidad anticipatoria del movimiento; el área premotora APM se encarga del control postural axial y proximal, su función se relaciona con el inicio y la preparación de la acción de los diferentes patrones motores por lo que se activa cada vez que se ejerce un nuevo programa motor diferente y el área motora suplementaria AMS es la encargada de organizar los planes y procesos motores; es la directora de la orquesta motriz que diseña las secuencias lógicas. La intervención de las áreas MI, APM y AMS permite que a través del haz cortico espinal la información se dirija a la médula espinal y esta a través del sistema nervioso periférico inervelas estructuras histológicas y los músculos para cada movimiento cerebralmente programado; ya habiéndose realizado la aferencia a través del movimiento se da inicio a la fase 3 del movimiento voluntario o fase de ejecución,

se conoce como la retroalimentación de la ejecución motora es decir posterior al acto motor; la médula espinal por medio de impulsos nerviosos envía información a través del tálamo hacia los ganglios basales y el cerebelo denominados moduladores del movimientos, los ganglios basales cumplen funciones de automatización motriz, programación del movimiento ejecutada a través del núcleo caudado y el putamen; y realiza el enlace funcional entre el sistema límbico y sistema motor que se observa como transición entre la motivación y la emoción que tiene lugar de inicio en el núcleo accumbens, los eferentes dopaminérgicos, el locus ceruleus y el área tegmental ventral desde donde parte un impulso nervioso, interviene en el globo pálido y desde allí toma dos vías, una hacia el tálamo con destino a la corteza pre frontal y otra

vía sigue a través del núcleo pedúnculo pontino llegando a los generadores espinales de locomoción y arribando a su destino final en la acción; en cambio el cerebelo se encarga del aprendizaje y corrección de patrones motrices, ejecuta funciones del movimiento como lametria o precisión en la medida de los movimientos, la taxia que implica la ejecución de movimientos sincrónicos y sinérgicos y la función de diadocosinecia; ganglios basales y cerebelo conectan con la corteza motora para que se prosigan o se modifiquen los programas motores que a través de las áreas M1, APM y

AMS se ha venido diseñando, así los moduladores del movimiento envían de nuevo información a la médula espinal para la continua ejecución motriz (Kolb, Bryan. & Whishaw, Ian 2006).

REFLEXIONES

Las funciones de cada una de las estructuras cerebrales involucradas en el proceso de movimiento voluntario se observan en las variables psicomotrices que debe desarrollar un niño adecuadamente y que son menesteres

de estudio en el alto rendimiento deportivo, al ser el rendimiento deportivo determinado por un acto motriz; entre esas variables se identifican: lateralidad, organización rítmica, equilibrio dinámico, coordinación motriz, orientación espacio-temporal, función tónica motricidad gruesa, postura de adaptación, dominio de lateralidad, expresión emocional, imagen mental del cuerpo, coordinación viso pedal y viso manual, equilibrio estático y praxia (Stanbak).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ardila, Alfredo. & Ostrosky Feggy.(1998) Etiología del daño cerebral.

Editorial Paidós. Aztobiza, M. (2009) “Filosofía del deporte”. Recuperado el 5 de Noviembre de 2009 disponible en: <http://sapereaudere.blogspot.com/2009/10/filosofia-del-deporte.html>.

Arnaiz Sánchez, P. (1991) Evolución y contexto de la práctica psicomotriz. Salamanca. Amaru Ediciones Blumenthal, J 2007 “El ejercicio alivia la depresión tanto como los fármacos” Recuperado el 12 de Marzo de 2009 disponible en: http://www.elconfidencial.com/cache/2007/09/25/42_ejercicio_alivia_depresion_tanto_farmacos.html. Cárdenas, Fernando.(2008) “Psicología y neurociencia: la integración”.

Conferencia 13er Congreso Colombiano de Psicología. Psicología Colombiana en la Década de la Conducta. Corporación universitaria iberoamericana y sociedad colombiana de psicología. Bogotá. Cárdenas, Fernando (2009) “Disociación e Integración en Neurociencia”. Conferencia II Congreso Internacional de Neurociencias y Neuropsicología

II Encuentro nacional de Semilleros – Bucaramanga

Castillo S, (2000) “El síndrome de Burnout o de agotamiento profesional” Rev. Medicina. Legal. Costa

Rica

v.17 n.2.

