



SIMPOSIO INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA

APROPIACIÓN, APLICACIÓN Y USO SOLIDARIO DEL CONOCIMIENTO

JUNIO
12 - 17
de **2017**

Cuba

MODALIDAD: PRESENCIAL Y NO PRESENCIAL



Ministerio de Educación Superior
República de Cuba
Fundado en 1976





2018

Título original

Apropiación, generación y uso solidario del conocimiento III

Varios Autores

Compiladores

MSc. Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez

MSc. Osniel Echavarría Ramírez

ISBN 978-1-945570- 38-4

Primera Edición, febrero de 2018

Capítulo Redipe Estados Unidos

SELLO Editorial

Editorial REDIPE (95857440)

Coedición: Editorial Redipe –Universidad de Ciencias Pedagógicas, Asociación Nacional de Pedagogos Cubanos

Red de Pedagogía S.A.S. NIT: 900460139-2

Editor

Julio César Arboleda Aparicio

Comité Editorial

Nancy Chacón Arteaga- Gudelia Fernández Pérez de Alejo y Damián Guillermo de la Universidad de Ciencias Pedagógicas

Lidia Ester Cuba de la Universidad de La Habana

Pedro León Llano de la Universidad de Artemisa

Osniel Echavarría Ramírez Coordinador de la Red Internacional de Educación, Cultura Física y Deporte (Riecufid) Cultura Física, Universidad de Las Tunas

Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez Macroproyecto Iberoamericano Evenhock, Cultura Física, Universidad de Las Tunas

Pedro Ortega Ruiz, Pedagogo español, Coordinador Red Internacional de Pedagogía de la alteridad (Ripal)

José Manuel Touriñán, Pedagogo español, Coordinador Red Internacional de Pedagogía mesoaxiológica

Karla Iariza Parra, docente investigador UABC, México

María Ángela Hernández, investigadora Universidad de Murcia, España

María Emanuel Almeida, Centro de Estudios de las Migraciones y Relaciones Interculturales de la Universidad Abierta, Portugal.

Carlos Arboleda A. Investigador Southern Connecticut State University (USA)

Julio César Arboleda, Director Redipe, Profesor USC.

Santiago de Cali, Valle del Cauca, Colombia



EVENTO HOCK-RIECLUTAD





CONTENIDO

Prólogo	8
Generalidades del Simposio.....	9
PARTE I PONENCIAS EVENHOCK. CAPÍTULO I: Actividades Físicas Comunitarias. Cultura Física Terapéutica y Profiláctica	13
1.1. PLAN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS RECREATIVAS PARA LA PARTICIPACIÓN COMUNITARIA EN FUNCIÓN DE INCIDIR EN LA CONDUCTA SOCIAL DE LOS RESIDENTES DEL SEXO MASCULINO DE LA CIRCUNSCRIPCIÓN 42 DEL MUNICIPIO DE MARIANAO. Lic. Bárbaro Hernández Peña.....	14
1.2. PROFILAXIS Y TRATAMIENTO ESCAPULOHUMERAL EN EL BÉISBOL. MSc. Pedro Menandro Calzado.....	22
1.3. EL AUTOCUIDADO Y LOS TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICO EN LOS FISIOTERAPEUTAS Lic. Antonio Del Valle Torres.....	32
1.4. LA ENSEÑANZA DE LA CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA A LOS ESTUDIANTES ASMÁTICOS DEL NIVEL SUPERIOR SUSTENTADA EN EL TAI CHI. Dr. C Manuel Alejandro Romero León.....	44
1.5. ¿MI VEJEZ EMPEORA CON EL RUIDO? Dra. Odalys Hernández Peña.....	60
1.6. ACCIONES METODOLÓGICAS CON ENFOQUE INTERDISCIPLINARIO EN LA COMUNIDAD LOS COQUITO DE LA PROVINCIA DE CAMAGÜEY. Dra C. Zita Elayme Navarro Leyva.....	69
1.7. EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS PARA MODIFICACIONES DEL APOYO PLANTAR EN DEPORTISTAS. Dr. C. José Francisco Monteagudo Soler.....	73
1.8. METODOLOGÍA PARA LA ATENCIÓN FÍSICO-EDUCATIVA A NIÑOS CON DIAGNÓSTICO DE RETRASO MENTAL QUE PADECEN DE ASMA BRONQUIAL. Dr. C. Yoandris Espinosa Telles.....	80
1.9. LA ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREATIVA: SU IMPACTO EN LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR Dra. C. Nerely de los Dolores de Armas Ramírez.....	88
1.10. AUTOVALORACIÓN Y CALIDAD DE VIDA: UNA MIRADA DESDE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE. Dr. C. Carlos Tamayo Roca.....	95



1.12. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN COMUNITARIA PARA MEJORAR CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN UN ÁREA PRIMARIA DE SALUD.

Dra. Odalys Hernández Peña.....102

1.13. ESTUDIO DE LAS ALTERACIONES DE LA COLUMNA VERTEBRAL, RODILLAS Y PODÁLICAS EN ESCOLARES DEL PRIMER CICLO DEL SEMINTERNADO "RAFAEL MARTÍNEZ MARTÍNEZ" DEL MUNICIPIO LAS TUNAS.

MSc. Carmen Lozada Vega.....110

1.14. ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA LA EDUCACIÓN AMBIENTAL, CON ADULTOS MAYORES E LOS CÍRCULOS DE ABUELOS

MSc. Elida Balbuena Imbernón 119

1.15. APLICACIÓN DE EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS PARA CONTROLAR LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN JÓVENES Y ADOLESCENTES.

Lic. Manuel Rolando Artime Méndez.....126

CAPÍTULO II: Formación Permanente Del Profesional.....133

2.1. LA PREPARACIÓN DEL DOCENTE DE LA ESCUELA PEDAGÓGICA PARA REAFIRMAR PROFESIONALMENTE A LOS ESTUDIANTES. RETOS Y PERSPECTIVAS.

Dra. C Yuderkys Bell Speck.....134

2.2. LA FORMACIÓN DE INTERESES PROFESIONALES PEDAGÓGICOS EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE CULTURA FÍSICA DESDE LA DISCIPLINA PSICOPEDAGOGÍA

Dra. C. Isis Dominguez Blanco.....140

2.3. LA ORIENTACIÓN PROFESIONAL A TRAVÉS DEL JUEGO DE ROLES DESDE LA INFANCIA PREESCOLAR

Dra. C. Liudmila Mengana Lorenzo 150

2.4. LA REAFIRMACIÓN PROFESIONAL EN LA FORMACIÓN DE LOS PROFESORES: RETOS Y PERSPECTIVAS

Dra. C. Yanetsy García Acevedo 158

2.5. LA MÚSICA EN EL PROCESO FORMATIVO DEL INSTRUCTOR DE ARTE.

MSc. Yaima de las Mercedes Mariño 171

2.6. RETOS Y PERSPECTIVAS EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN ARTÍSTICA DE LA UNIVERSIDAD LAS TUNAS

MSc Elizabeth López Morales 178

CAPÍTULO III: Deporte.....187



3.1. PROCEDIMIENTO DIDÁCTICO ALTERNATIVO PARA LA PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO TÁCTICO DE LOS LUCHADORES JUVENILES TUNEROS.

MSc. Benjamín Blas Thorfe Blanco.....188

3.2. ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA DEPORTIVA, EN ATLETAS ESCOLARES DE CAMAGÜEY.

Dr. C. Hirbins M. Dopico Pérez.....192

3.3. LA ORIENTACIÓN VOCACIONAL DEPORTIVA: UN PROCESO DE AYUDA PARA LA SELECCIÓN DE TALENTOS.

MSc. Osniel Echevarría Ramírez..... 200

3.4. ORIENTACIÓN PARA EL DESARROLLO DE MOTIVOS PROFESIONALES DEL ESTUDIANTE-ATLETA HACIA LA CARRERA PEDAGÓGICA DE CULTURA FÍSICA.

Dra. C Nerely de los Dolores de Armas Ramírez.....211

3.5. METODOLOGÍA PARA LA PREPARACIÓN FÍSICA DE LOS AJEDRECISTAS DE ALTO RENDIMIENTO.

MSc. Fausto Osorio Curbelo.....228

3.6. ESTUDIO SOBRE LA FORMACIÓN DEL RITMO DE LA CARRERA DE APROXIMACIÓN EN LOS SALTADORES DE LONGITUD

Lic. Agustín Neuland Estrada.....238

3.7. JUEGOS SIMPLIFICADOS PARA DESARROLLAR LOS PRINCIPALES ELEMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS DEL FÚTSAL EN LOS ADOLESCENTES DE 10 A 12 AÑOS.

MSc. Yordanis Tamayo Álvarez 247

3.8. LA FORMACIÓN INTEGRAL DEL HOCKEY SOBRE CÉSPED (S/C) FEMENINO EN EL ESLABÓN DE BASE A PARTIR DEL TRABAJO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS.

MSc. Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez 259

3.9. PROPUESTA DE TEST PSICOLÓGICO DE PENSAMIENTO TÁCTICO PARA EVALUAR LA TÁCTICA DE LAS FUTBOLISTAS ESCOLARES, EIDE LAS TUNAS.

MSc. José Daniel Montero González.....273

3.10. La reducción de desastre y su incorporación a los programas de la Cultura Física.

MSc. Yanelys Arrieta Mas.....279

3.11. Grupo de acciones para planificar las estrategias ofensivas del equipo de futbol de Manatí primera división.

MSc. Yurian Fernández González.....286



3.12. METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DEL VOLEIBOL MEDIANTE LA COMPETICIÓN EN LA CATEGORÍA 11/12 AÑOS

Esp. Adrián Méndez Guerra..... 293

3.13. GRUPO DE EJERCICIOS PARA DESARROLLAR ACCIONES OFENSIVAS EN EL EQUIPO DE FÚTBOL PIONERIL.

MSc. Yordanis Tamayo Álvarez.....305

CAPÍTULO IV: Educación Física, Recreación, Pedagogía, Didáctica y Axiología.....314

4.1. ORATORIA PEDAGÓGICA

MSc. Alejandro del Cristo Rodríguez Morell..... 315

4.2. MEDIACIÓN DIDÁCTICA CONTEXTUALIZADA PARA LA FIJACIÓN DE CONCEPTOS MATEMÁTICOS

Dr. C. Michel Enrique Gamboa Graus.....326

4.3. PROCEDIMIENTOS DE TRATAMIENTO A LA CULTURA DEPORTIVA CON ENFOQUE AXIOLÓGICO.

MSc. Yaquelín Ruiz García.....336

4.4. LA EDUCACIÓN EN VALORES MEDIANTE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN EL CONTEXTO COMUNITARIO.

Lic. Joaquín Estrada Sao.....342

4.5. LA RECREACIÓN COMO VARIANTE DE ACTIVIDAD FÍSICA PROGRAMADA PARA MEJORAR LA FUERZA RELATIVA EN EL ADULTO MAYOR.

Lic. Mauricio Mojena Leyva..... 353



PRÓLOGO

El presente libro, publicado bajo el sello Editorial Redipe en coedición con Editorial Académica-UCP, APC y Universidad de La Habana, constituye las Memorias del III SIMPOSIO INTERNACIONAL “**Apropiación, generación y uso edificadora del conocimiento**” “Reflexiones, investigaciones, programas, modelos, enfoques, perspectivas, estrategias y metodologías”, organizado por REDIPE, Universidad de Ciencias Pedagógicas “Enrique José Varona” y Universidad Las Tunas: Cuba: 13-15 de junio de 2017.

De este modo Redipe avanza en su compromiso de generar oportunidades y capacidades para promover la apropiación, generación, aplicación, transferencia y socialización del conocimiento con el que interactúan agentes educativos de diversos países.

Julio Cesar Arboleda, Ph D

Director Redipe, Profesor USC

direccion@redipe.org



GENERALIDADES

III SIMPOSIO INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA
“Apropiación, generación y uso solidario del conocimiento”
Encuentro Iberoamericano de Pares Académicos
***“Reflexiones, investigaciones, programas, modelos, enfoques,
perspectivas, estrategias y metodologías”***

Dirigido a agentes educativos e interesados de todos los niveles, áreas y ámbitos de la educación de América y Europa

1. Universidad de Ciencias Pedagógicas "Enrique José Varona" (13 de junio):
Calle 108, # 29E08 / 29E y 29F Ciudad Escolar Libertad, Marianao

2. Asociación Nacional de Pedagogos Cubanos (ACP) (14 de junio):
Ave: 41 # 3603 Entre 43 y 45 (Habana). Reparto Kholy PlayaTeléfono 072025478
Universidad de La Habana (15 de junio):

***Facultad de Español para No Hispanohablantes Salón 250 y la Salita de Protocolo del
Centro de Eventos de la Universidad.***
Colina Universitaria, Edificio Varona, San Lázaro y L, Municipio Plaza de la Revolución.

***Como ponente presencial puede escoger el día de su ponencia en La Habana, entre el 13,
14 y 15 de junio***

Apoyan:

**Ministerio de Educación Superior República de Cuba; REDPAR, CIHCyTAL , RIPAL, RIPEME,
RIEPA- PIIR**

Ejes temáticos:

Apropiación, generación y uso del conocimiento. Educación en contexto y contextos educativos, interculturalidad. Ética y valores; Educación e Historia de las ciencias y la tecnología. Educación para la paz y Pedagogías para la vida. Educación y Pedagogía (todos los temas y niveles de educación). Evaluación, currículo y didáctica. Innovación educativa. Educación y tic. Inclusión-diversidad. Investigación, Educación, Lengua, cultura, Educación Física, Cultura Física, Deporte y Recreación. Gestión y políticas educativas, Liderazgo e Innovación



PROPÓSITO

Generar un espacio de intercambio entre estudiantes, profesores, directivos y otros agentes educativos y organizacionales que indaguen y participen activamente en la generación de espacios más humanos para la vida.

Constituir y/o fortalecer macroproyectos, redes y vínculos frente a los retos y desafíos de educar para la vida.

COMITÉ CIENTÍFICO

Lidia Ester Cuba Vega y Mario Hernández Pérez. Universidad de La Habana

Nancy Chacón Arteaga; Gudelia Fernández-Pérez de Alejo; Damián Pérez Guillermo Universidad de Ciencias Pedagógicas "Enrique José Varona".

Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez, Osniel Echevarría Ramírez, coordinadores del Macroproyecto Internacional Evenhock, Red Iberoamericana de Educación, Cultura Física, Deporte (Riecufid), coordinadores de Redipe en Cuba del Área de la Educación Física, la Cultura Física, el Deporte y la Recreación. Universidad Las Tunas

Pedro León Llano. Universidad de Artemisa- Asociación de Pedagogos Cubanos

Pedro Ortega Ruiz, Pedagogo español, Coodinador Red Internacional de Pedagogía de la alteridad (Ripal)

José Manuel Touriñán, Pedagogo español, Coordinador Red Internacional de Pedagogía Mesoaxiológica

María Ángela Hernández, investigadora Universidad de Murcia, España

María Emanuel Almeida, Centro de Estudios de las Migraciones y Relaciones Interculturales de la Universidad Abierta, Portugal.

Carlos Arboleda A. Investigador Southern Connecticut State University (USA)

Julio César Arboleda, Director Redipe, Profesor USC.

FORMAS DE PARTICIPACIÓN Y ENVÍO DE TRABAJOS

Se puede participar de manera presencial y no presencial. En general hay varias modalidades: asistente, ponente, video ponente, relator (posimposio), acompañante y homenajeado (Mención al Mérito Educativo, Pedagógico, Investigativo, Investigativo, Emprendedor y/o Ciudadano). Por cada elección se entregará credencial.

Presencial y no presencial

Todos los interesados pueden participar de manera presencial en cualquiera de las modalidades señaladas. Quienes no puedan asistir deben enviar carta expresando las razones por las cuales participarán de manera no presencial en cualquiera de las modalidades, en razón de enviarles las respectivas credenciales, en caso de que el Comité Académico haya aceptado su respectiva propuesta. **Como ponente presencial puede escoger el día de su ponencia en La Habana, entre el 11, 12 y 13 de junio.**

Asistente

Pueden interactuar en esta modalidad estudiantes de escuela normal, pregrado y postgrado, profesores, directivos, asesores e interesados. Los asistentes tienen derecho a participar, además, como ponentes/ video ponentes, relatores u homenajeados. Pueden participar sin asistir de manera presencial al evento, relatores (video) ponentes e inclusive homenajeados, enviando carta.

Los asistentes que antes o luego del Simposio envíen relatorías (reflexiones escritas o artículos relacionados con los temas o problemas abordados en el evento, incluido el foro), pueden aplicar a una publicación post-simposio con ISSN, con derecho a certificación por tal concepto. Son textos de mínimo cuatro páginas, con las mismas características solicitadas a ponentes y conferencistas.



Ponente y video ponente (resúmenes y textos completos)

Las ponencias y video ponencias pueden girar alrededor de cualquiera de los **ejes temáticos** o campos señalados. Cada ponencia oral y/o visual puede ser expuesta por uno o varios participantes (hasta 4 coautores), sean profesores, directivos y/o estudiantes, cada uno de los cuales debe formalizar su inscripción.

Resumen: Debe incluir título, autores, correos, institución, palabras clave, resumen de uno o dos párrafos y algunas referencias.

Ponencias: Quienes deseen enviar para las memorias del evento textos completos de ponencia o trabajo No presencial, estos deben tener como **mínimo 6 páginas de extensión y hasta 40**. Los textos valiosos pueden aplicar para su publicación tanto en nuestra Revista Virtual REDIPE con ISSN como en revistas aliadas y en la Colección Iberoamericana de Pedagogía con ISBN y Colección Internacional de Investigación educativa.

Los artículos pueden ser escritos en idioma español, inglés o portugués. Deben llevar: título, nombres del autor-es (en pie de páginas datos de correo e institución, localidad, país), resumen, palabras clave, desarrollo (incluida introducción), síntesis o conclusiones, referencias (y anexos, si aplicare). Tener en cuenta Normas APA, sugerencia versión 6 de 2010.

Para el envío de tablas, figuras y fotografías, [ver instrucciones específicas](#) más abajo.

Página de título: Debe contener los siguientes datos obligatorios: Título del artículo. Nombre y apellido del autor(es).

Resumen: En uno o dos párrafos se debe incluir ideas relevantes del texto; sin notas a pie de página. Enviar en español, inglés y en lo posible en portugués.

Palabras clave: Incluir una lista de palabras clave. Usar un mínimo de 3 y un máximo 6.

Referencias: Las Referencias deben ser citadas en el texto mencionando el apellido del autor y el año entre paréntesis. En el caso de dos autores, ambos apellidos deben mencionarse. Para tres o más autores, se menciona solo el apellido del primer autor más et al. Tener en cuenta alguna de las normatividades autorizadas en el mundo de las revistas académicas.

Tablas : Las Tablas deben llevar numeración arábica y con títulos sobre ellas; las notas a pie de página deben aparecer debajo del cuerpo completo de la tabla. Todas las tablas deben estar citadas en el texto por su número. Las tablas no deben contener datos que estén duplicadas en el texto. Las tablas deben ser enviadas en Microsoft Word o Word Perfect.

Figuras: Las figuras deberían estar expresados en numeración arábica y con un breve título descriptivo. Las figuras deben ser enviadas en Microsoft Word o Word Perfect y no contener vínculos al documento principal o a otros archivos.

Fotografía: Envío digitalizado. Se sugiere en formato TIFF, con un mínimo de 300 dpi. de definición. También se aceptan fotografías o imágenes digitales en formatos GIF y JPG. Se solicita especial cuidado en mantener un máximo de definición en las fotografías a incluir.

Para citar un artículo de la Revista Boletín Redipe (ver el siguiente modelo):

Turpo, Gebera, Oswaldo (2013). Configuraciones discursivas tecnas pedagógicas en la red: algunas aproximaciones. Revista Boletín Redipe, 825, 22-42.

Tiempo de exposición oral/visual: Máximo 15 minutos, lapso durante el cual se debe generar oportunidades de intercambio con el auditorio. Llevar presentación en power point, USB sin virus, incluyendo en la primera diapositiva la imagen del evento.

Video ponencias: Esta modalidad de exposición la realizan algunos participantes que no pueden asistir al evento de manera presencial. Entonces graban su exposición y envían el link del registro en Youtube u otro sitio para subir y compartir videos. Al inicio de la presentación debe aparecer la imagen del afiche o el nombre del evento, así como el título de la exposición.



Homenajeado

Personas, programas, unidades, grupos o instituciones que se postulen o sean postulados a la Convocatoria **Mención de honor al Mérito Iberoamericano 2017** (según la modalidad que escojan o considere el Consejo Académico de REDIPE) **Ciudadano, Educativo, Investigativo, Innovador y Pedagógico**” (solicitar información). Los escogidos deben hacer su respectiva inscripción formal al evento. Si ninguno puede asistir, envían carta exponiendo la razón del caso y solicitando envío del pergamino a la dirección señalada, indicando teléfono, localidad y país. Alguien puede proponer a cualquier agente educativo (profesor, directivo, grupo, centro, programa, facultad, institución, asociación, red) a Mención de Honor al, mediante carta en la que se relacionen los datos y razones de la candidatura.

INFORME, DESCUENTOS, RECEPCION E INSCRIPCIONES

info@rediberoamericanadepedagogia.com, direccion@redipe.org
www.redipe.org

Visítanos en www.facebook.com/redipe y www.twitter.com/redipe



CAPÍTULO I

Actividades Físicas Comunitarias

Cultura Física Terapéutica

Y

Profiláctica



1.1. PLAN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS RECREATIVAS PARA LA PARTICIPACIÓN COMUNITARIA EN FUNCIÓN DE INCIDIR EN LA CONDUCTA SOCIAL DE LOS RESIDENTES DEL SEXO MASCULINO DE LA CIRCUNSCRIPCIÓN 42 DEL MUNICIPIO DE MARIANAO.

Autores. Lic. Bárbaro Hernández Peña

Dra. Odalys Hernández Peña

Tec. Pedro José Santos Hernández

RESUMEN.

La investigación está dirigida a la implementación de un plan de actividades deportivas recreativas en función de incidir en la conducta social para llevar a cabo el trabajo político, ideológico y educativo al que se ha llamado en aras de lograr la formación integral de la sociedad. Haciendo uso de un sistema de métodos teóricos se realizó una sistematización de los referentes teóricos y metodológicos consultados acerca del tema en cuestión que permitieron profundizar en los elementos necesarios y facilitaron cumplir con el objetivo proyectado para la investigación: Elaborar un Plan de actividades deportivas recreativas para incidir en la conducta social de los residentes del sexo masculino en las edades entre los 30 y 45 años de la circunscripción número 42 del municipio de Marianao. Se utilizaron métodos empíricos y estadísticos-matemáticos para la determinación de los estados inicial y final de las actividades deportivas recreativas y la conducta social de las personas seleccionadas como muestra. Los resultados obtenidos después de la aplicación del Plan de actividades permitieron arribar a conclusiones positivas acerca de la incidencia de este en la conducta social.

Palabras Claves: Plan de actividades, Objeto de Estudio, Comunidad.

INTRODUCCIÓN.

Posterior al triunfo de la Revolución, el 23 de febrero de 1961 se crea el Instituto Nacional de Educación Física y Recreación (INDER)¹, dando un vuelco al Deporte en el País, debido a que indicó el camino a seguir a través de una estrategia con objetivos bien definidos, como fueron organizar, planificar y controlar las actividades físicas y recreativas en el País, incorporando en esta actividad a todos los ciudadanos, y estableciendo el Deporte, la Educación Física y la Recreación como un deber y derecho de todo el pueblo materializando las ideas de nuestro Comandante en Jefe bajo la consigna “El deporte derecho del pueblo”².

Para ello fue necesaria la creación de centros especializados que permitieran la preparación de técnicos con una adecuada formación académica y científica, eslabón principal en la orientación y realización de actividades deportivas recreativas en la comunidad.^{3, 11}

También en esta primera etapa se instauran los Proyectos Comunitarios⁴ para dar solución a los problemas sociales que más afectaban a la población y el desarrollo del trabajo preventivo como forma de enfrentamiento a las actividades delictivas heredadas de la sociedad capitalista. Se



partió de los intereses y necesidades de la comunidad teniendo en cuenta las condiciones reales con que contaba la comunidad para la acción, permitiendo el perfeccionamiento de la democracia y por tanto una mayor participación en la toma de decisiones, fiscalización y control de las actividades^{4,5}.

De esta forma, el deporte como manifestación sociocultural pasa de posibilidad a realidad por su esencia popular que deviene de la transformación radical operada por la Revolución en la base socio-económica⁶.

En la Circunscripción 42 del municipio Marianao, la cual se caracteriza por ser muy heterogénea desde el punto de vista social y cultural, se ha evidenciado que existen dificultades en la comunicación interpersonal lo que trae consigo un alto grado de violencia y riñas que provocan alteraciones del orden público. Otra manifestación negativa es la ingestión de bebidas alcohólicas (alcoholismo) unido con la práctica de juegos en lugares y tiempo no permisibles que afectan la tranquilidad ciudadana.

Problema científico:

¿Cómo incidir en la conducta social de los residentes del sexo masculino en las edades entre los 30 y 45 años de la circunscripción 42 del municipio Marianao?

El análisis precedente propicia determinar como objeto de estudio: La conducta social.

De dicho objeto se considera como campo de acción: La participación en las actividades deportivas recreativas de los residentes del sexo masculino en las edades comprendidas entre 30 y 45 años en la circunscripción número 42 del municipio de Marianao.

Objetivos Generales

1. Elaborar un Plan de actividades deportivas recreativas para incidir en la conducta social de los residentes del sexo masculino en las edades entre los 30 y 45 años de la Circunscripción 42 del Municipio de Marianao.

Objetivos Específicos.

1. Valorar cuál es el estado actual de la conducta social y la realización de las actividades deportivas recreativas en los residentes del sexo masculino en las edades entre 30 y 45 años de la circunscripción 42 del municipio de Marianao.

2. Implementar un Plan de Acción para incidir en la conducta social de la Comunidad objeto de estudio.

3. Describir logros en la conducta social con la implementación y realización del Plan de actividades deportivas recreativas en dicha comunidad.



DESARROLLO.

El presente trabajo se relaciona con una Línea de Investigación que se dirige al estudio de los cambios del comportamiento social de la comunidad, bajo la influencia de planes de actividades físicas, recreativas y deportivas^{7, 10}.

Su importancia práctica es la elaboración de un Plan de actividades deportivas recreativas, factible para incidir en la conducta social, específicamente en los residentes del sexo masculino en las edades de 30 y 45 años de la circunscripción 42 del Municipio de Marianao.

La novedad científica de esta investigación radica en la elaboración e implementación de un Plan de actividades deportivas recreativas, que responda a las necesidades y gustos e incidir en la conducta social de los residentes del sexo masculino en las edades comprendidas entre 30 y 45 años, de la Circunscripción 42 del Municipio de Marianao.

Material y Métodos.

El estudio se realizó con una población de 120 residentes del sexo masculino comprendidos entre las edades de 30 a 45 años de edad en la Circunscripción 42 del Municipio Marianao de ellos de se tomaron como muestra a 70 que representa el 58,3% de la población, la diferencia tenían limitaciones físicas o no disponían de tiempo para participar en las actividades.

Métodos.

Se utilizaron métodos basados en las normativas adecuadas según nuestro Sistema de Enseñanza Superior^{8, 9, 12}

I-Teóricos

- Inductivo-deductivo: Posibilitó establecer generalizaciones de lo general a lo particular y conocer los rasgos comunes en todos los individuos analizados.
- Análisis documental :Este método se utilizó para la revisión de las fuentes bibliográficas relacionadas con los fundamentos teóricos básicos asociados directamente con las categorías del objeto de estudio a fin de tomarlos como referentes en el proceso de elaboración de los instrumentos de diagnóstico, para la construcción de la propuesta y para la estructuración del plan de actividades.

II- Empíricos.

- Observación: Se utilizó para caracterizar el estado de las actividades deportivas recreativas y sobre la base de los aciertos y deficiencias elaborar un plan ajustado a estos valores y basado en los fundamentos teóricos.
- Encuesta: Se utilizó para obtener información subjetiva de los protagonistas vinculados a la motivación, preferencias y participación en las actividades deportivas recreativas. Estos resultados se contrastarán con los obtenidos mediante observación para mejorar la objetividad de las valoraciones.



- Entrevista: Al personal encargado de la Prevención Social en la comunidad y a la familia de los participantes, con el objetivo de obtener criterios y recoger sus experiencias sobre el objeto de nuestra investigación y de esta forma enriquecer la información obtenida de una manera confiable.

- Consulta a especialistas: Permitió consolidar y perfeccionar los argumentos planteados en la investigación y fue parte de la base para la confección de la propuesta. Fue dirigida además a recopilar criterios acerca de los elementos tratados en la misma.

Métodos Estadísticos- Matemáticos

- Análisis de porcentaje simple.

Permite procesar todos los resultados de la información obtenida, lo que favorece su interpretación y representación a través del empleo de tablas.

Técnicas Estadísticas

La técnica estadística utilizada fue la estadística descriptiva con la creación de una base de datos en tablas de Word para Windows XP.

Análisis y Discusión.

En nuestro análisis se le dará salidas a los diferentes Objetivos planteados en este estudio

Tabla 1. Conducta social del grupo estudiado antes de la implementación del Plan.

No	Indicadores	Familia(38)	Porciento
1	Práctica de juegos ilícitos	15	39.4
2	Alcoholismo	20	52.6
3	Abuso doméstico	10	26.3
4	Violencia interfamiliar	6	15.78
5	Alteraciones del orden público	12	31.57
6	Violencia intrafamiliar	10	26.3

En la tabla anterior se obtiene como dato que el alcoholismo fue la conducta social que predominó en la población estudiada.

Tabla 2: Encuesta a los residentes del sexo masculinos en las edades comprendidas entre 30 a 45 años relacionada con las actividades deportivas recreativas.

No	Actividades	Muestra	Porciento
1	No les gusta las actividades deportivas recreativas	48	75
2	Les gustaría realizar actividades deportivas recreativas pero no las realizan.	60	93
3	Prefieren realizarlas con profesores	54	85
4	Prefieren realizarlas los sábados y domingos en el horario de 9:00 a 12:00 y de 2:00 a 6:00	52	81



En este caso observamos que la mayoría de la población en estudio (93%) refirió que les gustaría realizar dichas actividades a pesar de no hacerlo, mientras que un 75% no mostraron interés por las mismas.

Tomando en cuenta los resultados anteriores se decidió implementar un Plan de actividades deportivas-recreativas que ayudara a mejorar la conducta social de los ciudadanos en estudio mediante el incremento de estas actividades.

3- Tabla que muestra el Plan de actividades deportivas –recreativas.

No	Actividades	Fecha	Hora	Lugar	Responsable
1	Presentación del plan	30 de Enero	2:00 p.m.	Circunscripción	Delegado Activista
2	Divulgación de la importancia social de las actividades deportivas recreativas	Permanente	T / D	Circunscripción	Delegado Activista
3	Confección de un mural informativo para divulgar las actividades	31 Enero	T/D	Circunscripción	Delegado Activista
4	Promoción del activismo en la Cultura Física	Permanente	T/D	Circunscripción	Delegado Activista
5	Proyección de películas y charlas	Domingos (alternos)	2:00 p.m.	Sala de video	Activista
6	Copa de Voleibol Juegos de Mesa	Del 6 al 28 de Febrero	9:00am 2:00pm	C. D. Jesús Menéndez	Delegado Activista
7	Copa de Baloncesto Juegos de Mesa	Del 6 al 28 de Marzo	9:00am 2:00pm	C. D. Jesús Menéndez	Delegado Activista
8	Copa de Futsal Juegos de Mesa	Del 3 al 25 de Abril	9:00am 2:00pm	C. D. Jesús Menéndez	Delegado Activista
9	Copa de Balonmano Juegos de Mesa	Del 2 al 30 de Mayo	9:00am 2:00pm	C. D. Jesús Menéndez	Delegado Activista
10	Copa de Softbol Juegos de Mesa	Del 5 al 27 de junio	9:00am 2:00pm	C. D. Jesús Menéndez	Delegado Activista
11	Copa de Futbol Juegos de Mesa	Del 3 al 25 de Julio	9:00am 2:00pm	C. D. Jesús Menéndez	Delegado Activista
12	Copa de Beisbol Juegos de Mesa	Del 31 de julio al 29 de Agosto	9:00am 2:00pm	C. D. Jesús Menéndez	Delegado Activista
13	Actividad de recreación (Campismo)	Del 2 al 5 de Septiembre	8:00a.m.	La Laguna	Delegado Activista
14	Clausura y actividad festiva	12 Septiembre	2:00pm	C. D. Jesús Menéndez	Delegado Activista

Tabla 4. Valoración de la participación de las personas objeto de investigación en las actividades deportivas recreativas con la implementación del plan.

4-A. Participación en los deportes.



No	Deportes	Participación Promedio	Porciento
1	Voleibol	54	77.14
2	Futsal	52	74.28
3	Baloncesto	42	60
4	Balonmano	30	42.85
5	Softbol	26	37.14

4-B.Participación en los juegos de mesa.

No	Juegos de Mesa	Participación Promedio	Porciento
1	Dominó	62	88.57
2	Ajedrez	45	64.28
3	Cubilete	34	48.57
4	Dama Polonesa	23	32.85
5	Cartas	15	21.42

En ambas tablas se confirmó una participación evidente en la población tanto en los deportes como en los juegos de mesa.

Tabla 5. Tabla comparativa que muestra los indicadores de la conducta social posterior a la implementación del Plan.

No	Indicadores	Familias:38		Porciento	
		Diagnóstico Inicial	Diagnóstico Final	% Inicial	% Final
1	Práctica de juegos ilícitos	15	10	39.4	26.3
2	Alcoholismo	20	15	52.6	39.47
3	Abuso doméstico	10	7	26.3	18.42
4	Violencia interfamiliar	6	4	15.78	10.52
5	Alteraciones del orden público	12	7	31.57	18.42
6	Violencia intrafamiliar	10	8	26.3	21.13

Los resultados obtenidos muestran que posterior al Plan hubo una disminución en todos los indicadores sociales lo que se hizo más evidente el hábito del alcoholismo.



CONCLUSIONES:

1. El diagnóstico efectuado permitió determinar que existen dificultades con la participación en las actividades deportivas recreativas reflejándose en la conducta social de los residentes del sexo masculino en las edades comprendidas entre 30 y 45 años de la circunscripción número 42 del municipio de Marianao.
2. La elaboración del Plan de actividades deportivas recreativas para incidir en la conducta social de los residentes del sexo masculino en las edades comprendidas entre 30 y 45 años de la circunscripción número 42 del municipio de Marianao, asumió un carácter científico y está estructurado de forma lógica, educativa, instructiva, dinámica, flexible y participativa.
3. Con la aplicación del Plan de actividades se comprobó que hubo un avance positivo en cuanto a la participación en el deporte y la disminución de conductas sociales inadecuadas, demostrándose que la participación en las actividades deportivas recreativas son y deben ser uno de los medios más eficaces con que cuente la sociedad para contribuir en el fomento del bienestar y la salud de los ciudadanos, para la consolidación de hábitos de disciplina social, de solidaridad entre los hombres, para el cultivo de una mejor calidad de vida; en una palabra, para la realización plena del ser humano.

BIBLIOGRAFÍA.

- 1-Caballero Rivacoba, María T y Mirtha J. Yordi García. (2000). El trabajo comunitario: Una Alternativa cubana al desarrollo social. Universidad de Camagüey. Ediciones Ácana, Pág. 174.
- 2-Torres de Diego, Mario J. (1959-2005). Fidel y el deporte. Selección de pensamientos. Editorial Deportes. Pág. 194.
- 3-Valdés Casals, H. y col. (1987). Introducción a la investigación científico aplicada a la educación física y el deporte. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.
- 4- Rubio Arribas V, Rengel Salas JM, Vals Casulá V, Castejón Moreno R. Iturrioz Rosell P, Iturrioz Rosell I. (2007). Evaluación cualitativa del programa comunitario para la promoción de la actividad física: la perspectiva de los médicos. Rev. Int. Med. Cien. Act. Fís. Dep. vol. 7 (25). <http://cdeporte.rediris.es/revista25/artevaluacion47.htm>.
- 5- Vassallo N, Ibarra L. (2000). Selección de Lecturas sobre Psicología Social y Comunitaria. Curso de Formación de trabajadores sociales. Ciudad de la Habana. Ed. Universidad de la Habana.
- 6- Martínez E. (2000). Transformando el barrio: Una experiencia cubana. I Taller de Trabajo Comunitario. Memorias. Comisión Nacional Cubana de la UNESCO.
- 7- Martínez E. (2000). Transformando el barrio: Una experiencia cubana. I Taller de Trabajo Comunitario. Memorias. Comisión Nacional Cubana de la UNESCO.



1.2. PROFILAXIS Y TRATAMIENTO ESCAPULOHUMERAL EN EL BÉISBOL.

Autores: MSc. Pedro Menandro Calzado Vargas. Email: pedrocv@ult.edu.cu

Lic .Carlos Andrés Pedroso Martínez

MSc. Benjamin Blas Thorfe Blanco

RESUMEN

La mayoría de las lesiones en los lanzadores son el resultado de la pérdida de la estabilidad y coordinación en el paso de la estática a la dinámica y la relación entre la movilidad y estabilidad. Los lanzadores que no tienen bien entrenados los patrones neurales del movimiento en lo referente a la mecánica de lanzar requieren de una atención diferenciada y profiláctica no solo por la cuestión del control y equilibrio sino también para evitar lesiones. La orientación propioceptiva es el elemento esencial que fundamenta la intervención profiláctica propuesta, para el tratamiento del movimiento y las posiciones adoptadas por las extremidades y el cuerpo. La estimulación neuromuscular propioceptiva en la profilaxis de lesiones de hombro en el béisbol del alto rendimiento en las categorías (sub 15 y sub18 años) están dirigidos al aumento de la estabilidad y de la amplitud articular, el restablecimiento de la coordinación, el entrenamiento del equilibrio, la relajación muscular y el reforzamiento motor específico. El estudio se realiza con 16 lanzadores que conforman el universo y representan la muestra objeto de estudio, todos son continuantes de la pirámide del alto rendimiento deportivo en el curso (2016-2017) periodo de la investigación. En el caso de los lanzadores de estas categorías (sub 15 y sub18 años) en Las Tunas. En el curso 2015-2016 se reportan 4 casos de lesiones y 3 de molestias invalidantes para lanzar entre 15 y 45 días, acontecidos durante la fase preparatoria y competitiva. El estudio realizado, mostró mejoramiento ostensible en cada uno de los indicadores, lo que prueba satisfactoriamente que la aplicación de los ejercicios de estimulación neuromuscular propioceptiva contribuyen a la profilaxis de lesiones de hombro en las categorías sub 15 y sub 18 años en el área de lanzar del alto rendimiento del béisbol.

Palabras claves: orientación propioceptiva, estimulación, neuromuscular, profilaxis, lanzamientos

INTRODUCCIÓN

La orientación propioceptiva tiene una influencia determinante en el mantenimiento postural, la información y concientización de la actividad motora en las extremidades y la evaluación del objeto en la mano del deportista. Este mecanismo comprende, los receptores de los husos musculares que intervienen en la información del estiramiento muscular, los mecanos receptores cutáneos y los de las capsulas articulares, estos últimos esenciales en la preservación del estado óptimo de las articulaciones, especialmente la escapulo humeral en los lanzadores, al considerar que las molestias o cualquier síntoma de dolor afecta la mecánica de lanzar y el control sobre los lanzamientos con alto riesgo de lesiones.