De Zubiria. M. (2008) Formar no educar. ABC de Pedagogía Conceptual. Editorial. Fundación Internacional de Pedagogía Conceptual Alberto Merani. Bogotá.

De Zubiria. M. (2008) “Neuropsicología Positiva”. Memorias VI Congreso Colombiano y II Iberoamericano de neuropsicología y neuropsicología – problemas de aprendizaje, afectivos y familiares en el aula. Estrategias de abordaje desde las neurociencias Bogotá.

De Zubiria. M. (2008). “Psico-Neuropedagogía”. Memorias VI Congreso Colombiano y II Iberoamericano de neuropsicología y neuropsicología – problemas de aprendizaje, afectivos y familiares en el aula. Estrategias de abordaje desde las neurociencias Bogotá.

Dosil Joaquín. (2002). El psicólogo del deporte: Asesoramiento e intervención. Madrid Síntesis.

Dosil Joaquín. (2002) Psicología y Rendimiento Deportivo Edición Gersam España.

Ducassou Varela, A (2006). “Cuatro aproximaciones a la importancia del movimiento en la evolución y desarrollo del sistema nervioso”. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 6 (22) pp. 87-98

Engels Barbará. (2002) Introducción a las teorías de la personalidad 2º Edición. Editorial McGraw Hill. México Espinosa, A, Caraveo, J, Zamora, M, Arronte, A, Krug, E, Olivares,

R, Reyes, H, Tapia, M, Garcia, J, Doubova, S & Peña, A (2007) .

NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS

EN LA REVISTA CIENTÍFICA DIMENSIÓN DEPORTIVA

CAPÍTULO I

1. La revista científica "Dimensión Deportiva" de la Universidad Deportiva del Sur, publica resúmenes de trabajos de investigación, trabajos de ascenso, artículos científicos y literarios, debidamente arbitrados por especialistas según el área de conocimiento. El Consejo Editorial se reserva el derecho de sugerir modificaciones a los trabajos aceptados para ser publicados. Los artículos deben presentar claridad en el planteamiento, desarrollo de las ideas y un uso adecuado del idioma español.
2. Podrán presentar trabajos para su publicación, el personal académico y estudiantes de cuarto y quinto nivel de la Universidad Deportiva del Sur y de otras instituciones universitarias y centros científicos nacionales o internacionales, cuyos trabajos sean presentados ante el Consejo Editorial.
3. Los trabajos deben ser inéditos, no deben haber sido publicados anteriormente por ningún medio impreso, ni electrónico (CD room, internet).
4. El autor debe entregar tres (3) versiones: una versión original del trabajo la cual debe incluir los siguientes datos: nombres y apellidos del autor, cédula de identidad, nombre de la institución, número telefónico de oficina y habitación y correo electrónico. Las dos (2) copias en físico restantes serán anónimas. Así mismo, debe incluir una versión electrónico (CD) en formato WORD, El trabajo a publicar debe seguir las siguientes pautas: tener una extensión máxima de 15 cuartillas (incluyendo resumen y referencias bibliográficas), papel tamaño carta, espacio uno y medio, fuente Times New Roman tamaño 12.
5. Con la entrega del artículo el autor deberá

adjuntar una comunicación donde acepte las condiciones de publicación de la Universidad Deportiva del Sur.

6. El trabajo debe estar acompañado además del resumen en español, de un resumen en idioma inglés (abstract), con una extensión no mayor de 250 y 300 palabras y de tres a cinco palabras clave en español e inglés.
7. El autor debe entregar una reseña curricular que no exceda las 50 palabras.
8. Los trabajos bajo la figura de trabajo de ascenso, trabajo especial de grado, trabajo de grado y tesis doctoral deben presentar acta veredicto que haga referencia a la publicación.
9. El trabajo a publicar debe contener: título del trabajo, nombre del autor (a) autores (as), datos de afiliación académica, resumen en español, abstract, palabras clave, introducción, fundamentos teóricos, metodología, análisis y discusión de resultados, conclusiones y referencias bibliográficas.
10. Se debe entregar una carta declaratoria con la que se afirme que el trabajo es inédito y que no ha sido propuesto para su publicación a otro medio de divulgación impreso o electrónico.
11. Los colaboradores de la Revista Científica "Dimensión Deportiva" se comprometen a respetar los lapsos de entrega de originales y devolución de los textos corregidos, así como el alcance y contenido de las normas antes expuestas.