En la investigación realizada para la reincorporación óptima de beisbolistas post lesión en la EIDE de Las Tunas por P. Calzado (2016) se fundamenta que las algias escapulo humerales, específicamente en las estructuras del manguito rotador suelen ser causa y efecto de la pérdida del control sobre los lanzamientos y la deformación de la técnica la que es responsable de un gran número de lesiones.

Es por tanto necesario fortalecer esta zona, unido al trabajo de la orientación propioceptiva para la reincorporación y mantenimiento el estado óptimo y los resultados esperados en cada deportista. Al respecto este propio autor plantea la necesidad de trabajar la orientación propioceptiva en la concientización y autocorrección de los movimientos para evitar lesiones.

Los autores M. T. Ortega, M.A. Álvarez, L. Cubero (2006) definen la orientación propioceptiva como la sensación (en gran medida no consciente) provocada por el movimiento y las posiciones adoptadas por las extremidades y el cuerpo.

La Facilitación Neuromuscular Propioceptiva (FNP) constituye la base a partir de la cual se realizan adecuaciones para los ejercicios profilácticos propuestos. La (FNP) se aplica a pacientes con una amplia gama de diagnósticos neurosomáticos. Entre sus principales exponentes se encuentra el doctor Herman Kabat quien desarrolla esta técnica a partir de 1940, su interés principal estuvo centrado en el refuerzo muscular y en la coordinación del movimiento. Utilizando para ello los mecanismos de facilitación, aspecto que sienta la presente propuesta.

Los fundamentos de FNP son los movimientos naturales en sus patrones funcionales donde se incluye el gesto deportivo, aspecto que se incluye con la intención de mejorar la condición neuromotora a través de estimular los propioceptores para facilitar la comprensión y concientización del movimiento como medio en la profilaxis de lesiones, a la vez que contribuye a la autocorrección de los errores en los movimientos especializados y su reeducación motora. La clasificación y utilización indistinta de los ejercicios propuestos dirigidos a la profilaxis de lesiones de hombro ayuda al desarrollo de la musculatura y su funcionamiento óptimo, entre sus cualidades básicas se encuentran: la innervación, la fuerza, la resistencia, la ejercitación específica y localizada de estas cualidades, en el caso de la articulación escapulo humeral aportan una mayor seguridad ante su vulnerable constitución anatómica y la amplia gama de movimientos contrarios a su naturaleza que se ejecutan en el área de lanzar de este deporte y con gran intensidad. Se debe destacar además su contribución a la distinción consciente de las contracciones musculares específicas, a la coordinación de los músculos agonista-antagonista durante la ejecución del lanzamiento y el equilibrio.

La estimulación propioceptiva en la profilaxis de lesiones de hombro en el béisbol del alto rendimiento en las categorías escolares y juveniles (sub 15 y sub18 años) están dirigidos al aumento de la estabilidad y de la amplitud articular, el restablecimiento de la coordinación, el



entrenamiento del equilibrio, la relajación muscular y el reforzamiento motor específico. En este caso se hace énfasis en los músculos del maguito rotador, principales responsable de preservar la cabeza del humero dentro de su capsula articular.

En la propuesta de ejercicios para la profilaxis de lesiones de hombro en las categorías (sub 15 y sub18 años) de la EIDE, desempeña un papel fundamental el trabajo de los propioceptores en todo el proceso, estos son estructuras nerviosas especializadas a través de las que percibimos cambios energéticos en el ambiente o en el medio interno. Sus propiedades esenciales son:

- la transductibilidad que le otorga al receptor la capacidad de transformar el estímulo al que se ven sometidos en una señal eléctrica, un potencial de acción;
- una segunda propiedad es la acomodación, quien propicia la adaptación parcial o completa de un receptor a un estímulo después de un cierto periodo de tiempo.

Estas propiedades de los propioceptores al ser entrenadas o ejercitadas intencionalmente son altamente eficaces en la profilaxis de lesiones en el deporte entre ellos se distinguen los propioceptores: cutáneos del tacto y la presión, vestibulares, articulares (capsulares y ligamentosos), huso neuromuscular, órgano tendinoso de Golgi (al que nos referimos posteriormente).

En la metodología para la aplicación de los ejercicios se tiene en cuenta los principios básicos de la (FNP), los que se incluyen como medios para la profilaxis de lesiones de hombro en el béisbol de las categorías sub 15 y 18 años de la EIDE:

- comandos verbales y visuales
- reflejos de estiramiento
- irradiación de fuerza
- inversión de antagonistas
- brazos de palanca cortos (fuerza) y largos (coordinación)

Se hace énfasis para alcanzar este propósito, fundamentar los ejercicios básicamente en el entrenamiento de:

- la movilidad y la estabilidad
- la estática y dinámica
- el equilibrio

En el presente trabajo se define la movilidad como la combinación de la flexibilidad muscular (rango de movilidad articular) en relación con la libertad de un segmento corporal en movimiento y la estabilidad como la capacidad de mantener la postura y/o control de movimiento. La estabilidad observada en sus dos categorías, estática y dinámica.

En relación con los ejercicios profilácticos, en la estabilidad estática se prioriza la valoración del control de movimiento en la posición con una sola pierna de apoyo por resultar indispensable para



el lanzamiento en esta área del béisbol. La estabilidad dinámica se fundamenta básicamente en la utilización de los movimientos especializados de la propia técnica de lanzar.

En el caso de los lanzadores escolares y juveniles (categoría sub 15 y 18 años) la mayoría muestra una buena estabilidad estática, sin embargo producen una ruptura en la coordinación motriz en la transferencia y ejecución dinámica, esto provoca que a menudo rompan los patrones de los movimientos especializados de la mecánica de lanzar tratando de conseguir un mejor control o una mayor velocidad en sus lanzamientos, lo que constituye un alto riesgo de lesiones. Unido a ello y no menos riesgoso es la pérdida del equilibrio en la fase final provocada por la ruptura antes mencionada. En tal sentido el trabajo profiláctico analítico motor especializado suele ser de gran valor.

La mayoría de las lesiones en los lanzadores son el resultado de la pérdida de la estabilidad y coordinación en el paso de la estática a la dinámica y la relación entre la movilidad y estabilidad. Los lanzadores que no tienen bien entrenados los patrones neurales del movimiento en lo referente a la mecánica de lanzar requieren de una atención diferenciada y profiláctica no solo por la cuestión del control y equilibrio sino también para la profilaxis de lesiones.

Este aspecto es de suma importancia y debe tenerse en cuenta antes de la planificación del trabajo de las capacidades físicas condicionales o al menos imbricadas en las mismas, al considerar que estas son causas predisponentes para las lesiones particularmente en la región de la articulación escapulo humeral o del hombro por lo que requieren de la máxima atención del entrenador, el personal terapéutico y sobre todo del trabajo de concientización del propio deportista para el cuidado de su salud.

Al igual que los ya citados (estática y dinámica, estabilidad y movilidad), el equilibrio es esencial para una buena ejecución del lanzamiento y el trabajo profiláctico de lesiones a nivel de la articulación escapulo humeral por la intensidad y el esfuerzo continuo que realiza durante el juego.

El desequilibrio kinesiológico en el gesto técnico de lanzar implica una falta de correlación en el trabajo muscular entre ambos emicuerpos, creando así un gasto excesivo de energía con el inevitable agotamiento físico y mental lo que provoca el aumento de la descoordinación y el esfuerzo adicional tratando de evitarlo, esos elementos se convierten en causas de alto riesgo para la aparición de lesiones.

Al realizar un análisis elemental de la mecánica de lanzar en el béisbol, la unilateralización en el proceso del lanzamiento hace que los desequilibrios se presenten con mucha frecuencia, por lo que en el entrenamiento es muy importante hacer énfasis en su ejercitación constante a un nivel consciente sobre todo en deportistas en pleno desarrollo morfofuncional y fisiológico.



Se hace énfasis en este aspectos teniendo en consideración que sin dudas los factores del desarrollo en el adolescente crea un desequilibrio adicional dado por el proceso de crecimiento, lo que a su vez, esta sensible articulación escapulo humeral o del hombro sea más propensa a lesionarse, por esta causa es cada vez más importante el trabajo de profilaxis de lesiones de hombro en lanzadores de estas categorías sub 15 y 18 años del alto rendimiento.

A partir de lo antes expuesto se fundamenta la necesidad del trabajo intencionado a la profilaxis de lesiones de hombro en estos lanzadores siguiendo un orden metodológico kinesiológico que permita primero:

- el fortalecimiento de los músculos comprometidos con la articulación (en este caso fundamentalmente los del manguito rotador)
- la coordinación sensomotriz de los movimientos especializados.
- el entrenamiento de la movilidad para asegurar la estabilidad

DESARROLLO

El área de lanzar de la categoría (sub 15 y sub 18 años) de la EIDE cuentan con 16 lanzadores que conforman el universo y representan la muestra objeto de estudio, todos son continuantes de la pirámide del alto rendimiento deportivo en este curso (2016-2017) periodo de la realización del estudio.

Métodos teóricos:

Analítico sintético: permitió sistematizar la teoría y determinar las causales del problema y sus consecuencias en cuestión (por separado), para luego integrarlas en un todo y emitir criterios con bases científicas.

Modelación: En la determinación de las particularidades que se deben tener en cuenta desde la teoría para la aplicación de los ejercicios y su posterior validación.

Métodos empíricos

La observación participante, para sustentar el problema, en la etapa del diagnóstico, desde la exploración y evaluación de las actividades en la unidad de entrenamiento y constatar cómo enfrentar la selección y aplicación de la propuesta y corroborar la validez de los ejercicios en la práctica

El análisis de documentos: en el diagnóstico y durante la aplicación de la propuesta, para corroborar el nivel de análisis y utilización de los resultados evaluativos con que se cuentan.

También se utilizaron métodos y técnicas estadísticas para procesar datos cuantitativos y cualitativos, obtenidos durante el proceso de investigación; en consecuencia se emplea el cálculo porcentual.

La articulación hombro o escapulohumeral como se ha descrito anteriormente es la más propensa a lesionarse en la mayoría de los deportes que se practican en el mundo por su continua,



compleja e intensa participación en las acciones deportivas, fundamentalmente en disciplinas como: el atletismo (área de lanzamientos), el tenis, la lucha greco romana, el judo, la natación y el béisbol (fundamentalmente en lanzadores).

Este tipo de lesiones según Hernández C.E y Cambras R. A: en el picher ocurre por lo general que al lanzar la bola realiza una hiperabducción del miembro superior, lo que ocasiona lesión de hombro. (Hernández C.E y Cambras R. A 1999)

En el caso de los lanzadores de estas categorías (sub 15 y sub18 años) en Las Tunas el análisis de documentos mostró el siguiente comportamiento: en el curso 2015-2016 se reportan 4 casos de lesiones y 3 de molestias invalidantes para lanzar entre 15 y 45 días, acontecidos durante la fase preparatoria y competitiva, en total 7 casos.

Las causas de las lesiones están relacionadas con:

- bursitis supraespinosa
- bursitis subdeltoidea
- tendinitis del deltoides.

En la intervención física terapéutica para la profilaxis de lesiones de hombro en lanzadores de las categorías sub 15 y sub 18 años, se realizó una valoración de la clasificación en que se deben agrupar los ejercicios propuestos en correspondencia con los fundamentos básicos antes expuestos:

➤ **Estiramientos analíticos**: son técnicas o maniobras terapéuticas analíticas utilizadas para la profilaxis de posibles lesiones musculares, tendinosas, ligamentosas, articulares, en este caso de la cintura escapular específicamente del hombro. Sirven para elongar, mantener, recuperar la flexibilidad, extensibilidad y elasticidad de los tejidos blandos de más alto riesgo en el proceso de lanzar:

➤ **Isométricos**: Pasivo hasta el límite más isométrico. El estiramiento llega a las estructuras tendinosas por la contracción muscular de las fibras musculares propias y a la resistencia externa.

➤ **Excéntricos**: Es un tipo de carga muscular dinámica donde se desarrolla tensión muscular y la elongación física del músculo. A su vez se añaden adjetivos: Analíticos (1 Solo músculo) o globales. Estáticos o dinámicos, por el tiempo de repetición/duración

➤ **Movilidad y la flexibilidad**: son necesarias para tener una amplitud de movimiento normal. La amplitud del movimiento indolora y sin restricción suele ser necesaria para la ejecución de los diferentes tipos de lanzamientos al deformarse la estructura kinesiológica de las extremidades superiores, esfuerzo que recae sobre sus articulaciones. La movilidad adecuada de los tejidos blandos y las articulaciones son un factor importante para la actividad profiláctica o prevenir recaída de lesiones.



➤ **Viscoelasticidad**, Son ejercicios de mucha importancia al finalizar las sesiones de entrenamiento, la comparecencia competitiva o al concluir esfuerzos intensos. La visco elasticidad es la capacidad que tiene el músculo para recuperar el tamaño original en reposo, después de ser utilizado.

Para la realización de los ejercicios propuestos con una finalidad profiláctica se tiene en cuenta en su aplicación la técnica de estimulación neuromuscular propioceptiva y su contribución al nivel consciente en la ejecución de los movimientos especializados y a la autorregulación del de esfuerzo.

Para alcanzar el propósito profiláctico de lesiones de hombro es indispensable tener en cuenta el trabajo de propioceptores que desempeñan un papel fundamental en la realización de los ejercicios propuestos entre ellos el órgano tendinoso de Golgi y la inervación recíproca:

➤ **organo tendinoso de Golgi (OTG)**: Son mecano-receptores que se encuentran en la unión miotendinosa y tendón, envuelven los extremos de las fibras musculares y son sensibles a la tensión del músculo causado por un estiramiento pasivo o una contracción activa. Son un mecanismo protector que inhibe la contracción del músculo en el que están, es decir, cuando se desarrolla tensión excesiva en un músculo, se activa el Órgano tendinoso de Golgi.

➤ **Inervación Recíproca**: es una propiedad neurofisiológica del tejido contráctil, un mecanismo que se pone en marcha cuando el músculo antagonista se relaja, para no constituir un impedimento para el músculo que desarrolla principalmente el movimiento agonista. Por ejemplo; cuando el músculo bíceps braquial se contrae para flexionar el codo, el tríceps braquial se relajará por medio de la inervación recíproca para permitir que el movimiento se produzca. Este reflejo puede aprovecharse para obtener una mayor relajación y una buena coordinación en la musculatura en la ejecución del lanzamiento.

Ejercicios propuestos

Los ejercicios propuestos pertenecen a modalidades como: el lian kung, tai chi y el yoga, su selección es aleatoria dependiendo fundamentalmente de su relación con el tren superior y específicamente con la articulación del hombro, se unen a estos: ejercicios de amplitud articular, antigravitatorios y ejercicios con la propia técnica de lanzar, su utilización y formas de ejecución dependen de la finalidad según lo dispuesto anteriormente.

Esta propuesta de ejercicios fue aplicada durante el periodo de preparación y el competitivo correspondiente al curso 2016-2017. Se inició en el mes de octubre 2016 y finalizó en el mes de mayo de 2017.

Se definen tres indicadores en los lanzadores:

- sanos
- lesionados

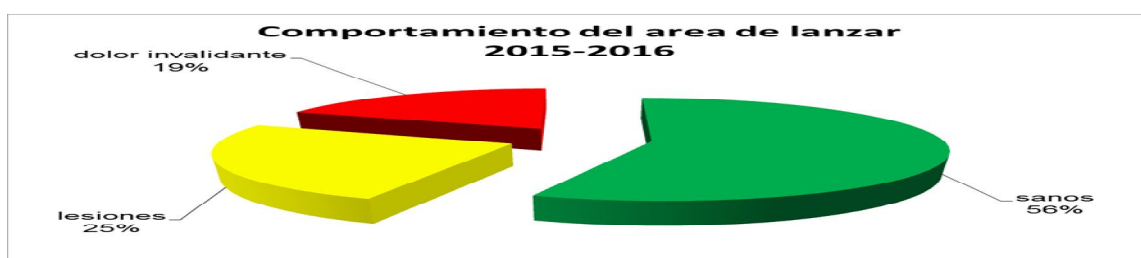


➤ dolor invalidante para lanzar

Análisis de los resultados

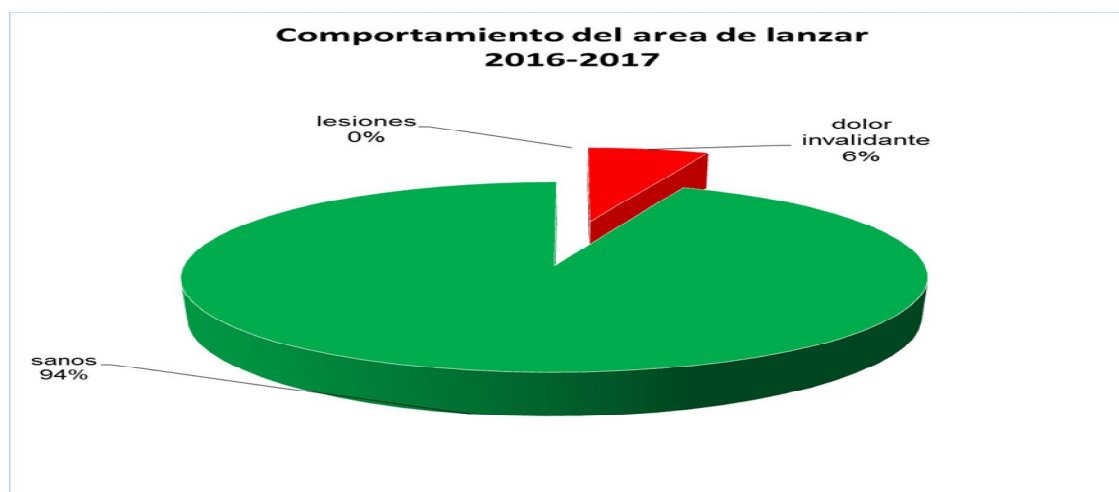
Como resultado de su aplicación se pudo constatar la contribución a la profilaxis de lesiones de hombro, no reincidió ningún caso de los lanzadores lesionado (los 7 afectados en curso 2016-2017), solo se presentó una luxación causada por traumatismo al sufrir una caída que afectó el hombro diestro del deportista en cuestión.

Se analizaron los tres indicadores con el diagnóstico de entrada y salida a partir de análisis documental en este caso la historia clínica avalada por el criterio del facultativo, entrenadores y deportistas

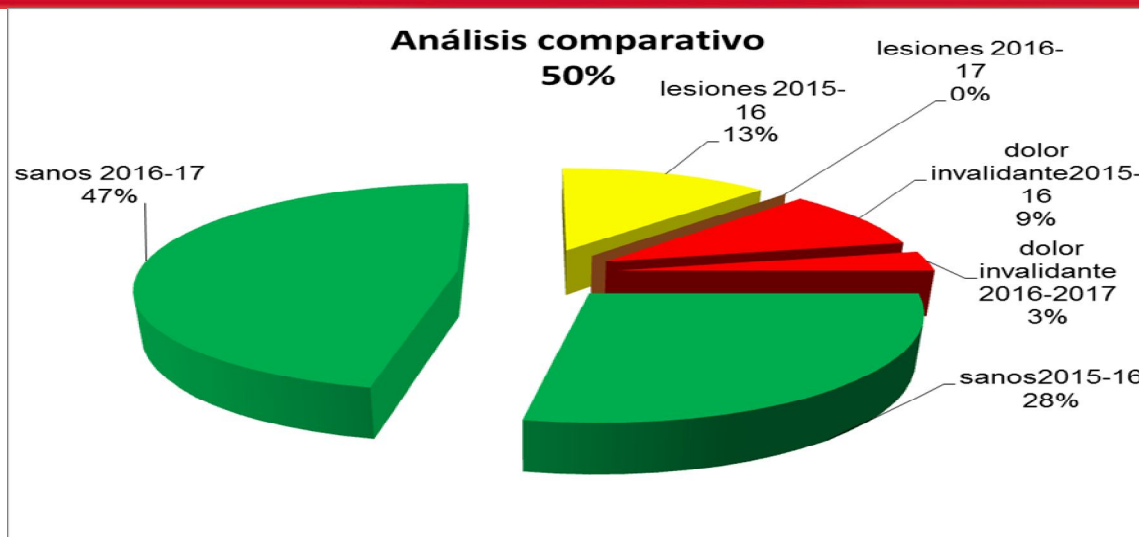


El comportamiento de los indicadores según el cálculo porcentual en el periodo analizado correspondiente al curso 2015 -2016 demuestra que el 56% de los deportistas permanecieron sanos, (25 %) estuvieron afectados por lesiones y que el (19%), se afectaron por dolencias invalidantes para lanzar lo que implica que prácticamente la mitad de los deportistas estuvieron fuera de juego por una u otra razón.

Este aspecto demostró la necesidad de la aplicación de los ejercicios profilácticos de lesiones de hombro aplicados durante el curso 2016-2017



En el comportamiento de los indicadores según el cálculo porcentual analizado en el periodo correspondiente al curso 2016 -2017 se constata que no existió ningún deportista lesionado (0 %) y que en caso de las dolencias invalidantes se presenta solo un caso para un (6%), lo que muestra un importante salto cuantitativo de estos indicadores en comparación con el curso (2015-2016).



El análisis comparativo con el cálculo porcentual (50% 2015-2016 y 2016-2017), la diferencia en el comportamiento con respecto a los indicadores evaluados, en el curso (2015-2016) se presentan cuatro lesionados diagnosticados con bursitis de hombro, bursitis supraespinosa, tendinitis subdeltoidea y síndrome de pinsamiento acromial (13%), estos deportistas con dificultades en la mecánica d lanzar, en la amplitud articular y con descoordinación motriz en la transferencia de fuerza durante la ejecución técnica todos son continuantes con uno o dos años de experiencia en el alto rendimiento, mientras que en el curso (2016-2017) no se presenta ningún caso.

En lo concerniente al dolor invalidante en el curso (2015-2016) se afectan tres deportistas que representan el (9 %) fundamentalmente por dificultades en la preparación física y la alta intensidad del entrenamiento y el juego, en el curso (2016-2017) se afecta solo un deportista (3%) por un traumatismo en el hombro causado por problemas de desequilibrio en la fase final del lanzamiento lo que provocó una caída y el trauma que le invalidó por quince días. De igual forma el indicador de deportistas sanos se muestra que en el (2015-2016) nueve deportistas estuvieron actos para lanzar todo el año (28%), al comparar este resultado con el del curso (2016-2017) se constata que quince (47 %) alcanzan esta condición con solo un afectado en este indicador; la diferencia es de un 19% con respecto al 50% total lo que puede ser considerado en la comparación entre ambos cursos, como una contribución significativa de los ejercicios aplicados para la profilaxis de lesiones de hombro en las categorías sub 15 y sub 18 años de La EIDE de Las Tunas.

El estudio realizado, al analizar los indicadores propuestos con el diagnostico de entrada y salida a partir de la utilización del análisis documental como instrumento, mostró los indicadores un mejoramiento ostensible en cada uno de ellos, lo que prueba satisfactoriamente **la hipótesis** planteada.



La inclusión de estos ejercicios en la planificación de la unidad del entrenamiento sin afectar el cumplimiento de sus objetivos y la aceptación y asimilación de los ejercicios por parte de los alumnos deportistas y profesores entrenadores mostró la viabilidad y factibilidad de los mismos, lo que corrobora la validación de esta propuesta para la profilaxis de lesiones de hombro en los lanzadores escolares y juveniles (categorías sub 15 y sub 18 años) del béisbol en la EIDE de Las Tunas.

CONCLUSIONES

1. El estudio teórico realizado nos permitió profundizar en los elementos anatómicos y morfo funcionales de la articulación del hombro y su relación con la mecánica de lanzar en el béisbol para fundamentar la importancia de la profilaxis de lesiones en los lanzadores de este deporte
2. En el curso (2016-2017) solo se presenta un caso, una lesión en el hombro diestro diagnosticado como un micro trauma a partir de una caída por desequilibrio en un deportista con riesgo al presentar deficiencias en la coordinación de movimientos en la fase final del lanzamiento.
3. Los ejercicios profilácticos de estimulación neuromuscular propioceptiva aplicados muestran su validación al contribuir a la preservación de los deportistas en condiciones de lanzar durante todo el proceso de preparación y competencia, integrándose en la planificación de la unidad de entrenamiento con aceptación por entrenadores y deportistas de las categorías sub 15 y sub 18 años del béisbol de la EIDE en Las Tunas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Abenza Cano, L (2010) Psicología y lesiones deportivas: un análisis de factores de prevención, rehabilitación e intervención psicológica, Tesis Doctoral. Murcia. España.
2. Aberman, L. (1998) Principios de la medicina preventiva. La Habana Editorial Ciencias, Médicas de Habana.
3. Bucetta J.M. (2009) Psicología y Lesiones Deportivas. Prevención y recuperación. Editorial Paidós. España. 123 p.
4. Florean, A. (2002) Lesiones deportivas: importancia y prevención. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/ld44> Consultado el 19 de noviembre de 2013.
5. Colectivo de autores. (2003) Folleto de rehabilitación física. La Habana, Editorial EIEFD.
6. Colectivo de autores. (2006) Actividades físicas y Rehabilitación, Tomo I. Editorial Deportes.
7. Domínguez Alcalde; Marco Antonio (1985). Estudio de algunas características psicológicas del lanzador de béisbol. Trabajo de Diploma. La Habana, Instituto Superior de Cultura Física." Manuel Fajardo".
8. Ealo de la Herrán. Juan. Béisbol /Juan Ealo de la Herrán. __Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación. 2005.



8. Eduardo Martín Saura (2007). Tesis en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. “Metodología para la preparación técnico-táctica con acento en las acciones de grupo en equipos de béisbol de alto nivel”.
9. Fernández, S. (2008) Estudio de las lesiones más frecuentes en deportistas del equipo nacional de tenis de mesa en el período 2005- 2008. Trabajo de Diploma, La Habana, Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.
10. García Manso, Juan M. Pruebas para la valoración de la capacidad motriz en el deporte: Evaluación de la condición física /Juan M. García Manso, M. Navarro Valdivieso, J. A. Ruiz Caballero. – Madrid: Ed. Gymnos, 1996.
11. Harris, C. y Rodrigo A. Cambra. (1999) Traumatología del deporte. Editorial Oriente Santiago de Cuba.
12. Junco Cortés, N. (1986) Los ejercicios físicos con fines terapéuticos. Ciudad de la Habana, INDER.
13. Lesiones comunes en un deportista novato. (s.f.) Disponible en [www. Peru. Com /deportes/noticias/Autonoticias/DetalleNoticia 8056.as](http://www.peru.com/deportes/noticias/Autonoticias/DetalleNoticia_8056.as) Consultado el 8 de Diciembre del 2008.
14. Lesiones deportivas. (s.f.) Disponible en [www. tuotromedico.com](http://www.tuotromedico.com)
15. Lesiones deportivas frecuentes. (s.f.) Disponible en [www. bodyhelp.es/ Lesiones.html](http://www.bodyhelp.es/Lesiones.html).
16. López, A. El Proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Física. Hacia un enfoque integral físico educativo. Editorial Deportes. Ciudad de La Habana, 2003. <http://www.downgranada.org/programasalud/guia.htm>. http://www.down21.org/vision_perspec/art_lamejor_estimulacion.htm
http://www.down21.org/vision_perspec/art_que_es_sd.htm
17. Martín Manuel, José (s.f.) Lesión traumática. Disponible en: [http://hispagimnacios.com/amedicina/Lesi traumat.php](http://hispagimnacios.com/amedicina/Lesi_traumat.php).
18. Ortega Sánchez, R. (1992) Medicina del Ejercicio Físico y del Deporte para la Atención a la Salud. Madrid: Díaz de Santos.
19. Padura, L. Y Raúl Arce. Estrellas del béisbol. / Leonardo Padura, Raúl Arce—La Habana: Editorial Abril 1984 – 245 p.
20. Pastor A, Ferrer V. Estudio funcional en púberes y adolescentes. En: Santonja.
21. Reinaldo, Balbuena, Franger. Del Béisbol casi todo—Edición patrocinada por la legislativa de Panamá.



1.3. TÍTULO: EL AUTOCUIDADO Y LOS TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICO EN LOS FISIOTERAPEUTAS

Autores: Lic. Antonio Del Valle Torres. delvalle@ltu.sld.cu y nadi@ltu.sld.cu

Dra. C. Celia Díaz Cantillo.

Dra. Nadia Rosa Hechavarría Almaguer.

RESUMEN

Fundamento: los trastornos músculoesqueléticos en los fisioterapeutas constituyen un problema de salud, su tratamiento representa un reto en la práctica médica, son algunos de los problemas más importantes de salud en el trabajo. Son consecuencia de la sobrecarga muscular en actividades laborales por posturas, fuerza y movimientos repetitivos con intensidad, frecuencia y duración definidos; es relevante identificarlos con métodos que permitan implementar acciones para la prevención.

Objetivo: argumentar el comportamiento de los TME de los fisioterapeutas que laboran en los servicios de rehabilitación del municipio Las Tunas en el período comprendido de febrero a diciembre 2016.

Método: Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal en una muestra de 142 fisioterapeutas del municipio de Las Tunas. Se utilizó un cuestionario que permitió identificar las características sociodemográficas y clínicas de la muestra y la revisión y análisis del programa de estudio de la carrera de rehabilitación.

Resultados: En el estudio se pudo constatar que el mayor porcentaje de fisioterapeutas se presentó entre los 22 y 30 años, 57.7 eran del sexo femenino, la población de fisioterapeutas de Las Tunas es relativamente joven, ambos sexos son afectados por los trastornos músculoesqueléticos y los fisioterapeutas tienen un bajo conocimiento del autocuidado.

Conclusiones: El porcentaje más elevado de fisioterapeutas se encuentra entre los 22 y 30 años de edad siendo más frecuente el sexo femenino. Los grupos de edades de 31-40 años fueron los más afectados. Las zonas de cuerpo más afectadas son la lumbar y la cervical. La modalidad de rehabilitación en el SOMA es donde más se producen los trastornos músculoesqueléticos por la carga física a que están expuestos. El autocuidado de los fisioterapeutas no se aborda como contenido en el programa de estudio.

Palabras claves: trastorno músculoesquelético, enfermedades ocupacionales, autocuidado postural, prevención.

INTRODUCCIÓN

Las condiciones de trabajo relativas a los puestos ocupados por el personal de fisioterapia, suelen conllevar una serie de riesgos comunes que pueden llegar a afectar la salud de los trabajadores si no se adoptan las medidas preventivas adecuadas. La mayoría de los riesgos asociados a estos



puestos pueden evitarse mediante un adecuado diseño del puesto, una correcta organización del trabajo y la información y formación del personal.

Solar, González, Paz y Romero (2014) plantean que en la década del 30 del siglo XX, la destacada enfermera teórica norteamericana Dorotea Orem introdujo el término de autocuidado, señalando como el individuo puede contribuir constantemente a su propia existencia al definirlo como "El autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas sobre sí mismas, hacia los demás o hacia el entorno, para regular factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar"(Orem 2007,p. 267)

En las proyecciones del siglo XXI, refiere el sociólogo venezolano Briceño (2000): "Un sistema de salud deseable debe colocar su énfasis en la promoción de salud y en la prevención, no en la atención médica" y añade "la reforma del sector salud debe partir de un cambio sustancial en la concepción de salud y de lo que debe ser la intervención en salud"

El objetivo esencial de la educación superior es garantizar profesionales con una sólida formación teórico-práctica de amplia base, que responda de manera creadora a una considerable gama de problemas esenciales relacionados con su profesión. Garrido, Vargas, Garrido y Amable (2015) De ahí que el mayor desafío de la universidad del futuro, es su activa participación en la discusión de las grandes problemáticas que afectan al tejido social aportando investigaciones objetivas, identificando problemas y sugiriendo alternativas para superarlos.

Las Universidades de Ciencias Médicas deben contribuir a promover, conservar y restaurar la salud del hombre, actuando siempre dentro de un marco de referencia humanista. Es fundamental el rol protagónico que desempeñan en la promoción y autocuidado de la salud, tienen el potencial para influir positivamente en la vida y condición de salud de sus miembros, protegiéndolos y promoviendo su bienestar y pueden liderar y apoyar procesos de cambio en la comunidad externa, a través de sus políticas y prácticas (Garrido et al., (2015).

Una universidad promotora de la salud es aquella que incorpora el fomento de la salud a su proyecto, con el fin de propiciar el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida, de esta manera promueve conocimientos, habilidades y destrezas para el propio cuidado y para la implantación de estilos de vida saludables en la comunidad universitaria (Vio y Lange, 2006).

Históricamente en Cuba la formación de los técnicos de la salud del nivel medio y los licenciados se ha efectuado y desarrollado en niveles educativos distintos. En 1965 se crea un curso nacional de auxiliares de fisioterapia de 6 meses de duración, en el Hospital Ortopédico "Frank País". En 1968, se crea el primer curso nacional de Técnicos en Fisioterapia impartido por la kinesióloga chilena Elena Pedraza, enviada por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) en coordinación con nuestro Ministerio de Salud Pública.



En 1989 se inicia la carrera de Licenciatura en Tecnología de la Salud especializados en Rehabilitación, con una duración de 5 años. El 18 de noviembre del 2002, comienza a impartirse el curso de formación emergente en Terapia Física, impartándose las clases en aulas ubicadas en instituciones de los tres niveles del Sistema Nacional de Salud. En el año 2003 comienza un nuevo modelo pedagógico, en el que se integran los graduados del curso emergente. Ya en el 2007 se realiza la primera graduación de Licenciados en Tecnología de la Salud en el perfil de Terapia Física y Rehabilitación, del nuevo modelo pedagógico MINSAP (2010).

Esta disciplina, con un enfoque multidisciplinario plantea resolver la integración de las enfermedades y los tratamientos rehabilitadores como una sola temática para así evitar la amplitud de los programas actuales y brindar soluciones reales a los problemas y necesidades de la formación por competencia.

Los ámbitos de acción del fisioterapeuta son múltiples, desempeñándose en el entorno donde las personas realizan sus actividades diarias, aportando así al desarrollo humano y a la calidad de vida de nuestras comunidades. Por tanto los TME son competencia directa de los fisioterapeutas, encargados de la prevención y la curación de ellos.

Según la Organización Internacional del Trabajo (OTI), los TME se encuentran entre los problemas más importantes de salud en el trabajo, tanto en los países desarrollados industrialmente como en los que se encuentran en vías de desarrollo (Carballo, 2013).

Los TME tienen una gran prevalencia e incidencia en la profesión de fisioterapia, en su mayoría, los profesionales lo han padecido en algún momento de su carrera Echezuria, Fernández, Rísquez y Rodríguez (2013). Su impacto es tal, que actualmente los TME son una de las principales causas de sufrimiento humano, pérdida de productividad laboral y pérdidas económicas (Romo y Campo (2011).

Los TME de origen laboral son causados o agravados fundamentalmente por el trabajo y los efectos del entorno o espacio físico en el que éste se desarrolla. Siendo así un conjunto de lesiones inflamatorias o degenerativas del aparato locomotor. El Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) (2012) refiere que entre las causas físicas de TME se encuentran: la manipulación manual de cargas, posturas inadecuadas y forzadas, movimientos repetitivos, sobreesfuerzo muscular, posición de cuclillas o arrodillado, aplicación de fuerzas y desviaciones posturales significativas de espalda, cuello y muñecas entre otros. Mientras que entre las causas relacionadas la organización del trabajo se destacaban el ritmo de trabajo, los horarios de trabajo y algunos factores psicosociales Paladines (2015) y Rojas y Ledesma (2003).

Los fisioterapeutas se desenvuelven en diferentes áreas de salud como la neurológica, traumatológica y ortopédica, deportiva, respiratoria, geriátrica entre otras. Estudios en la literatura y trabajos realizados por los profesionales del área, demuestran que el tema profilaxis de las



enfermedades ocupacionales, fundamentalmente en la profesión del fisioterapeuta en el contexto mundial no recibe el énfasis necesario y estructurado en su formación, se ha puesto de manifiesto que el plan de formación que se viene aplicando no responde totalmente a las necesidades, demandas y desempeño de este profesional con miras a mejorar el nivel de salud de toda nuestra población.

En la actualidad los trastornos posturales son cada vez más frecuentes, en los fisioterapeutas; pese a esto en varios países del mundo incluido el nuestro, no existen estudios relevantes sobre este tema y mucho menos un adecuado y oportuno sistema de salud que nos permita detectar precozmente estas alteraciones, originando que pasen inadvertidas y que puedan llegar a convertirse en enfermedades ocupacionales que afecten directamente la calidad de vida de los fisioterapeutas.

En Cuba no se encuentran estudios, y planes de prevención oportunos para evitar la aparición de TME de los fisioterapeutas por los trastornos posturales, por ello es cada vez más evidente la aparición de alteraciones ligadas a hábitos posturales erróneos, lo cual conlleva a crear estilos de vida pocos saludables, pero que pueden ser corregidos si se toman las medidas preventivas oportunas.

La alta incidencia de los TME en los fisioterapeutas que afectan su buen desempeño profesional justificó la realización del presente estudio, con el objetivo de argumentar el comportamiento de los TME de los fisioterapeutas que laboran en los servicios de rehabilitación del municipio Las Tunas en el período comprendido de febrero a diciembre 2016.

DESARROLLO

Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal con el objetivo de argumentar el comportamiento de los Trastornos Músculo Esqueléticos (TME) de los fisioterapeutas que laboran en los servicios de rehabilitación del municipio Las Tunas en el período comprendido de febrero a diciembre 2016. El universo estuvo constituido por todos los fisioterapeutas del municipio. La muestra quedó integrada por 142 fisioterapeutas, teniendo en cuenta los siguientes criterios de Inclusión: fisioterapeutas que han presentado TME y que desearon cooperar con la investigación.

Para la recolección de información, se utilizó un cuestionario que permitió identificar las características sociodemográficas y clínicas de la muestra y la revisión y análisis del programa de estudio de la carrera de rehabilitación.

Las variables a estudiar fueron: la edad que se dividió en diferentes grupos de edades, el sexo determinado según género (masculino y femenino), frecuencia de los TME teniendo en cuenta la edad y el sexo, la relación entre TME y años de trabajo, centro de trabajo, regiones del cuerpo



más afectadas, manifestaciones clínicas, comportamiento de los TME según las modalidades de fisioterapia y el conocimiento de los fisioterapeutas sobre el autocuidado.

Aspectos bioéticos: se obtuvo el consentimiento informado de los fisioterapeutas por escrito, previa certificación por el Comité de Ética Médica.

Análisis estadístico: se realizó mediante la estadística descriptiva, utilizando el cálculo porcentual. Se compararon los resultados con otros autores, permitiendo llegar a conclusiones.

Resultados

En cuanto a las edades se observó que el porcentaje más elevado de fisioterapeutas se encontraba entre los 22 y 30 años de edad, pero sólo con ligera diferencia con respecto al grupo de 31 a 40 años, siendo más frecuente el sexo femenino con un 57.7 %.

Gráfico 1 Frecuencia de TME según edad y sexo

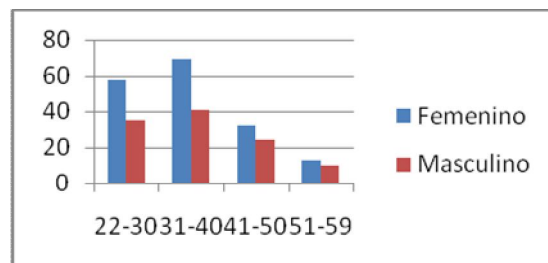


Gráfico 2 relación entre TME y años de trabajo.