CAPITULO II

PROCESO DE ARBITRAJE

12. Una vez que los artículos son revisados por el Consejo Editorial y el trabajo cumple con las normas establecidas por la revista,

se les notificara a los autores del resultado del proceso de arbitraje.

13. El cuerpo de árbitros estará constituido por investigadores activos de reconocido prestigio y credibilidad en la temática que versara cada artículo de la revista. Siendo sus funciones: evaluar integralmente el artículo científico sometido a su consideración, bajo la modalidad conocida “a doble ciego”, donde los autores no saben quiénes son los árbitros y viceversa. Presentar el resultado de su evaluación en un tiempo máximo de veinte (20) días hábiles, formulado por escrito, de conformidad al formato diseñado para tal fin, los juicios que correspondan a:

Publicable sin modificaciones: Cuando, según el criterio de los árbitros asignados, el contenido, estilo, redacción, citas y referencias, evidencian relevancia del trabajo y un adecuado manejo por parte del autor, como corresponde a los criterios de excelencia editorial establecidos; es decir, el trabajo está Aceptado.

Incorporar modificaciones: Cuando a pesar de abordar un tema de actualidad e interés para la revista y evidenciar adecuado manejo de contenidos por parte del autor, se encuentren en el texto deficiencias superables en la redacción y estilo, las cuales deben ser incorporadas en el plazo de tiempo establecido.

No publicable: Cuando según el juicio de los árbitros del texto no se refiera a un tema de interés de la publicación, o evidencie serias carencias en el manejo de contenidos por parte del autor, así como también en la redacción y estilos establecidos para optar a la publicación en una revista arbitrada. Es decir, que no cumple con las normas exigidas en el baremo de evaluación.

14. El arbitraje se basara tanto en la forma como en el contenido de los trabajos. Los criterios de evaluación a considerar serán

los siguientes: pertinencia o aportes del artículo; nivel de elaboración teórica y metodológica; claridad, cohesión, sintaxis, ortografía en la redacción; adecuación y pertinencia de la bibliografía; presentación de las citas bibliográficas; Relación de citas en el texto con indicadas en referencias; adecuación del título con el contenido; organización (introducción, desarrollo y conclusiones); presentación de gráficos y tablas (si las hubiere);, claridad de objetivos y posición del autor.

CAPITULO III DE LA PRESENTACIÓN, REDACCIÓN Y ESTILO

15. Las citas textuales con menos de cuarenta (40) palabras deben ir incorporadas como parte del párrafo, dentro del texto de la redacción entre dobles comillas, se acompaña con el primer apellido y la inicial del primer nombre del autor de la fuente, el año de la publicación y el número de la página de donde se toma la información. Ejemplo: Montenegro, V. (2003).

16. Las citas textuales con más de 40 palabras se ubican en un párrafo aparte, un (1) espacio interlineado, con sangría de cinco espacios en ambos extremos (derecho e izquierdo) sin comillas.

17. Para citar las fuentes de información textual se empleará el apellido del autor, año de publicación y página, todo va entre paréntesis. Si los datos de la fuente se colocan después de transcribir la cita, solamente va entre paréntesis los datos de año y página. Ejemplo: (Lerma 2001, p.20) o Lerma (200, p.20).

18. Si el autor de la bibliografía que se cita o se comenta es una institución, en la primera oportunidad se escribe el nombre completo de la institución y posteriormente se utilizan sus siglas. Ejemplo: Universidad Deportiva del Sur (2010); en las siguientes oportunidades se escribe: UDS (2010).

19. Al referir dos o más documentos publica-

dos durante el mismo año por el mismo autor, la cita se diferenciará con un literal en minúscula. Ejemplo: Arias (2004a), Arias (2004b), de igual manera, se deben identificar en la lista de referencias.

20. Cuando el documento que se cita posee dos o más autores, en la primera oportunidad se colocan todos los apellidos, y en las sucesivas se empleará: y otros. Ejemplo: Hernández, Fernández y Baptista (1998) y luego: Hernández y otros (1998).