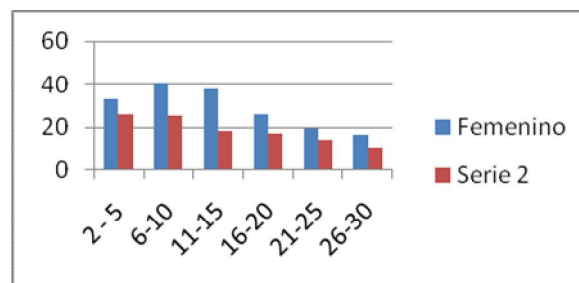


Gráfico 3 Fisioterapeutas según centro de trabajo.

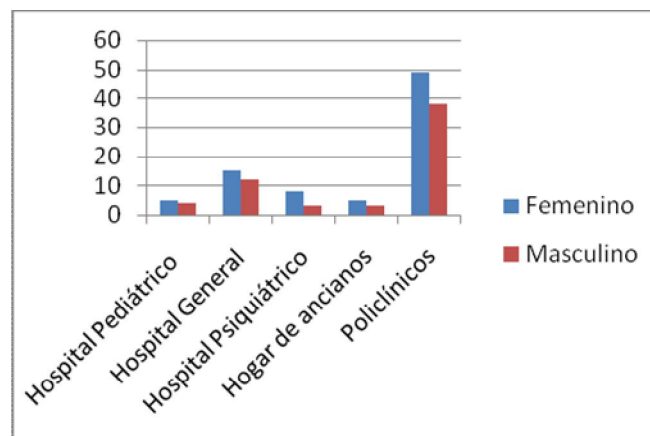




Gráfico 4 Comportamiento de las regiones del cuerpo más afectadas.

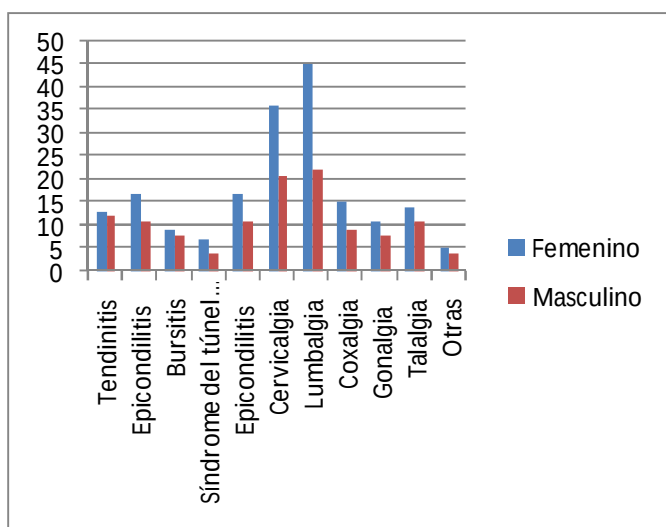
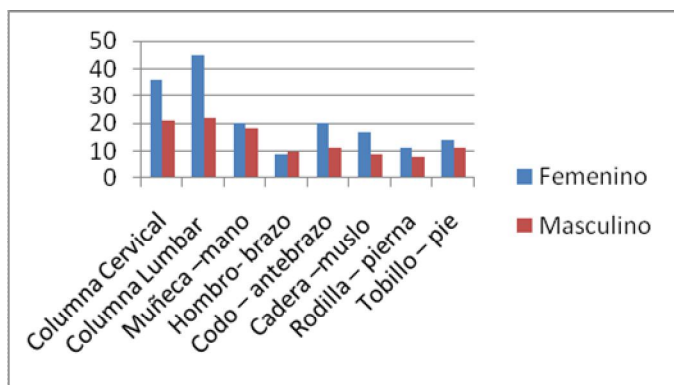


Gráfico 5. Distribución según manifestaciones clínicas

Gráfico 6 Comportamiento de TME según modalidades de fisioterapia

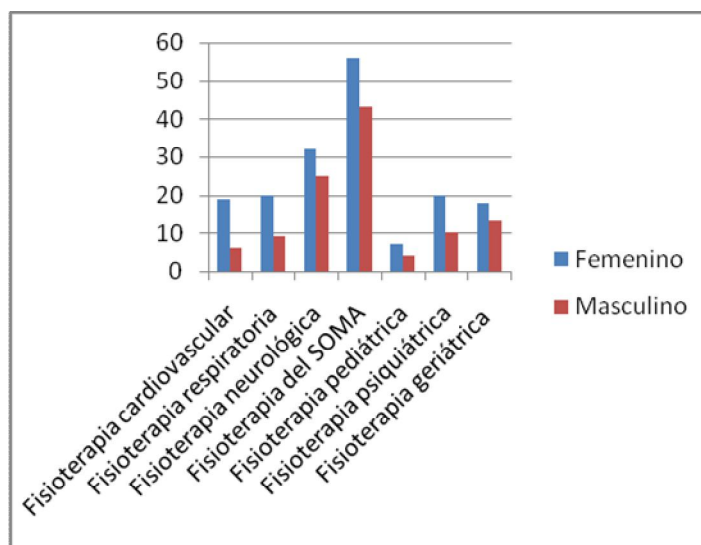
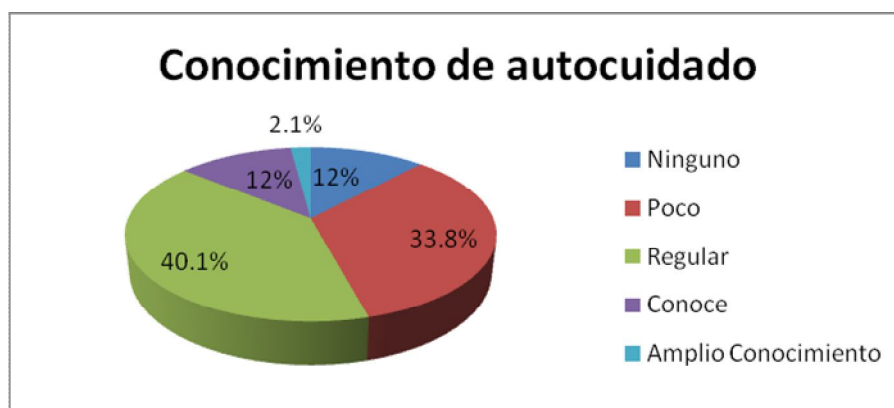




Gráfico 7 conocimientos de los fisioterapeutas sobre el autocuidado.



Discusión

En la actualidad se ha establecido un incremento de fisioterapeutas y paralelo a esto ha existido un aumento de pacientes que necesitan de su asistencia, por lo que la integridad de la salud de los fisioterapeutas se ha visto afectada. Se han realizado pocos estudios en relación a la incidencia de los TME como causa laboral en esta población.

En el estudio se pudo constatar que el mayor porcentaje de fisioterapeutas se presentó entre los 22 y 30 años de edad, pero sólo con ligera diferencia con respecto al grupo de 31 a 40 años, siendo más frecuente el sexo femenino con 82 fisioterapeutas para un 57.7 %, por lo que se afirma que la población de fisioterapeutas del municipio de Las Tunas es relativamente joven e induce a que la falta de experiencia en esta profesión juega un papel determinante en el comportamiento del autocuidado e higiene postural.

El gráfico 1 muestra la frecuencia de TME según edad y sexo, los grupos de edades más afectados fueron los de 31-40 y 22-30 para un 39 y 33 % respectivamente, lo que llama la atención teniendo en cuenta la juventud y su fortaleza física, pero la falta de experiencia y conocimiento de los puesto de trabajo puede influir en la salud de los fisioterapeutas jóvenes.

Suarez (2012) concluyó en su estudio que la mayor cantidad de fisioterapeutas que presentaron TME tenían entre 41-50 años (91,3%), seguido por un 86,4% que se encontraban entre 31-40 años. Los fisioterapeutas que tenían entre 51-59 años presentaron un menor porcentaje de lesiones (70%) y muestra que el sexo femenino presentó mayor cantidad de TME, el 88,2% de las participantes sufrió alguna lesión músculo-esquelética producto de su trabajo como fisioterapeutas, mientras en los varones, el 80,8% presentó lesiones musculoesqueléticas relacionadas con su trabajo.

Se puede señalar que los fisioterapeutas más jóvenes son los que menos piden ayuda en el manejo de pacientes dependientes y un porcentaje elevado de ellos casi nunca lo hace. Los fisioterapeutas que tienen mayor edad son los que habitualmente trabajan en posturas cómodas y no fatigantes.



Barbas (2011) encontró que la mayor prevalencia TME estuvo en el rango de edad entre 36 a 40 años, el cual representó el 21%, seguido de las edades entre 25 a 30 años por una prevalencia de 15%.

Brattig, Schablon, Nienhaus, y Peters (2014) en otro estudio similar; del 85% de participantes, hubo el doble de mujeres que de hombres, la mayoría se encontraban en un rango de edad 40-59 años, el 67% llevaba más de 20 años en la profesión.

En estudio de Paladines (2015), de los 33 fisioterapeutas que fueron encuestados, el 46% son mujeres mientras que los varones obtuvieron un 39%. (14) Barbas (2011) en su estudio elaborado en Kuwait, no encontró diferencias indicadoras entre fisioterapeutas mujeres como varones.

El gráfico 2 evidencia los fisioterapeutas con TME según años de trabajo, tuvieron su afectación mayor en los grupos de edades de 6-10 y de 2-5 años para un 23 y 20,9 % respectivamente, no coincidiendo con este estudio.

Suarez (2012) encontró que el 100% de fisioterapeutas que tenían entre 21-25 años en actividad sufrieron alguna TME con su trabajo en los últimos 12 meses, seguidos por los que tenían entre 11-15 años en actividad. Los terapeutas físicos que tienen más años en actividad (31-33 años) presentaron un menor porcentaje de TME (50%), seguidos por los terapeutas físicos que tenían menos años en actividad (2-5 años) donde el 66,7% de ellos refirió haber presentado alguna lesión. (15)

Barbas (2011) obtiene un 30% de prevalencia de TME en los fisioterapeutas que tienen como experiencia laboral de 1 a 10 años y de 11 a 20 años. (16) Con esto se expondría que existe un mayor riesgo de padecer algún tipo de TME en los fisioterapeutas que cursan entre las edades de 25 a 40 años y que tengan experiencia laboral en los primeros 15 años.

Se puede decir que el tener más edad y años laborando se adquiere más experiencias por lo que se desarrolla más estrategias de prevención, técnicas que eviten o disminuyan algún tipo de TME. En el gráfico 3 se observa que el 61.3 % de los fisioterapeutas procede de los policlínicos al ser estos los encargado de la atención primaria de salud donde la población es mucho mayor.

En el estudio de Suarez (2012) se observó que la cantidad de TME fue semejante en las cuatro instituciones hospitalarias.

En la bibliografía consultada no se encontraron estudios donde se evidencie los resultados a nivel de atención primaria pues en la gran mayoría de los estudios se refieren a la atención secundaria.

En el gráfico 4 se relacionaron las zonas de cuerpo más afectadas, se observa que la zona lumbar y cervical con un 47.2 y 40.1 respectivamente fueron las más afectadas, esto debido a que se mantienen algunas posturas forzadas de tronco como flexiones, extensiones, rotaciones y/o inclinaciones al momento de ejecutar un diferentes técnicas y manipulaciones en el



tratamiento fisioterapéutico o por realizar algunas veces manipulaciones de cargas, hubo un predominio del sexo femenino en ambos casos.

En estudio realizados por Paladines (2015), las regiones del cuerpo que resultaron tener una mayor prevalencia en presentar TME fueron la columna cervical (62.5%), seguido por columna lumbar (56.3%), muñeca/mano (37.5%), mientras que la de menor prevalencia fue cadera con un 3.1%.

Pinzón (2008) confirma en su estudio, que el dolor músculo esquelético más frecuente en orden de importancia fueron: zona baja de la espalda y cuello con un 60% de prevalencia, espalda media (51%), hombros (41%), manos (37%), siendo la cadera con 11% la de menor prevalencia.

En estudio de Sánchez, Bayo, Esquirol, Guerrero, López y Salas (2013) de carácter observacional también afirman que hay presencia de TME, pero sus porcentajes varían. 13 de sus pacientes un 68.7% había tenido dolor cervical en alguna ocasión, y en el último año un 62.5%. Datos muy parecidos obtenidos por Sánchez Padilla y col. (15) que han visto que un 67.5% los padecían, a diferencia de Kim et al que afirman que sólo un 50% de los suyos tenían dolor.

Estudio de Rojas, Gimeno, Vargas y Benavides (2015) en Centro América encontraron que en la región cervical-dorsal presentaron las prevalencias de DME más altas, por encima del 30% en todos los casos. Excepto en Panamá y en Costa Rica, las prevalencias de DME en las mujeres fueron superiores a las de los hombres, sobre todo en Nicaragua (52,8%).

En el gráfico 5 se observa la distribución de la muestra según manifestaciones clínicas donde se evidencian los TME que más afectan a los fisioterapeutas, sobresaliendo la lumbalgia para un 47.2%, seguida de la cervicalgia para un 40.1 % y en ambos casos con predominio del sexo femenino, las extremidades superiores se ven más afectadas que las inferiores. Estudios de Neto, Pastre y Monteiro (2004) en Brasil encontraron que alumnos de fisioterapia estaban afectados por lumbalgia (40%) y cervicalgia (20%). Estos estudios reafirman que la lumbalgia es la primera causa de disfunción musculoesquelética y las afectaciones de los miembros superiores ocupan el segundo lugar.

De igual manera Brattig, Schablon, Nienhaus, y Peters (2014) en su estudio encontraron que la mitad de los encuestados refirió enfermedades de la columna cervical y torácica y que a menudo adoptaban posturas en las que el tronco está entre 45° y 90° y rara vez más de 90°, el 79% declaró que realiza movilizaciones sin descanso. (17) Lippert (2003) en su estudio observó que los disturbios posturales se aprecian en los profesionales de la salud, sobre todo en los fisioterapeutas, cuya actividad profesional implica exigencia al sistema musculoesquelético, con movimientos repetitivos de miembros superiores, mantención de posturas estáticas y dinámica por tiempo prolongado y movimiento prolongado para la columna vertebral.



El gráfico 6 muestra el comportamiento de TME según las modalidades de fisioterapia. Las modalidades de fisioterapia del SOMA y neurológica fueron las de mayor incidencia con un 35,1 y un 20.2 %.

Lippert (2003) encontró que las habilidades profesionales exigen patrones posturales que pueden contribuir a la exacerbación de problemas, principalmente a los fisioterapeutas que se envuelven en actividades de grandes reclutamiento físico para la atención a los pacientes.

Paladines (2015) Brattig et al. (2014) en su trabajos también investigaron la localización anatómica de los trastornos según área de trabajo donde encontraron que los fisioterapeutas que trabajan principalmente en el área traumatológica, ortopedia y reumatológica, presentan más TME, en la columna cervical, columna lumbar y en muñeca/mano, los que trabajan en el área de fisioterapia neurológica tuvieron una frecuencia más alta de lesiones en la columna cervical y columna lumbar en rodilla, codo y muñecas esta área de fisioterapia coincide con una prevalencia de 14%. En el área de fisioterapia cardiaca presentaron mayor cantidad de lesiones en la columna cervical y lumbar con un 11% de prevalencia mientras que los fisioterapeutas que trabajan en el área de fisioterapia respiratoria tuvieron trastornos en columna cervical (25%), lumbar (14%), dorsal, hombro y rodilla con un 11% de prevalencia. En el área pediátrica hay mayor número de lesiones en columna cervical y lumbar, en el área geriátrica presentaron mayor número de lesiones en columna cervical, lumbar en muñecas y rodillas.

Cerda et al. (2015) encuentran que las características psicosociales del trabajo y el aumento del estrés, tales como altas demandas de trabajo y la falta de apoyo social, están relacionadas con dichas molestia. Los factores desarrollados en este estudio permite definir técnicas que presentan más riesgo que otras, asumiendo que a mayor carga biomecánica habrá una mayor posibilidad de desarrollar TME, basado en las teorías de la evolución de los trastornos músculoesqueléticos, en las cuales las variables fuerza y calidad de movimiento son determinantes en la determinación del sobre esfuerzo.

En la modalidad de fisioterapia neurológica las lesiones en la columna cervical se deben entre otras causas, a que se realizan constantemente sobre esfuerzos con los miembros superiores. Además de las lesiones en rodillas y muñecas las cuales pueden ser consecuencia de adoptar posturas mantenidas como la posición de sentado con las rodillas flexionadas una sobre otra. Las lesiones de miembro superior pueden estar dado por el uso repetitivo de técnicas de compresión y técnicas más precisas donde se requiere específicamente de las manos de los fisioterapeutas.

Se ha demostrado que los trabajos que para su ejecución necesitan de movimientos repetidos y que requieran de demandas físicas elevadas se asocian con problemas musculoesqueléticos.

Con los resultados de este estudio se puede decir que el género femenino presenta una leve desventaja física al momento de realizar las diferentes técnicas y manipulaciones que se dan en



los diferentes planes de tratamiento en comparación con el género masculino, además de presenciar que existen más mujeres fisioterapeutas que varones, exponiéndolas aún más a sufrir un TME.

En el grafico7 se muestra que el 40.1 % de los fisioterapeutas refieren tener conocimientos regulares para su autocuidado y el 33.8% tiene poco conocimiento sobre este tema.

Chapman, García, Caballero, Paneque y Sablón (2016) exponen que cada persona debe ser responsable de su autocuidado. Los profesionales sanitarios saben que la práctica de ejercicio proporciona innumerables ventajas para la salud, disminuye el riesgo de gran número de enfermedades agudas y crónicas.

Orem plantea que las actividades de autocuidado se aprenden a medida que el individuo madura y son afectados por las creencias, cultura, hábitos y costumbres de la familia y de la sociedad. Existe irregularidad de correctos autocuidados en el estilo de vida de la población, no existe responsabilidad en el cuidado propio de la salud de la persona que delega erróneamente esta responsabilidad.

Soler, Pérez, López y Quezada (2016) expresan la preocupación de que un elevado por ciento de encuestados reflejan ausencia de autocuidado. El Estado no es el único con obligaciones en el cuidado de la salud. Los individuos son corresponsables del cuidado de su salud propia y de la salud de quienes le rodean, en tanto sus actuaciones impactan en la situación de salud de una población.

El 74.6% de los fisioterapeutas refirió que los contenidos del autocuidado no fueron tratados en la licenciatura, el 11.3 % refiere que fueron tratados de forma teórica y un 14.1 de forma práctica. Las universidades pueden ser promotoras de la salud si se lo proponen; tienen el potencial para influir positivamente en la vida y condición de salud de sus miembros, protegiéndolos y promoviendo su bienestar, pueden liderar y apoyar procesos de cambio en la comunidad externa, a través de sus políticas y prácticas. El autocuidado de salud debe formar parte de la vida cotidiana de los profesionales (Garrido et al., (2015). Las personas deben ser vistas holísticamente desde el punto de vista biológico, psicológico y social.

Se identificó mediante el análisis de los planes de estudios, que el tema de autocuidado no se refleja en las materias que reciben los fisioterapeutas y que a pesar de la preparación integral que posee este profesional, una vez ubicado en su puesto de trabajo aparecen problemas técnicos, como poco dominio sobre las diferentes posturas que deben asumir en su labor, el esfuerzo y repetición en incorrectas posturas al aplicar las técnicas de tratamientos a los pacientes durante largas horas de trabajo, inciden en la aparición de TME, por lo que se hace imprescindible su superación profesional.