21. Los cuadros se identificarán con un número correlativo ascendente y un título ubicado en la parte superior. La primera letra del nombre del cuadro se escribe en mayúscula y las otras en minúscula. Para la elaboración de los cuadros se utilizará el formato básico 1, color de línea negro y con los encabezados de columnas escritos con la primera letra en mayúscula. En la parte inferior se colocará los datos de identificación de la fuente.

22. Las figuras se identificarán con un número correlativo ascendente, un título y datos de la fuente en la parte inferior.

23. Cuando sea necesario enumerar varios elementos dentro de un párrafo se utilizarán literales con un paréntesis.

24. Cuando sea necesario enumerar varios elementos fuera de un párrafo se utilizarán numerales con un punto.

25. La redacción de los trabajos debe ajustarse a los parámetros del discurso científico.

CAPITULO III DE LAS REFERENCIAS

En el caso de libros las referencias se elaborarán de acuerdo a los ejemplos que a continuación se presentan:

LIBROS

Con un autor:

Arias, F. (2006). **El Proyecto de Investigación**. (5ª.ed.). Caracas, Venezuela:

Editorial Episteme.

Con dos autores:

Terry, G. y Franklin, S. (2001). **Principios de Administración**. México.

Con más de dos autores:

Selltiz, C; Wrightsman, L. y Cook, S. (2000). **Métodos de Investigación en las Ciencias Sociales**. (9ª ed.). Madrid: Rialp.

Autor institucional:

Universidad Nacional Abierta. (1984). **Técnicas de Documentación e Investigación I**. (6ª ed.). Caracas: Autor.

ARTÍCULOS

En revista especializada

Ruíz, P. (2008). Diseño de un modelo teórico de consultoría gerencial para una empresa universitaria a distancia Universidad Nacional Abierta, XXII, 97-114.

Borges M. y Navarro, Y. (2010). La gestión judicial de los Juzgados de los Municipios del estado Cojedes y la satisfacción ciudadana como un mecanismo de control social en la Administración de Justicia. Revista Memorialia, (7), 25-30. Venezuela.

Artículos en periódicos:

Caballero, M. (1997, Agosto 10). Cambios en la mentalidad venezolana. El Universal, p. 1-4.

PONENCIAS:

Presentadas en eventos

Navarro, Y. (2010, Junio). Estrategia para la reinserción social de adolescentes con conductas delictivas del Inam Cojedes a través de las Actividades Físicas Recreativas. Ponencia presentada en la IV Conferencia Internacional de Actividad Física, tiempo libre y recreación. Villa Clara. Cuba 2010. Universidad de Ciencias de la Cultura Física

y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana, Cuba.

Publicadas en revistas o memorias de eventos

Guerrero, B. (2009). Historia de vida como herramienta metodológica en el modelo de evaluación para la certificación de las competencias profesionales del guía de turismo. Memoria de las XVIII Jornadas Técnicas de Investigación y II de Postgrado. Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales "Ezequiel Zamora". San Carlos, Cojedes.

TRABAJOS ACADÉMICOS

Trabajos de Grados y tesis doctorales

Ruíz, P. (2009). Institucionalización de los procesos de regionalización en economías de Rusia y Venezuela: diferencias y similitudes en sus concepciones, formas y modelos. Tesis doctoral no publicada. Universidad Estatal del Belgorod. Rusia.

Marín, J. (2010). Estrategia terapéutica para niños obesos de 7 a 12 años de edad en la escuela Carlos Vilorio Estado Cojedes. Trabajo de grado de maestría no publicado. Universidad Deportiva del Sur. Cojedes.

Trabajos de ascenso

Sabino, C. (1981). La Tecnocracia como clase. Trabajo de ascenso no publicado. Universidad Central de Venezuela. Caracas.

Documentos legales

Ley Orgánica de Protección del Niño, Niña y Adolescentes. (2007). Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela, 38828 (Extraordinaria), Diciembre 10, 2007.