A largo plazo la promoción de la salud en la universidad favorecerá cambios en la situación de salud del país mediante las nuevas generaciones de estudiantes egresados que fomentarán modificaciones para lograr el bienestar y la salud de las instituciones y comunidades donde laboren y las nuevas familias que formen (Garrido et al., (2015). (5)

CONCLUSIONES

La población de fisioterapeutas de Las Tunas es relativamente joven siendo más frecuente el sexo femenino. Los grupos de edades de 31-40 años fueron los más afectados. La experiencia profesional juega un papel importante en la prevención de los TME. Las zonas de cuerpo más afectadas son la lumbar y la cervical por lo que la lumbalgia y la cervicalgia son los TME que más afectan a los fisioterapeutas. Los policlínicos son los centros de salud de mayor morbilidad de TME en los fisioterapeutas por la alta incidencia de pacientes. La modalidad de rehabilitación en el SOMA es donde más se producen los TME por la carga física a que están expuestos. El autocuidado de los fisioterapeutas no se aborda como contenido en el programa de estudio por lo que se hace imprescindible su superación profesional.

BIBLIOGRAFÍA

1. Barbas, C. R. (2011). Biblioteca digital de la UAH. Recuperado el 19 de 09 de 2014, de Prevalencia de lesiones músculo-esqueléticas relacionadas con el trabajo en fisioterapeutas: <http://dspace.uah.es/dspace/handle/10017/9202>
2. Brattig B, Schablon A. (2014). Nienhaus A, Peters C. Occupational accident and disease claims, work-related stress and job satisfaction of physiotherapists. J OccupMedToxicol.; 9(1): 36.
3. Briceño R. (2013). Bienestar, Salud Pública y Cambio Social en: Salud y Equidad: Una mirada desde las Ciencias Sociales. Río de Janeiro: Fiocruz; 2000.
4. Carballo Arias Y. (2013) *Temas de epidemiología y salud pública*. Tomo II. 1º ed., Venezuela: EBUC.; 745-764.
5. Cerda Díaz E, Besoain Saldaña A, Olivares Péndola G, Pinto Retamal R, Rodríguez Herrera C, Rodríguez Tobar J, Rozbaczylo Fuster C. (2015). Desarrollo de Tablas de Evaluación y Factores de Ponderación del Riesgo Asociado a Tipos de Técnicas de Manipulación en Tareas con Manipulación Manual de Cargas Dinámico-Asimétricas. Ciencia & Trabajo | Año 17 | Número 53 www.cienciaytrabajo.cl | 115/121
6. Chapman Sánchez M; García Almaguer R; Caballero González G; Paneque Caballero Y; Sablón Mariño A (2016). Efectividad de intervención educativa en el conocimiento del paciente diabético sobre Autocuidados. Revista Cubana de Enfermería;32(1)
7. Echezuria L, Fernández M, Rísquez A, Rodríguez A. (2013). Temas de epidemiología y salud pública Tomo II. 1º ed., Venezuela: EBUC.; 745–764.



1.4. TÍTULO: LA ENSEÑANZA DE LA CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA A LOS ESTUDIANTES ASMÁTICOS DEL NIVEL SUPERIOR SUSTENTADA EN EL TAI CHI.

Autor: Dr. C Manuel Alejandro Romero León. magoale@uo.edu.cu

RESUMEN

La investigación que se presenta responde a la problemática del necesario perfeccionamiento de la enseñanza de la Cultura Física Terapéutica en los estudiantes asmáticos del nivel superior, relacionada con la pobre fundamentación didáctica en la utilización de métodos de enseñanza en su vínculo con los objetivos y contenidos. Presenta un análisis teórico de los principales referentes existentes a partir de los cuales se elabora el enfoque didáctico de la enseñanza conformado por tres componentes fundamentales: cultural, procedimental e interactivo de implicación personal. Sus relaciones y el desarrollo de un nuevo método de enseñanza basado en el Tai chi aportan los fundamentos de una metodología para la que los docentes propicien una enseñanza desarrolladora a partir del autocontrol de la enfermedad en sus estudiantes. Su implementación desarrollada por medio talleres para los docentes y el cuasiexperimento en estudiantes, revela los cambios significativos experimentados a partir de la aplicación de un nuevo programa basado en ejercicios del Tai chi.

Palabras claves: enseñanza – aprendizaje, Cultura Física Terapéutica, Asma bronquial, Tai chi.

INTRODUCCIÓN

Según los cálculos más recientes de la Organización Mundial de la Salud (Sheffer, 2006), el asma bronquial la padecen en el mundo alrededor de 275 000 000 de personas y el saldo de vidas que cobra cada año es elevado. En Cuba, según los reportes emitidos por la Comisión Nacional de Asma, aproximadamente el 12 % de la población la padece (OMS, 2009). Por esta razón ha sido declarada como una de las afecciones que se priorizan en la política de salud del estado cubano. La Cultura Física Terapéutica (CFT) actúa de manera profiláctica en la conservación del estado de salud del estudiante asmático, evitando la aparición de otras complicaciones propias de la enfermedad. Mediante ella se mejoran las posibilidades funcionales, la actitud física y psíquica, además de contribuir en la sustitución del tratamiento medicamentoso.

Importantes obras científicas desarrolladas por autores como: Popov (1988), Junco (1988), Roberts Aquino (2002), Fernández Reyna (2008), López Roberto (2009), Lopategui Corsino (2012), Martínez Mendoza (2015), le otorgan a la Cultura Física Terapéutica, dentro del contexto de la rehabilitación, una gran importancia, sin embargo develan limitaciones al presentar los tratamientos desde lo físico - clínico y no con un enfoque didáctico en su enseñanza.

En los últimos años aflora un nuevo programa de Cultura Física Terapéutica para la atención a los asmáticos elaborado por las figuras de: Díaz de los Reyes, S. M.; Hernández González, R.; Aguilar Rodríguez, (2005). Este programa marca un hito en la atención a los estudiantes



asmáticos dentro del proceso del sistema de educación, sin embargo poseen una marcada intencionalidad terapéutica en detrimento de la formación para la vida y la solución de los problemas propios de la enfermedad de modo independiente. La enseñanza de la Cultura Física Terapéutica además de su accionar rehabilitador como se le ha empleado tradicionalmente, debe propiciar en el entorno universitario una participación productiva del estudiante capaz de hacerlos pensar, descubrir y aplicar los conocimientos adquiridos.

La Cultura Física Terapéutica emerge como solución a estos problemas, a la vez que beneficia a sus practicantes en función de su padecimiento. De forma general se puede decir que su aplicación se realiza de manera profiláctica en la conservación del estado de salud del estudiante asmático, evitando mediante la realización de ejercicios físicos, la aparición de complicaciones propias de la enfermedad. Mediante la Cultura Física Terapéutica mejoran las posibilidades funcionales, la actitud física, psíquica y se contribuye a la sustitución del tratamiento medicamentoso. Para estos fines se han empleado en Cuba técnicas milenarias reconocidas a nivel mundial como son el: Hatta Yoga, el Tai chi, el Chi kung, la Masoterapia, la Fitoterapia y el Método de Schultz.

Por ello resulta imprescindible desarrollar trabajos de preparación a los docentes para dirigir el proceso de enseñanza de la Cultura Física Terapéutica, facilitándoles las herramientas didácticas, metodológicas y vivenciales para que la enseñanza de los ejercicios terapéuticos posean un enfoque desarrollador de cultura del conocimiento de lo físico, desde procedimientos que promuevan el aprendizaje y el fomento de la salud. A pesar de las acciones realizadas, aún subsisten limitaciones, que revelan la necesidad de dar continuidad a estas intenciones, las que se precisan como:

- La enseñanza de la Cultura Física Terapéutica posee limitaciones en la salida intencionada desde la clase para que el estudiante asmático aprehenda los recursos terapéuticos que les permitan autocontrolarse durante el período de crisis.
- Insuficiente fundamentación didáctica del proceso de enseñanza – aprendizaje de la Cultura Física Terapéutica en la literatura revisada, que permita a los profesores incidir adecuadamente en los estudiantes asmáticos desde el desarrollo de la independencia cognoscitivo – terapéutica.
- Presencia de estilos de enseñanza reproductivos, centrados en los objetivos, contenidos y métodos que delimita el programa, sin tomar en cuenta las necesidades y preferencias de los estudiantes, lo que impide impregnar de una dinámica actual la enseñanza de la Cultura Física Terapéutica.

La sociedad demanda la formación de un sujeto que se convierta en heredero y transmisor de una cultura de la actividad física, que logre vivir con padecimientos de todo tipo, aumentando cada vez más la esperanza y calidad de vida con la aprehensión de técnicas de toda índole. De ahí que la



contradicción fundamental de la investigación se manifieste en las relaciones existentes entre los métodos empleados para la enseñanza – aprendizaje de la Cultura Física Terapéutica en el nivel superior y la insuficiente independencia cognoscitivo – terapéutica que alcanzan los estudiantes asmáticos, para lograr el autocontrol de la enfermedad.

A partir de esta contradicción, la investigación se dirigió hacia el siguiente **problema científico**: ¿cómo perfeccionar el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Cultura Física Terapéutica en los estudiantes asmáticos del nivel superior?

DESARROLLO

El proceso que se modela en la investigación es la enseñanza – aprendizaje de la CFT, mientras que la ciencia que se favorece con la contribución teórica es la Didáctica de la CFT, teniendo en cuenta que se produce un enriquecimiento de los objetivos, contenidos y métodos. Se interpreta como resultado final desde el punto de vista fenomenológico, el beneficio en la independencia cognitivo – terapéutica de los estudiantes asmáticos. Sin embargo resulta imposible desligar los efectos que se aprecian desde el docente como facilitador del proceso de enseñanza pues este, a partir de los elementos que se proponen enriquecerá su docencia logrando una mayor motivación e interés, de ahí la naturaleza didáctica del modelo. De acuerdo a los propósitos de esta investigación se ha operacionalizado entendiendo como beneficio en el proceso de enseñanza del tratamiento terapéutico con el uso del Tai chi a:

1. La promoción de un proceso interactivo entre el profesor y el estudiante entorno a la enfermedad y sus maneras de controlarla desde lo terapéutico.
2. La orientación del contenido terapéutico, subjetivado en relación con los motivos de la actividad, aportándole al estudiante conocimientos culturales y procedimentales.
3. El logro de una interactividad, con el uso del Tai chi, con implicación personal por parte del estudiante y el establecimiento de vínculos entre los conocimientos previos que poseen los estudiantes y los nuevos que aprende con la ayuda del docente de CFT.
4. La realización de construcciones intelectuales conscientes que expresan las transformaciones originadas en las estructuras mentales a partir del aprendizaje de nuevas técnicas y prácticas para favorecer el autocontrol y la interacción con la enfermedad.

Las relaciones que se establecen entre los componentes: cultural, procedimental e interactivo de implicación personal, potenciadas desde la investigación, están orientadas a las características que desde el punto de vista clínico y tradicional deben dominarse por el docente, mientras demuestra al estudiante, desde lo procedimental, las ventajas de un nuevo método terapéutico: lo presenta, muestra sus ventajas y beneficios desde la trascendencia. Resulta un elemento de novedad en la investigación, el autocontrol y la interacción con la enfermedad que se pretende desarrollar en el estudiante, situándolo como protagonista del proceso y otorgándole una



independencia cognoscitiva.

El autocontrol entendido como una capacidad que se potencia desde la autonomía que se le otorga al estudiante en la docencia para interactuar con la enfermedad. El autocontrol es la demostración de libertad plena en una personalidad integrada, el despliegue de actos según las decisiones cuanto más corresponden a la voluntad interior y menos determinados por las circunstancias externas de modo tal que se manifiesta el desarrollo.

Revela la necesidad de aportar o reconocer una cultura existente en torno a la enfermedad. Para la realización de esta aspiración es necesario también el perfeccionamiento de la preparación de los docentes de la CFT, pues ellos son los encargados de transmitir el contenido de la enseñanza. Su incidencia frente a los estudiantes marca momentos importantes de transmisión, adquisición, asimilación y creación de una cultura terapéutica.

Desde lo procedimental el empleo del Tai chi en la enseñanza de la CFT a los estudiantes asmáticos genera auténticos procesos de descubrimiento, planteamientos y objetivos. Esto permite a los estudiantes avanzar en la construcción de su conocimiento, hacer reflexiones, cuestionarse a sí mismos, intercambiar y socializar sus conocimientos durante el trabajo individual y colectivo, haciendo énfasis en los diálogos y en la argumentación, donde el aporte de cada uno al acto de aprender es en beneficio y bien común, e implica un enriquecimiento constante.

De esta manera, los componentes mantienen una estrecha relación y unidad en la determinación y construcción de una enseñanza desarrolladora hacia el autocontrol de la enfermedad. Esta relación está dada en la integración de cada aspecto de los componentes que interactúan entre sí, se complementan y desarrollan.

La actividad terapéutica con fines educativos es meramente reproductiva, en cambio la educación con fines terapéuticos no, porque sitúa la cultura, como resultado de los diversos mecanismos de enseñanza (contenidos, métodos y objetivos) donde ella desempeña una función moldeadora de las personalidades. Las relaciones que se establecen entre los componentes determinan una enseñanza de la CFT más allá de un tratamiento momentáneo, y transita por el período de crisis y fuera de él como una “cultura de lo físico”, estilo de vida saludable y convivencia con el padecimiento.

El proceso de sistematización de la cultura que se pretende, debe tener presente la existencia objetiva de las relaciones dinámicas en ella, cuestión no abordada hasta el momento. Es un todo único de transmisión, adquisición, asimilación y creación de una cultura del ejercicio físico y se constituye en un proceso de preservación, difusión y desarrollo. Lo procedimental en la investigación se adquiere gradualmente a través de la práctica y está relacionado con la adquisición de las destrezas en el manejo de las técnicas desde otros métodos. En este sentido, la concepción de la enseñanza de la CFT que se propone facilita el desarrollo del pensamiento, la



independencia, la motivación como necesidad de aprender, la formación de conceptos, el desarrollo de los procesos lógicos del pensamiento (análisis, síntesis, abstracción, comparaciones y generalización), para elevar la capacidad de resolver problemas, la interacción de lo individual con lo colectivo, en el tránsito del nivel logrado hacia el que aspira y estimula el contenido de la enseñanza.

Desde la concepción que se propone la enseñanza de la CFT establece una relación de complementariedad y ayuda mutua; el estudiante debe alcanzar ciertas metas y objetivos y, el profesor se compromete a ayudarlo a lograrlas aportando sus experiencias y conduciéndolo hacia donde él necesita llegar, en función de las exigencias. La propuesta convierte al estudiante en sujeto de su propio desarrollo, lo que implica un cambio en el rol que ha tenido tradicionalmente la enseñanza de la CFT.

Resulta también elemento de novedad de la investigación las vías de solución de las principales deficiencias en la enseñanza de la CFT en los estudiantes asmáticos, propiciando mayor vínculo entre referentes teóricos y empíricos en el análisis del objeto de estudio, así como satisfacción de las necesidades de los docentes y estudiantes que participan en las ATCF. La estructura de formas de organización de la enseñanza más contextualizada, que contribuyan a la preparación integral del estudiante. Introduce un nuevo método de enseñanza de la CFT, con impacto terapéutico para tratar el asma con beneficios probados desde la ciencia y ejercicios de fácil realización como herramienta para el estudiante en período de crisis o en etapa de mantenimiento.

Asume una concepción de la enseñanza desarrolladora a partir de las potencialidades del Tai chi integrando acciones de perfeccionamiento en el sistema de contenidos y sus relaciones. Reconoce el valor cultural de la enfermedad, su conocimiento en el contexto actual de la asignatura. Propicia concientización del papel del estudiante en su autotratamiento, de forma sistemática. Brinda una salida contextualizada en cuanto a la preparación del estudiante para lograr un proceso didáctico, correctivo y compensatorio, revelado en la concepción de contenidos, formas de organización y métodos.

La población y muestra de la investigación estuvo conformada por 137 estudiantes asmáticos entre las edades de 17 y 20 años que recibieron la CFT. El grupo control lo integraron 66 estudiantes y el grupo experimental 71, los que representan el 48,1 % y el 51 ,9 %, respectivamente.

Los participantes fueron divididos aleatoriamente en dos grupos: uno que practicaba Tai chi y otro que practicaba ejercicios tradicionales empleados en el tratamiento rehabilitatorio al asmático, por el mismo período de tiempo. Esta selección se realizó teniendo como único parámetro la cantidad de estudiantes, para proporcionar una mejor atención. Se aplicó un diagnóstico inicial para



demostrar la homogeneidad de los grupos.

Las sesiones se realizaron con una frecuencia de dos veces semanales, con una duración de 80 minutos cada una. Se les aplicó la entrevista estructurada, con la que se obtuvieron los datos generales para la caracterización y el diagnóstico tanto de los integrantes del grupo control como los del grupo experimental y los datos específicos sobre la historia de la enfermedad.

Al 100 % se les realizaron las pruebas funcionales respiratorias, al inicio del semestre y al finalizar el curso escolar.

Al grupo experimental se le aplicó el nuevo programa elaborado de CFT para el tratamiento al asma. El programa de ejercicios físicos y respiratorios a partir del Tai chi se estructuró en introducción, objetivos, contenido, orientaciones metodológicas, la evaluación, el control y el empleo de los recursos materiales.

Este programa permite agrupar los contenidos relacionados con los conocimientos de la enfermedad, los diferentes tratamientos que subsisten y la manera cultural de tratar la enfermedad, potenciando la enseñanza de la CFT desde un enfoque de la autogestión y autorregulación de su salud por parte del propio estudiante. En la estructuración del programa se revela la intencionalidad de contribuir al desarrollo de un contenido diferente, desde lo terapéutico y lo educativo en correspondencia con las demandas actuales de la CFT, tiene como núcleo central el método colaborativo expresado a través de sus componentes y funcione didácticas terapéuticas.

En la propuesta el estudiante asmático ha de asumir un desempeño protagónico, desplegar la actividad intelectual, la búsqueda activa del conocimiento y significados. Los ejercicios o actividades físicas se dirigen a la reflexión, el desarrollo de la habilidad para autovalorar y controlar el padecimiento, tomar decisiones, conocer sus limitaciones, fortalezas y capacidades, actitud positiva y analítica ante los errores, problematizar, comunicar y cooperar con el grupo.

Reúne los ejercicios del Tai chi más apropiados para el trabajo con los estudiantes asmáticos. Potencia la realización del trabajo independiente como vía para la apropiación del contenido desde la autonomía cognitiva que se desarrolla en el asmático. Los objetivos del programa van dirigidos no sólo a lo físico - terapéutico, sino también a lo instructivo y a lo educativo, de manera que abarcan el empleo de las técnicas terapéuticas en el control de la enfermedad e integra métodos, técnicas y ejercicios terapéuticos.

Son recomendados en él métodos que abarcan los: visuales o de percepción sensorial, los prácticos en la realización de ejercicios, los orales: la exposición, la narración y conversación. Otros métodos como la interrelación maestro – alumno: expositivo, el trabajo independiente y la elaboración conjunta, heurístico o de búsqueda parcial, conversación socrática, los reproductivos y de situaciones.



Lo anterior, como parte del desarrollo personal y social otorga independencia para vivir en mejores condiciones, así como la capacidad de sentirse bien a diferentes niveles de salud, reflejo subjetivo del logro de una mejor calidad de vida donde se aglutinan componentes intelectuales, sociales, espirituales y físicos. Los ejercicios que comprende el programa están basados en técnicas del Tai chi estructurado desde el diagnóstico inicial, ejercicios para el acondicionamiento físico general (técnicas de automasaje a emplear), ejercicios para la reeducación respiratoria (cambiar de respiración torácica a respiración abdominal, enseñanza de la respiración abdominal o diafragmática desde las diferentes propuestas del Tai chi. Desarrolla ejercicios para el desarrollo de la fuerza y la capacidad aeróbica y las técnicas de relajación.

Se trabajó con cuatro grupos clases. Se aplicaron a su vez ejercicios respiratorios combinados con diferentes movimientos, juegos en equipos para elevar la capacidad aeróbica, así como ejercicios de relajación. Se les brindaron orientaciones precisas para garantizar la ejecución correcta de los ejercicios en sus casas.

Al observar las características generales de la muestra, predominó el sexo femenino y de la raza blanca en ambos grupos. Se evidenció disminución de las crisis de asma, más notable en el grupo experimental, de 2,4 a 1,2. Esto representó un descenso significativo de -1,2 después de aplicado el programa con ejercicios de Tai chi. En el grupo control esta diferencia fue mucho más discreta, de 2,8 a 2,3. Cuando se compararon estos cambios entre ambos grupos mostró una diferencia significativa de 0,010.

En el grupo experimental hubo modificaciones en la frecuencia de las crisis, lográndose reducir éstas de 2,9 a 1,5 no así en el grupo control donde la modificación fue pobre. Se describen cambios también en la capacidad vital forzada (CVF). Este parámetro mejoró 0,183 L/s y en el grupo control fue de 0,030 L/s, mostrando una diferencia significativa.

Cuando se analiza la aceptación por los estudiantes, la influencia en su salud, la significación del programa de ejercicios, y los conocimientos desarrollados sobre la enfermedad, se observa que en el grupo experimental, al año, continuaban practicando lo aprendido 66 estudiantes, de estos: 33 lo hacían tres veces a la semana y 35 una vez, lo que equivale en su conjunto al 95,7 %, solo tres estudiantes manifestaron no hacerlos casi nunca. El 94 % realizó los ejercicios cuando sentían que iba a comenzar la crisis. El 100 % realizaba los ejercicios cuando ya estaba instalada la crisis. Todos fueron de la opinión de que los ejercicios lo ayudaron a controlar sus crisis de asma y los conocimientos sobre la enfermedad le permiten una mejor comprensión.

Con la aplicación del nuevo programa se logró en el estudiante un desarrollo de la actividad intelectual sostenida, identificada con las tareas de aprendizaje, participación protagónica y consciente. La independencia demostrada en sus procedimientos, el vínculo y la aplicación del contenido a partir de habilidades desarrolladas desde el trabajo independiente con resultados y



creatividad. Se aprecia una apropiación del contenido, su profundización y sistematización en la construcción de la salud, lo que está en correspondencia con la intencionalidad y redimensionamiento en la estructuración didáctica, al exponer funciones instructiva, educativa, desarrolladora, terapéutica y orientadora.

El desarrollo de los estudiantes, tuvo una marcada relevancia en el cambio operado de actores pasivos a sujetos activos y protagónicos en la búsqueda del conocimiento de manera consciente. Las transformaciones en los estudiantes asmáticos son expresadas también en la apropiación de conocimientos, procederes, habilidades, cambio de conducta, afectividad y capacidad para hacer valoraciones.

Se precisa otros indicadores cognitivos de habilidades, procederes, independencia y conocimientos y cambios de conducta para el control de las crisis. Expresan una nueva actitud, que los llevan a lograr protagonismo en la construcción de la salud. Estos logros fundamentan la eficacia, pertinencia y factibilidad de la propuesta aplicada, teniendo en cuenta que el primer síntoma de salud es precisamente el conocimiento de la enfermedad y los procederes que permiten interactuar con ella para procurar el bienestar y calidad de vida.

Otro aspecto significativo fue la apropiación de los nuevos contenidos terapéuticos con el Tai chi. Todos aseguran haber escuchado de sus beneficios pero nunca haberlo practicado con anterioridad. Los beneficios de este aprendizaje en los estudiantes fueron de gran alcance según lo expresado. El 100 % de ellos percibió un equilibrio en las funciones del sistema nervioso, y el estado de ansiedad provocado por la enfermedad. Se reportan cambios en diversas anomalías como el estrés, la depresión. Para ellos uno de los aspectos más significativos fue el aprender a respirar mediante los ejercicios.

Desde las posturas iniciales de los ejercicios cuidadosamente diseñadas y los movimientos suaves lograron un incremento de la entrada de oxígeno en los pulmones, lo que mejoró además su circulación sanguínea. La introducción de mayor cantidad de aire en el cuerpo les mostró una nueva manera de exhalar. Otro aspecto reconocido como positivo fueron las técnicas de automasaje aprendidas y los estiramientos que desde la musculatura de la columna otorgaron una mayor elasticidad y movilidad.

Desde el Tai chi muchos pudieron corregir malos hábitos posturales desarrollados y también las formas incorrectas de moverse. Para ellos las tareas cotidianas se realizaban sin sobrecargar ciertas partes del cuerpo (espalda, rodillas, lumbares.) Aunque reconocen la trascendencia del proceder propuesto desde la realización de ejercicios independientes muchos opinan que no conciben su enseñanza alejados del grupo, ya que este fomentó las relaciones sociales y les hizo ver cuántas personas padecían el asma.

La mayoría consideró que las crisis eran más espaciadas, que podían caminar con mayor



seguridad, desaparecía la sensación de ahogo y que los ayudaban a sentirse mejor emocionalmente después de realizar los ejercicios. La frecuencia de ingresos causados por crisis aguda de asma es un indicador que se puede utilizar para evaluar la evolución así como el control de la enfermedad (Cabeza Quiroga, 2008). En la investigación se pudo demostrar que los estudiantes que realizaron el programa de ejercicios del Tai chi tuvieron modificaciones importantes. De aquí se puede interpretar que los ejercicios aportaron beneficios en la función respiratoria.

La periodicidad de las crisis de asma es otro aspecto que se tiene en cuenta para evaluar al estudiante asmático, e incluso es uno de los aspectos que se incluye para llevar a cabo la clasificación según la severidad establecida por la Estrategia Global para el asma (GINA). A los estudiantes que se les aplicó el programa de ejercicios la frecuencia de las crisis les disminuyó más que a los del grupo control. Esto pudo ser lo que ayudó a disminuir los ingresos por crisis de asma en ellos.

Los síntomas nocturnos son un patrón muy importante para medir la evolución de los estudiantes asmáticos e indica un pobre control de la enfermedad. Los estudiantes que practicaron los ejercicios respiratorios lograron disminuir de forma importante la frecuencia de disnea nocturna no así el grupo control. No se encontraron reportes en la literatura que hicieran alusión a modificaciones de este parámetro después de practicar ejercicios. Desde la literatura consultada los parámetros que se analizan como método para evaluar la efectividad de un tratamiento resulta el más actualizado. Ente ellos el estudio de función pulmonar es uno de los métodos más objetivos para evaluar los cambios en el aparato respiratorio con una alta fidelidad.

La capacidad vital forzada, aunque no es un parámetro que se relaciona directamente con la obstrucción bronquial, si se modifica después de la aplicación de algún método infiriéndose que existieron cambios en el diámetro de la luz bronquial. Para que la mejoría sea aceptable debe superar los 0,2 L/s o más del 20 %.

En sentido general estos resultados constituyen la expresión de la efectividad de la propuesta en la formación para el autocontrol e interacción con la enfermedad de los estudiantes asmáticos. Evidencia una mejor preparación para la toma de decisiones y la intervención activa e independiente, con un impacto terapéutico positivo, apropiación de los conocimientos y las habilidades necesarias para mejorar la calidad de vida.

CONCLUSIONES

La revisión de los referentes teóricos existentes en torno a la CFT mostró determinadas limitaciones en la didáctica de la enseñanza lo que muestra la necesidad de perfeccionar la docencia de la CFT desde una integración de componentes educativos, terapéuticos y cognitivos que permita situar al estudiante como sujeto activo y protagónico.



La investigación propuesta desde la interacción de sus componentes constituye una nueva mirada de la enseñanza de la CFT pues presenta al Tai chi como alternativa terapéutica, propicia la apropiación del contenido terapéutico, sus procedimientos y sistematización en la independencia del estudiante para su autocontrol de la enfermedad.

El programa para la enseñanza de la CFT con el uso del Tai chi resulta una herramienta valiosa en mano de los docentes a la vez que constituye una vía eficaz para la concientización del tratamiento, logrando el protagonismo del estudiante a través de la apropiación del contenido didáctico y la sistematización terapéutica sobre nuevas vías y procedimientos.

La implementación de la propuesta muestra su trascendencia en los resultados obtenidos a través del cuasiexperimento, los que evidencian la significancia del proceder con ejercicios del Tai chi en función de los estudiantes asmáticos, logrando una enseñanza desarrolladora y una mejoría de la enfermedad en función de elevar la calidad de vida.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aquino, Roberts (1999). *Cómo controlar sus crisis asmáticas*. Santiago de Cuba: Editorial Oriente.
2. Cabeza Quiroga, et al. (2008). *Manual del Paciente Asmático*. La Habana: Centro Médico Quirúrgico.
3. Díaz de los Reyes, S. M.; Hernández González, R.; Aguilar Rodríguez, E.; Ponce Puig, E. y Gutierrez Ferro, Jorge L. (2005). *Programa Nacional de Cultura Física Terapéutica*. (Disponibilidad digital). La Habana.
4. Fernández Reyna, O. (2008). *Sistema de ejercicios físicos sobre la rehabilitación del asma bronquial en estudiantes de la educación técnica profesional*. (tesis de maestría). UCCFD, Granma
5. Lee Vargas (2013). *Elementos básicos del Tai Chi*. Beijing: Editorial Leangong extranjeras.
6. Lopategui Corsino, E. (2012) *Rehabilitación Física. Prescripción de ejercicio: Ejercicios Terapéuticos*. Puerto Rico: Salumed.
7. López Roberto, L. (2009). *El asma, una problemática de la salud en nuestros días*. Revista Medicina General Integral. La Habana: Editorial Ciencias Médicas. No 232:43 – 50.
8. Loupos Recio, U. (2009). *La enseñanza del Tai chi*. Recuperado el 3 de abril de 2016 en <http://www.taichidelparqueparatodos.com>
9. Martínez Mendoza, K. (2015). *Estrategia de orientación para el tratamiento del asma bronquial tipo 1 desde el proceso de enseñanza aprendizaje de la asignatura Educación Física*. (tesis de maestría). Universidad de Oriente, Santiago de Cuba.



1.5. TÍTULO: ¿MI VEJEZ EMPEORA CON EL RUIDO?

Autores: Dra. Odalys Hernández Peña

Lic. Bárbaro Hernández Peña

Dra. Gisel Hernández Montero

RESUMEN.

Teniendo en cuenta que nuestra población tiene un gran componente geriátrico y considerando que la deficiencia auditiva modifica la vida de los ancianos en la familia y la sociedad, pues en su interpretación lenta de los sonidos, se desarrolla en ellos una indiferencia progresiva hacia el mundo exterior, conformando cuadros depresivos que pueden poner en peligros sus vidas, se realizó un estudio en Adultos Mayores de 60 años y más en un Área Primaria de Salud con el objetivo de demostrar el empeoramiento de la pérdida de audición producida por la edad (Presbiacusia) con el antecedente de exposición al ruido, para ello se evaluaron factores demográficos (edad y el sexo), intensidad y tipo de la hipoacusia así como el antecedente de exposición al ruido por diferentes causas. Se obtuvo como resultado que la pérdida auditiva predominó en el sexo masculino en las edades entre 81 a 90 años y con una intensidad mayor que en el sexo femenino, caracterizándose por lesión del nervio auditivo, y en todos los casos estuvo relacionada con un antecedente de exposición al ruido, lo que demuestra la profundización de la pérdida auditiva propia de la edad (Presbiacusia) y el antecedente de exposición al ruido de los pacientes estudiados. Es por ello que decidimos realizar este trabajo con el objetivo de orientar acciones de promoción de salud desde la base para proteger a nuestra futura población geriátrica del daño que les puede acontecer por la exposición al ruido en edades más tempranas de su vida.

Palabras claves: Presbiacusia, ruido, Adulto Mayor, Hipoacusia.

INTRODUCCION

El oído es el órgano que garantiza la comunicación con el medio ambiente mediante el reconocimiento de la traducción acústica de la naturaleza y en el sentido del desplazamiento dentro de ella donde no solo los sonidos son percibidos sino también comprendidos y discriminados. Las alteraciones de la capacidad auditiva conocida como hipoacusia representan un problema de salud dentro de las enfermedades crónicas no transmisibles. Su incidencia ha aumentado notablemente en los últimos años a nivel mundial ligada estrechamente al ambiente ruidoso de los países desarrollados.¹

La hipoacusia es una condición muy prevalente, sobre todo a mayor edad de las personas^{2,3} y se clasifica según su intensidad en Hipoacusia ligera (pérdida entre 20-40 db), moderada (entre 41-60 db), severa (entre 61-80 db) o profunda (una pérdida mayor de 81 db) y según el lugar



afectado en Hipoacusia conductiva (lesión ósea), Hipoacusia neurosensorial (lesión del nervio auditivo) e Hipoacusia mixta , cuando hay afectación de ambas vías.

Se plantea que a partir del arribo a la adultez (25 años) la persona empieza a perder audición relacionada con los cambios fisiológicos propios de la edad. La más importante de las hipoacusias en el Adulto Mayor es la Presbiacusia⁴ conocida también como Senectud Auditiva que no es más que la disminución de la audición ligada al envejecimiento con degeneración del Nervio Auditivo. Este deterioro progresivo no debe traducirse como una enfermedad senil, sino la expresión de la situación normal o fisiológica del aparato auditivo en la edad avanzada y suele comenzar alrededor de los 40 años y llega a su periodo de estado alrededor de los 60 años^{2, 3, 4}. Esta enfermedad es más frecuente en hombres .Se caracteriza por una hipoacusia neurosensorial, generalmente bilateral y simétrica, donde el sonido es percibido pero se hace difícil su decodificación y comprensión. Dentro de las causas más frecuentes se invocan la predisposición del individuo, un factor genético (herencia) y la ocupación (antecedentes de trauma acústico)^{1, 4}

La pérdida de audición de 25 dB o más afecta a alrededor del 37% de los adultos de 61 a 70 años de edad, 60% de los adultos de 71 a 80 años de edad, y más del 80% de los adultos mayores de 85 años.⁵

El envejecimiento poblacional es una realidad demográfica que afecta a la mayoría de los países del mundo estando ligado directamente al desarrollo tecnológico en la Medicina , lo que ha conllevado a un incremento importante de un grupo etareo conocido como la Tercera Edad o Adultos Mayores que requiere mayor atención en la esfera social y económica^{5, 6, 8} , considerándose como Adulto mayor aquella persona con 60 y más años de edad(5)-2

Existen en la actualidad 605 millones de personas mayores de 60 años en el Mundo. En el 2020 serán 800 millones.^{6, 8}

Cuba no escapa a esta realidad demográfica que es el envejecimiento constituyéndose como el cuarto país más envejecido de América Latina con el 18.5% de su población mayor de 60 años en el 2012, ubicándose en el Grupo III de Envejecimiento seguida por Uruguay. En el 2020 será el país más envejecido de América Latina con un 23.4% de Adultos Mayores en su población y se vaticina que estará entre los países más envejecidos del Mundo en el 2050.⁷

Estos Adultos Mayores constituyen hoy una de las prioridades de nuestro Sistema de Salud pues concomitando con su edad aparecen diversas enfermedades con grado de limitación como es la hipoacusia aparejada a la edad (Presbiacusia) que los hace requerir mayor atención.

Pero la Presbiacusia no es la única causa de hipoacusia en el adulto, existe la pérdida de audición provocada por la exposición continuada al ruido conocida mundialmente como P.A.I.R (Pérdida de audición inducida por el ruido)^{1, 8} la cual de forma similar a la Presbiacusia también se



produce por daño del Nervio Auditivo y de la cual no está exenta ninguna población a nivel mundial si tomamos en consideración que la contaminación ambiental por ruido (contaminación acústica de forma voluntaria o no es una realidad que hoy nos toca muy de cerca a todos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que^{1,4,8}:

- Mas de 360 millones de personas en el mundo sufren algún grado de discapacidad auditiva producida por el ruido (Febrero de 2014).
- El 10 % de la población mundial está expuesta a niveles de presión sonora que podrían causar hipoacusia.
- El 75 % de la población que habita en los grandes centros urbanos está afectada por la contaminación acústica.

Tomando en cuenta estos datos y sabiendo que nuestros Adultos Mayores durante su vida han estado expuestos de una forma u otra a este fenómeno, nos hemos motivado a realizar este trabajo para evaluar la repercusión de la hipoacusia producida por ruido como una causa más a añadir para el empeoramiento de la audición en aquellos pacientes que ya por su edad sufren de Presbiacusia, y a punto de ello proponer medidas preventivas que los orienten a evitar que el ruido sea un elemento más que incremente su discapacidad en la vejez, proporcionándoles de esta forma una mejor calidad de vida^{9,10}.

Objetivos:

General:

Determinar la relación entre la intensidad de la Presbiacusia y ruido en Adultos Mayores en un Área Primaria de Salud.

Específicos.

- Analizar la incidencia de factores demográficos en esta enfermedad.
- Conocer tipo de hipoacusia y severidad de ésta en el grupo estudiado.
- Demostrar el incremento de la intensidad de la Presbiacusia por la exposición al ruido en el grupo estudiado.

Diseño metodológico

Se tomó como universo de trabajo todos los pacientes mayores de 60 años que concurrieron a consulta especializada de Otorrinolaringología del Municipio Lisa en el período comprendido de Marzo 2015 a Marzo 2016.

Muestra: 360 pacientes mayores de 60 años que referían alteraciones de la audición sin antecedentes de enfermedad ótica anterior pero si exposición al ruido. Se realizó un estudio de tipo descriptivo, transversal, prospectivo de esta muestra.

Los pacientes se seleccionaron según criterio de inclusión y exclusión establecidos por la investigadora.



Criterios de inclusión en la investigación.

1. Edades mayores de 60 años.
2. Sexo masculino y femenino.
3. Pacientes que referían alteraciones de la audición con antecedentes de exposición al ruido y sin enfermedad oíca anterior.
4. **Criterios de exclusión se estableció:**
 1. Menores de 60 años.
 2. Pacientes que referían antecedentes de enfermedad ótica.

DESARROLLO.

Discusión y Análisis.

TABLA 1: Distribución de pacientes según edad.

Edad (Años)	Casos	
	Número	%
60-70	90	25.0
71-80	120	33.33
81-90	150	41.67
>91	0	0
Total	360	100

En la tabla No 1 se observa que los pacientes más afectados fueron aquellos cuya edad oscila entre los 81 a 90 años, con un total de 150 pacientes que representó el 41.6% de los casos estudiados. La elevada incidencia de esta enfermedad ligada directamente al envejecimiento, resalta la importancia de esta como problema de salud en la tercera edad coincidiendo esto con la bibliografía consultada.

TABLA 2: Distribución de pacientes según sexo.

Sexo	Casos	
	Pacientes	%
Masculino	216	60
Femenino	144	40
Total	360	100

En la tabla No 2 vemos que el sexo más afectado fué el masculino con un total de 216 casos, constituyendo el 60 % de la muestra estudiada. Estos resultados coinciden con parámetros en otros países como España y Francia.

TABLA 3: Distribución de pacientes según tipo de hipoacusia y sexo.



Tipo de Hipoacusia	Femenino	% Femenino	Masculino	% Masculino	Total de pacientes	%
Presbiacusia	108	75	172	79.6	280	78.7
Hipoacusia Conductiva/ Otras	36	25	44	20.3	80	22.2
Total	144	100	216	100	360	100

El tipo de Hipoacusia que predominó fue la Presbiacusia, estando presente en un total de 280 casos lo que representó el 78.7% de la muestra. Predominó el sexo masculino con 172 pacientes que constituyeron el 79.6 % de los casos estudiados, mientras que en el sexo femenino sólo se presentaron 108 casos conformando el 75 % de la muestra. El predominio de la hipoacusia por Presbiacusia en el sexo masculino coincide con datos de la bibliografía revisada. Los otros pacientes fueron derivados a la consulta de Enfermedades de Oído Medio

TABLA 4: Distribución de pacientes según sexo y la intensidad de la Presbiacusia.