En la ciudad de San Carlos, a los 19 días del mes de octubre de 2011

INDICE ACUMULADO
REVISTA CIENTÍFICA “DIMENSIÓN
DEPORTIVA”

Una contribución al conocimiento científico en el ámbito deportivo

NÚMERO 1 – 2011

Editorial.

Pedro Javier Ruíz Aular

Estrategia funcional para mejorar el mantenimiento de los espacios destinados a la práctica de la actividad físico-deportiva de la Universidad Iberoamericana del Deporte.

David J. Sequera I.

Estrategia terapéutica para niños con obesidad de 7 a 12 años de edad.

Jesús M. Marín C.

Estructura organizacional para la Coordinación de Proyección Deportiva en la Universidad Iberoamericana del Deporte.

Luis M. Díaz

Estrategia para la reinserción social de los adolescentes con conductas delictivas desde una perspectiva físico-recreativa.

Yarith C. Navarro E.

Ensayo: El deporte como instrumento catalizador para lograr la paz.

Pedro J. Ruíz A.

NÚMERO 2 – 2011

Editorial

Yarith C. Navarro E.

Consideraciones sobre la contribución del entrenador deportivo a la preparación psicológica.

Mercedes de Armas P.

La inteligencia emocional en el deporte.

Yumary J. Lima R.

Recomendaciones para el trabajo en el proceso de la investigación histórica: sus manifestaciones en el campo de la cultura física y el deporte.

Roberto A. Pérez C.

Virgen Castro G.

Adulto mayor: plenitud y satisfacción.
Karim Y. Morales J.

Simón Rodríguez y la educación venezolana.
Miriam J. Rodríguez Q.

NÚMERO 3 – 2012

Editorial

Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

El deporte desde una visión transcompleja.
Crisálida Villegas

Sistema de ejercicios para mujeres embarazadas a partir de su etapa de gestación en la comunidad La Herrereña del Municipio Ezequiel Zamora, estado Cojedes, Venezuela.
Rubén O. Matute L.

Corrección de las desviaciones de la columna vertebral (lordosis) a través de la aplicación del masaje shiatsu y técnicas posturales en los pacientes del Centro de Diagnostico Integral Aeropuerto, municipio San Carlos, estado Cojedes.
Daniel A. Zambrano M.

Análisis de la dinámica de aceleración para determinar la distancia óptima a utilizar en la prueba de velocidad para jugadores de beisbol.
Carlos A. Conde

Plan estratégico de atención especializada dirigido a los clubes polideportivos escolares del sector rural en el municipio Cruz Paredes, estado Barinas.
Elsy Moreno

Estudio del clima docente universitario en estudiantes de 8vo. Semestre del Programa Municipalizado de Actividad Física y Salud de la Misión Sucre en ocho estados de la República Bolivariana de Venezuela, 2012.
Miguel R. Vázquez M.

Sistema de gestión ambiental para mejorar las condiciones ambientales del Gimnasio de Gimnasia de la Villa Deportiva de San Carlos, estado Cojedes.
Geovanny Marchán E.
Yuleimi Peña R.

Modelo de captación de talentos en lucha olímpica femenina dirigido a profesores de educación física.
José A. Gerardo

NÚMERO 4 – 2012

Editorial

Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

El ajedrez, puente mediador para desarrollar
la inteligencia y el valor social
Janitza Ramirez

Influencia del hidromasaje janzu en la rehabilitación de la escoliosis de primer grado en niños de 12
y 13 años de edad que asisten al área
terapéutica del Camilo Cienfuegos en el municipio Plaza
de la Revolución.
Domingo Román Vega

Estrategia de evaluación del aprendizaje en la asignatura de análisis de datos para los profesionales
de cultura física.
Susana Minoú Blanco

Folleto instructivo metodológico para la profilaxis
de las lesiones de manos de los boxeadores
Noemí c. Roig

Aplicación de la terapia shiatsu-do (hokonokata) para disminuir la
tensión muscular del adulto joven con retraso mental, asociado a unahemiparesia espástica. Del telb
“Año Bicentenario Natalicio del
Libertador” en San Carlos - estado Cojedes
Amada Jackeline Castro

Relación entre la composición corporal y la fuerza máxima isométrica de agarre con la potencia
muscular de los brazos en luchadores
cadetes del estado Barinas.
Padilla José

Empowerment como herramienta para la optimización del proceso
gerencial en la asociación de atletismo del estadio agustin tovar
Vásquez Ramona

El Poder Educativo de la Internet
Dalui Monasterio

Experiencia de estudios interactivos a distancia
de la Universidad Deportiva del Sur
Ameira Peña

El deporte, una fuerza impulsora para nuestra sociedad
a través del judo
Jesus Marin

DIMENSIÓN DEPORTIVA



UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR



**UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR**



RESEÑA HISTÓRICA

La Universidad Deportiva del Sur, fue creada por decreto presidencial N° 4244, en el año 2006.

Fue inaugurada el 9 de febrero del mismo año, en la ciudad de San Carlos, capital del Estado Cojedes - Venezuela.

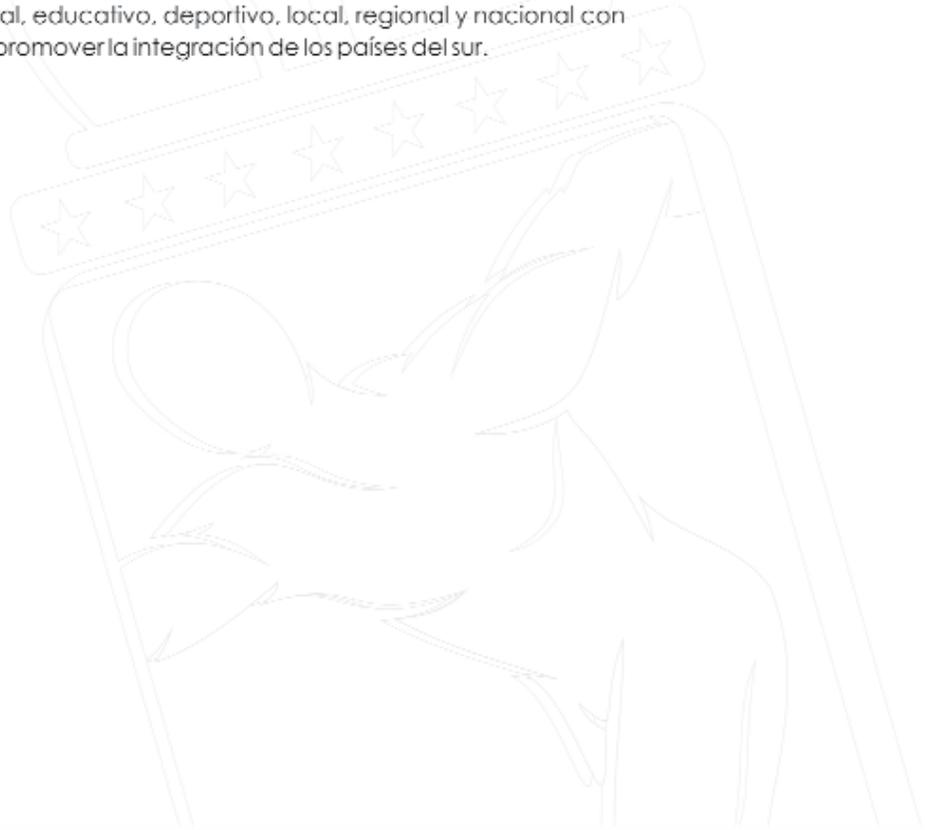
El proyecto nace, con la idea de aprovechar el potencial de las Instalaciones Deportivas de los "Juegos Nacionales Cojedes 2003" y la ubicación estratégica a nivel geográfico que posee el estado en la zona central del país, que facilita el acceso de los estudiantes provenientes de los cuatro puntos cardinales del norte, sur, este y oeste de Venezuela y de los países del sur.

Se divisa como un proyecto educativo, geopolítico y social orientado a la formación de talento humano, altamente capacitado en las áreas académicas requeridas para el desarrollo y la consolidación del deporte nacional en términos de masificación de la actividad física y el fortalecimiento del rendimiento académico.



MISIÓN

La Universidad Deportiva del Sur, se compromete con un proyecto educativo, cultural y social que implica la divulgación, generación y sistematización del conocimiento y la apertura a experiencias inéditas en los ámbitos de formación, investigación y proyección social en los niveles de pregrado y posgrado en los campos científico, tecnológico, social y humanístico, asociadas a la actividad física, el deporte y sus áreas afines para lograr la vinculación permanente del desarrollo socioeconómico, ambiental, educativo, deportivo, local, regional y nacional con el fin de promover la integración de los países del sur.





VISIÓN

Ser una Institución de Educación Superior líder en la formación humanista, integral, permanente y de calidad del talento humano con vocación hacia la actividad física, el deporte y sus áreas afines en el ámbito nacional e internacional, asumiendo el compromiso del estado, lo público y lo social en correspondencia con la aplicación de las TIC'S para el desarrollo de sus planes, programas y proyectos, la municipalización y el resto de sus procesos fortaleciendo sus incidencias efectivas sobre las prácticas que determinan el estilo de vida y la salud de los pueblos.



VALORES CORPORATIVOS

TRANSPARENCIA: y la honestidad son los principios rectores en el actuar de nuestra institución. Estos obligan, sin excepción, a todos los miembros de la organización.

ESPÍRITU DE EQUIPO: la institución cuenta con un equipo exitoso, que valora el aporte brindado por cada miembro, además de trabajar de forma global y comprometida para alcanzar las metas en común.

EXCELENCIA: Comprende la lucha continua para el mejoramiento del rendimiento, con el fin de cumplir los compromisos adquiridos.

DIVERSIDAD E INTEGRACIÓN MULTICULTURAL: la UDS es una institución multicultural y reconocemos la diversidad como clave de éxito.

APRENDIZAJE ORGANIZACIONAL: la capacidad de aprender y desarrollarse como personas, profesionales e institución es la clave del alto desempeño.



IMAGEN CORPORATIVA

Es la imagen generalmente aceptada de lo que una organización "significa", es decir la fusión del isotipo y el logotipo, para crear la imagen gráfica que representa a la institución. Es conocida también como "Isologo" o "Isologotipo".

El isologo en términos generales es concebido como una forma rectangular con disposición vertical que expresa la sensación de bienestar y equilibrio.

Se aplican los conceptos de superposición y sustracción de formas, en el isotipo, como también se desarrollan los principios de color saturado que denota atracción en el diseño por la pureza de los tonos y el de contraste cromático con el fin de excitar y atraer la atención del público con un aspecto más dinámico.

Se emplearon elementos característicos del pabellón tricolor con la finalidad de enaltecer la identidad nacional, así como también se emplearon símbolos de la antigua cultura griega, cuna del deporte.

El isotipo se ubica en la parte superior y el logotipo conforma la base del isologo, lo que da como resultado una imagen agradable e identificativa que representa el espíritu deportivo y la identidad académica de la universidad deportiva del sur.



**UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR**

Programas de Formación de Pregrado

Perfil de Ingreso

Modalidad Presencial

El aspirante a ingresar a la Universidad Deportiva del Sur debe considerar los siguientes aspectos para cursar exitosamente el programa de formación que seleccione:

Aspectos Generales:

- Poseer el hábito de la práctica de actividades físicas, deportivas y /o recreativas.
- Tener habilidades de razonamiento verbal, exactitud y rapidez en respuestas a situaciones características del trabajo en equipo.
- Poseer capacidad de atención, concentración, ingenio e iniciativa.
- Manejar de forma competente los procesadores de texto y herramientas básicas de computación.
- Ser proactivo, participativo y crítico, con inclinaciones hacia la práctica deportiva y deseos de desarrollar la oferta de la misma con espíritu de servicio.
- Conocer la realidad social, poseer sensibilidad y demostrar capacidad de integración a la misma.
- Poseer inclinación hacia la investigación.

Programa de Formación:

Licenciatura en Actividad Física y Salud

Forma profesionales con capacidades, habilidades, destrezas, actitudes y valores para planificar, organizar, ejecutar y evaluar actividades físico-deportivas y recreativas para personas en los diferentes momentos de su vida.

Contribuirá con la educación integral y dará respuestas a las necesidades de prevención y acceso a la salud en su dimensión biopsicosocial, como lo define la Organización Mundial de la Salud (OMS) a través de actividades físico-deportivas, recreativas de tiempo libre y ocio activo, deporte para todos, actividades en la naturaleza, con niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores y las personas con discapacidad. De igual forma, abarca la utilización del ejercicio físico como profilaxis y tratamiento terapéutico con fines de rehabilitación física y reeducación motriz para toda la población.

Aspectos específicos de Ingreso:

- Poseer interés y disposición para la planificación, promoción y desarrollo de actividades físicas, deportivas y recreativas en el ámbito social y comunitario.
- Tener interés por una vida sana y la formación integral del individuo.
- Poseer dominio de las destrezas deportivas básicas.
- Tener interés en la investigación y conocimiento de teorías y metodologías aplicadas a la actividad física y salud.

Programa de Formación:

Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

Forma profesionales con capacidades, habilidades, destrezas, actitudes y valores para planificar, organizar, ejecutar, evaluar y controlar el entrenamiento deportivo en una



disciplina para personas en los diferentes momentos de su vida. Contribuirá en el desarrollo del deporte en todas sus manifestaciones educativo, masivo y selectivo con un énfasis especial en la selección, detección y orientación de talentos, el entrenamiento deportivo de iniciación, desarrollo, promoción, perfeccionamiento y el alto rendimiento propiamente dicho del deporte aficionado y profesional, esenciales para la planificación, supervisión y control del entrenamiento deportivo con niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores y personas con discapacidad, para dar respuesta a necesidades del deporte en el ámbito de las concepciones filosóficas y políticas desarrolladas en los contextos socio-históricos y culturales de Iberoamérica y el Caribe utilizando los principios del entrenamiento deportivo sobre la base moderna y conceptual de las ciencias aplicadas al deporte.

Disciplinas Deportivas ofertadas en el Ingreso Presencial 2012 II:

- Beisbol, Softbol, Baloncesto, Esgrima, Voleibol, Karate-Do, Ciclismo, Tenis de Mesa, Ajedrez y Palinaje

Aspectos específicos de Ingreso:

- Tener interés y disposición de involucrarse en los procesos de planificación, promoción y desarrollo del entrenamiento deportivo.
- Poseer dominio de los elementos técnicos y tácticos básicos de uno o varios deportes, que garanticen el progreso y desenvolvimiento en el programa.
- Poseer inclinación hacia la investigación y conocimiento de teorías, metodologías y tecnologías aplicadas al entrenamiento deportivo.

Programa de Formación:

Licenciatura en Gestión Tecnológica del Deporte

Forma profesionales con capacidades, habilidades, destrezas, actitudes y valores para planificar, organizar, ejecutar y controlar la gestión del deporte aplicando las tecnologías de información y comunicación. Contribuirá a la formación de un gerente de procesos de la actividad física, deportiva y recreativa a través de la aplicación de las tecnologías de información y comunicación a la gestión económico-administrativa, personal, producción, uso y mantenimiento de la infraestructura, oferta de las instalaciones, promoción, mercado y control de los procesos de planificación, organización, desarrollo y evaluación propios de su gestión.

Aspectos específicos de Ingreso:

- Poseer interés en conocer el funcionamiento del deporte en el área gerencial, técnica administrativa y de sistemas, así como los aspectos legales que fundamentan la gerencia deportiva.
- Tener interés y disposición para involucrarse en los procesos de dirección de organizaciones, entidades e infraestructura en el ámbito deportivo.
- Poseer inclinación al conocimiento y aplicación de las tecnologías y nuevas tendencias en el ámbito deportivo.



DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO

POSGRADOS EN PROCESOS DE ACREDITACIÓN ANTE EL CONSEJO NACIONAL CONSULTIVO DE POSTGRADO

- ESPECIALIZACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA PARA POBLACIONES ESPECIALES
- ESPECIALIZACIÓN EN METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
- MAESTRÍA EN GERENCIA DEL DEPORTE

POSGRADOS QUE SE IMPARTEN EN EL MARCO DE LOS CONVENIOS DE COOPERACIÓN ENTRE LA UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE "MANUEL FAJARDO" DE LA REPÚBLICA DE CUBA Y LA UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR

- MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD
- MAESTRÍA EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
- MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA
- DOCTORADO EN CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA



Impreso por Ediciones de la Universidad Deportiva del Sur

SE IMPRIMEN 600 EJEMPLARES