Intensidad de la Hipoacusia	Femenino	%	Masculino	%	Total de pacientes
Hipoacusia Ligera(21-40db)	22	20.3	19	11.05	41
Hipoacusia Moderada(41-60db)	48	44.4	68	39.53	116
Hipoacusia Severa(61-80db)	36	33.3	82	47.67	118
Hipoacusia Profunda(+de 80db)	2	1.8	3	1.74	5
Total	108	100	172	100	280

En la tabla anterior se muestra que en el sexo masculino predominó la hipoacusia severa con una cantidad de 82 casos, constituyendo el 47% de pacientes de éste sexo, seguida de la de intensidad moderada. En el sexo femenino la hipoacusia moderada fue la que predominó con un total de 48 casos constituyendo el 44.4% del grupo estudiado, seguida de las afectaciones de tipo severas en este sexo. El predominio de casos masculinos en esta tabla responde a la mayor cantidad de hombres afectados de ésta enfermedad

La hipoacusia ligera estuvo presente en ambos sexos sin ser significativa la diferencias entre éstos ,mientras que el número de casos con hipoacusia profunda para ambos sexos fue insignificante no presentando diferencia importante entre sexos.

TABLA 5: Relación en ambos sexos entre la intensidad de la Presbiacusia y el antecedente de ruido.



Intensidad de Hipoacusia	Total Femenino	%	Total Masculino	%	Total de pacientes
	Ocupación/Cantidad		Ocupación/Cantidad		
Hipoacusia Ligera(21-40dbs)	22	20.3	19	11.05	41
	Amas de casa/10 Secretarias/12		Profesores/19		
Hipoacusia Moderada (41-60dbs)	48	44.4	68	39.53	116
	Telefonistas/30 Profesoras escuelas primarias /18		Choferes/43 Constructores/25		
Hipoacusia Severa(61-80dbs)	36	33.3	82	47.67	118
	Profesoras de música /28 Estomatólogas/8.		Carpinteros/28 Torneros/29 Mecánicos/25		
Hipoacusia Profunda (Mayor de 80dbs)	2	1.8	3	1.74	5
	Operadoras de telares /2		Operadores de equipos pesados/2 Trabajador de centrales/1		
Total	108	100	172	100	280

En este resultado vemos que la Presbiacusia de intensidad profunda con una pérdida de audición mayor de 80 dbs estuvo presente en aquellos pacientes que estuvieron expuestos a ruidos de mayor intensidad, siendo más afectado en este caso el sexo masculino cuyos pacientes realizaron trabajos en lugares de mayor contaminación auditiva, lo que demuestra que el incremento de la intensidad en la pérdida de audición propio de la edad(Presbiacusia) está relacionado directamente con el antecedentes de ruido de cada paciente.

CONCLUSIONES.

En este estudio se obtuvo que el incremento en intensidad de la hipoacusia por la edad (Presbiacusia) se presentó en el sexo masculino en el grupo de mayor edad los cuales por sus funciones estuvieron expuestos a mayor intensidad de ruido, lo que demuestra que la exposición al ruido en edades más tempranas de la vida puede conllevar a una mayor intensificación de este tipo de hipoacusia en nuestros Adultos Mayores.

BIBLIOGRAFÍA.

- 1-Fuentes L, Eduardo, Rubio M, Consuelo and Cardemil M, Felipe Pérdida auditiva inducida por ruido. *Rev. Otorrinolaringol. Cir. Cabeza Cuello*, Dic. 2013, vol.73, no.3, p.249-256. ISSN 0718-4816.
- 2- Cardemil M, Felipe. Hipoacusia asociada al envejecimiento en Chile: ¿En qué aspectos se podría avanzar? *Rev. Otorrinolaringol. Cir. Cabeza Cuello*, Abr. 2016, vol.76, no.1, p.127-135. ISSN 0718-4816



3--Cardemil, Felipe et al. Evaluación del programa "Active Communication Education" para rehabilitación auditiva en adultos mayores *Rev. Otorrinolaringol. Cir. Cabeza Cuello*, 2014, vol.74, no.2, p.93-100. ISSN 0718-4816.

4-Fuentes L, Eduardo and Cardemil M, Felipe Validación de criterio y constructo para la creación de un cuestionario de exposición a ruido. *Rev. Otorrinolaringol. Cir. Cabeza Cuello*, Abr. 2014, vol.74, no.1, p.21-30. ISSN 0718-4816 (La pérdida auditiva inducida por ruido es la segunda causa más común de hipoacusia sensorineural, superada sólo por la Presbiacusia)

5-. Organización Mundial de la Salud. Repercusión mundial del envejecimiento en la salud [Internet]. Ginebra: OMS; 2006 [citado 5 Feb. 2012]: [aprox. 5 p.]. Disponible en: <http://www.who.int/features/ga/42/es/index.html>

6- Baster Moro JC. Hacia un envejecimiento mayor. COCMED 2003 [citado 15 Feb. 2012]; 7(2): [aprox. 6 p.]. Disponible en: <http://www.cocmed.sld.cu/no72/n72edi.htm>

7--Cuba estará entre países más envejecidos del planeta en el 2050 [Internet]. 2012 [citado 2012 feb. 10]; [aprox. 1 p.]. Disponible en: http://www.sendasenior.com/El-envejecimiento-en-cifras_a638.html

8- Baster Moro JC. Hacia un envejecimiento mayor. COCMED 2003 [citado 15 Feb. 2012]; 7(2): [aprox. 6 p.]. Disponible en: <http://www.cocmed.sld.cu/no72/n72edi.htm>

1.6. TÍTULO: ACCIONES METODOLÓGICAS CON ENFOQUE INTERDISCIPLINARIO EN LA COMUNIDAD LOS COQUITO DE LA PROVINCIA DE CAMAGÜEY.

Autores: Dra C. Zita Elayme Navarro Leyva. elayme.navarro@reduc.edu.cu

MSc. Norma Cabrera Cabrera norma.cabrera@reduc.edu.cu

MSc. Maria del Carmen Frontaina Padrón. Maria.frontaina@reduc.edu.cu

RESUMEN

La importancia de la vinculación de la teoría con la práctica, la autopreparación y la necesidad del método investigativo en la enseñanza, constituye una prioridad en la elevación de la calidad de la educación. Sin embargo, existen limitaciones en los estudiantes al apropiarse de la realidad profesional, a partir de su interacción con la escuela, la familia y la comunidad. En este sentido, el impacto de las tareas sociocomunitarias que se desarrolla por los estudiantes de la carrera de Pedagogía Psicología, de la Universidad de Camagüey "Ignacio Agramonte Loynaz, en la comunidad Los Coquitos, indican la necesidad de socializar acciones metodológicas con enfoques interdisciplinarios, que posibilite el dominio de los modos de actuación del profesional de esta carrera. Se favorece la práctica laboral investigativa, a partir de reconocer las influencias educativas de los diferentes agentes educativos de la comunidad. El trabajo es uno de los resultados de impactos que se presenta en el proceso de evaluación externa de la carrera. Se



utilizaron métodos y técnicas de investigación que posibilitó la valoración del impacto de las acciones desarrolladas.

Palabras claves: contextos de actuación profesional, acciones metodológicas con enfoque interdisciplinario.

INTRODUCCIÓN

La calidad de la formación en la educación superior cubana se sustenta en el trabajo educativo, con énfasis en el político-ideológico, porque engloba la educación basada en un sistema de valores de la Revolución Cubana que propende a la formación de profesionales que combine una elevada competencia profesional con sólidas convicciones revolucionarias.

El concepto de calidad engloba la educación basada en valores de la Revolución cubana, la cual propende a la formación de profesionales que combine una elevada competencia profesional con las más altruistas convicciones revolucionarias, es por tanto resultado de la conjugación coherente de una excelencia académica con una pertinencia integral¹.

En la época actual no será la cantidad de conocimientos de los egresados lo más importante, sino el nivel de preparación que posea para vivir en un mundo nuevo y cambiante donde prevalece la innovación y la incertidumbre, habrá por tanto que preparar a los estudiantes para enfrentar integralmente cualquier problema.

Se impone entonces que las universidades transformen su tradicional papel conservador de creación y trasmisión de conocimientos, como una respuesta a las modificaciones que se están produciendo en el entorno y que afectan tanto a las condiciones en que las universidades se relacionan con él, como entre sí.

La carrera Pedagogía-Psicología de la Universidad Ignacio Agramonte Loynaz de la provincia de Camagüey, se encuentra actualmente en el proceso de perfeccionamiento educativo para elevar la calidad en la formación del Licenciado en Pedagogía-Psicología. En este sentido, en la carrera se reclama la búsqueda de vías que permitan una participación activa de los estudiantes en su proceso de formación a partir del desarrollo de la capacidad de reflexionar, de modificar el contexto en que realizan su práctica laboral investigativa, potenciando la aplicación de métodos investigativos, de aprender de forma independiente y autorregular su propio proceso de aprendizaje, a partir de la solución de los problemas profesionales en los contextos de actuación. Esto los ha de poner en mejores condiciones para el cumplimiento de sus funciones de orientación y asesoría, a la vez que les posibilita aprender por sí mismos, superarse ante los cambios tecnológicos que obligatoriamente se van produciendo, reorientarse y lograr su plena especialización.

¹ Rendición de cuentas del Ministerio de Educación Superior ante la Asamblea Nacional del Poder Popular, realizada por el Dr C. Rodolfo Alarcón Ortiz, 2014



Sin embargo, a partir de un diagnóstico fáctico realizado en la carrera se pudo comprobar que existen limitaciones en el dominio de los modos de actuación profesional de los estudiantes en su vínculo con los contextos de actuación profesional.

Entre las causas fundamentales de esta situación, según las indagaciones empíricas realizadas, se constata el insuficiente trabajo metodológico desarrollado con enfoque interdisciplinario conducente a elevar el dominio de los modos de actuación profesional y el rigor científico en la solución de los problemas profesionales en los contextos de actuación profesional.

Por consiguiente, el objetivo de este trabajo es socializar acciones metodológicas con enfoques interdisciplinarios que posibilite el dominio de los modos de actuación del profesional de la carrera Pedagogía-Psicología.

Las acciones se aplicaron a la Comunidad Los Coquitos de la provincia de Camagüey y permitió el impacto de las tareas sociocomunitarias que se desarrolla por los estudiantes de la carrera de Pedagogía Psicología, de la Universidad de Camagüey "Ignacio Agramonte Loynaz, encaminadas a la solución de los problemas profesionales.

DESARROLLO

El perfeccionamiento del proceso pedagógico universitario, ajustado a los requerimientos del desarrollo social contemporáneo constituye una de las grandes y complejas tareas en todo el Sistema Nacional de Educación en Cuba.

El progreso de la enseñanza en la Educación Superior, ha conllevado a un cambio sustancial manifestado en diversas tendencias de los componentes del proceso pedagógico, entre los que se destacan: el tratamiento del contenido de la enseñanza, nuevos enfoques en la aplicación de métodos y procedimientos que reclaman el trabajo más consciente del profesor y de los estudiantes que permita una adecuada organización de la actividad cognoscitiva de estos últimos, donde tengan la posibilidad de participar activamente en la solución de problemas profesionales, en la que se manifieste dominio de métodos y técnicas de la profesión teniendo en cuenta la necesidad de formar y graduar un profesional competente, con un elevado desempeño ético, y transformador sobre la base de una sólida formación en valores, que contribuya al desarrollo sostenible del país

Todo lo cual requiere, que las acciones metodológicas empleadas por los docentes garanticen el dominio de los contenidos y las habilidades que contribuyan a formar el modo de actuación del profesional desde el currículo.

Ante esta exigencia, el docente ha de realizar una profunda reflexión acerca de su trabajo a fin de transformar la práctica pedagógica y preparar a los estudiantes a aprender a partir de su implicación activa y directa en su actividad cognoscitiva vinculada a los contextos de actuación profesional.



En los Planes de Estudio de las carreras se concibe dar una respuesta integral y contextualizada a la formación de los estudiantes, de modo que se facilite el aprendizaje desde las realidades que enfrentan, con el compromiso, el saber y la responsabilidad que deben caracterizar su desempeño pedagógico profesional.

Desde esta perspectiva, se favorece la formación, se produce en el marco de las vivencias e influencias directas que contribuyen a la solución de los problemas de la realidad escolar y del desempeño pedagógico profesional, en el que adquiere un rol esencial la apropiación por parte del estudiante del contenido de la profesión con énfasis en el conocimiento científico pedagógico, las habilidades profesionales, y los valores éticos.

Entre los aspectos que deben caracterizar a un profesional, algunos autores, a saber: Coll (1987), García L. (1996), Contreras (1997), García J. (1997), del Pino (1998), Álvarez C. (1996-1999), Perera (2000), Salazar (2001), González V. (2002) reconocen lo siguiente: un dominio teórico-metodológico del objeto de la profesión que le permita la transformación del contexto de actuación y la autotransformación; una ética de la profesión que se manifieste en su desempeño, en la satisfacción personal y profesional por la labor que realiza; una identificación con la profesión que le permita implicarse con responsabilidad en la tarea que realiza asumiendo los riesgos y éxitos que implica su ejercicio; formar parte de asociaciones profesionales.

Lograr que el proceso de aprendizaje le permita al alumno transformar y transformarse, tanto desde el punto de vista intelectual como afectivo motivacional, de manera que produzca una satisfacción personal en el sujeto, requiere necesariamente centrar la atención, entre otros, en dos aspectos que consideramos esenciales; por una parte, las formas y organización que adopte su actividad de aprendizaje y por otra las formas diversas de tareas y problemas que debe resolver. (Rico, 1996: 52).

Para que el docente pueda lograr en los estudiantes una disposición positiva hacia las diversas tareas que debe realizar en los contextos de actuación profesional, es necesaria la utilización de determinadas vías, a saber:

- ✓ Precisión y claridad de lo que se va a hacer;
- ✓ Estimular la participación de ellos;
- ✓ Partir de problemas profesionales, otorgarle importancia a la tarea para su formación profesional;
- ✓ Orientación individualizada de las tareas;
- ✓ El carácter vivencial de los estudiantes en el proceso;
- ✓ La utilización de los métodos y técnicas grupales participativas;
- ✓ La tecnología que movilicen la atención y estimulen la reflexión y el conocimiento por el estudiante de las formas de control y evaluación de las tareas.



En la actualidad ha tomado fuerza la idea de que, para su adecuada inserción y protagonismo en la vida moderna, todo individuo tiene que apropiarse de un conjunto determinado de saberes que reflejan las exigencias de las actuales condiciones sociales. Se trata de un aprendizaje que promueva el desarrollo integral del sujeto, que posibilite su participación responsable y creadora en la vida social, y su crecimiento permanente como persona comprometida con su propio bienestar y el de los demás. Aprender a conocer, a hacer, a convivir y a ser (Informe Delors, 1997) constituyen aquellos núcleos o pilares básicos del aprendizaje que nuestros educandos están llamados a realizar, y que la educación debe potenciar. (Ministerio de Educación, 2001: 35)

Aprender a conocer, implica trascender la simple adquisición de conocimientos para centrarse en el dominio de instrumentos que permiten producir el saber, en la apropiación de procedimientos y estrategias cognitivas, de habilidades metacognitivas en resumen, en el aprender a aprender. Aprender a hacer destaca la adquisición de habilidades y competencias que preparen al individuo para aplicar nuevas situaciones disímiles en el marco de las experiencias sociales de un contexto cultural y social determinado. Aprender a convivir supone el desarrollo de habilidades de comunicación e interacción social, el trabajo en equipos, la interdependencia, la solidaridad, el respeto a los otros. Aprender a ser destaca el desarrollo de las actitudes de responsabilidad personal, de la autonomía, de los valores éticos y de la búsqueda de la integridad de la personalidad. (Castellanos, Castellanos, Llivina, y Silverio, 2001: 35).

Se trata de lograr que el estudiante se sienta partícipe de su propio aprendizaje, sujeto de su propia formación, que sea activo en un ambiente de reflexión, comunicación y diálogo para que actúe sobre el objeto del conocimiento, lo transforme y se transforme a sí mismo, es decir, se fundamenta en la concepción del desarrollo humano; que concibe a las personas como valor supremo de la sociedad.

Cada contexto social e histórico traza exigencias específicas a la profesión y, por ende, al diseño del currículo de la formación. En este sentido, el Licenciado en Pedagogía Psicología orienta, asesora e investiga en los diferentes tipos de instituciones de las Educaciones Preescolar, Primaria, Especial, Secundaria Básica, Preuniversitaria, Técnica y Profesional y en los Centros de Diagnóstico y Orientación así como en la EFMP en las que además de orientar y asesorar, dirige el proceso de enseñanza aprendizaje. También constituyen esferas de actuación el trabajo en las modalidades educativas no institucionales, la familia y, la comunidad y la promoción y gestión del conocimiento de las ciencias pedagógicas y de la educación en centros de investigación educativa y en otras instituciones sociales donde se concretan su campo de acción. Lo expresado se concreta en el cumplimiento de las funciones del profesional: docente metodológica, orientadora, de asesoría e investigativa y de superación.



Los campos de acción de este educador exigen el dominio de los conocimientos necesarios para esta profesión: los Fundamentos Filosóficos y Sociológicos de la Educación, Fundamentos Fisiológicos y Psicológicos de la Educación, los Fundamentos Pedagógicos, Orientación en el contexto educativo, Didáctica y Currículo y Metodología de la Investigación Educativa que le permitan el cumplimiento de sus funciones desde la atención a la diversidad y el trabajo preventivo en los distintos contextos en que desarrolla su labor profesional.

Por tanto, las acciones metodológicas desarrolladas por los docentes, deben contribuir al cumplimiento de los modos de actuación del educador de esta especialidad, que comprende la orientación educativa a escolares, docentes, la familia y los sujetos de la comunidad implicados en el proceso educativo, la asesoría en las instituciones educativas y la dirección del proceso de enseñanza aprendizaje de la Pedagogía y Psicología en la formación de educadores a partir de los resultados de la investigación científica educativa. Como licenciado en Pedagogía-Psicología desarrolla labor preventiva y de atención a la diversidad de la comunidad pedagógica y familiar, lo que se facilita si se perfeccionan los contenidos y los niveles de ayuda de los docentes y agentes educativos en las diferentes esferas de actuación, así como se complejizan progresivamente las situaciones profesionales en las tareas que se le orientan a los mismos.

La familia y sujetos de la comunidad, como agentes educativos, deben tener disposición para intervenir y cooperar acertadamente, en la educación de los estudiantes. El desempeño de estos componentes no es posible sin una estructuración metodológica que posibilite la conformación de las acciones a desarrollar por este educador en los contextos de actuación.

La integración entre ellos constituye una de las premisas fundamentales para el éxito de la práctica en la formación del profesional. Esta integración debe establecerse de forma dinámica a través de la comunicación y el intercambio sistemático entre los agentes educativos de las instituciones en las que desarrolla su labor profesional.

Por supuesto, para lograr lo anterior se hace necesario el enfoque interdisciplinario en el proceso pedagógico. El conocimiento interdisciplinar no se restringe a la clase, sino que debe traspasar los límites del quehacer escolar y fortalecerse en la medida en que refleja la vida social. Para ello, todas las actividades que se realicen sean docentes, extradocentes, extraescolares, tienen que estar imputadas de este enfoque interdisciplinar, que permita contribuir al cumplimiento de los objetivos del Modelo del Profesional.

Sin embargo, a partir del diagnóstico realizado, se demuestran insuficiencias, que deben ser consideradas por los docentes de la carrera. .

- Insuficiente trabajo metodológico de las asignaturas y disciplinas en la forma de concebir conscientemente las acciones para la práctica laboral, con el enfoque interdisciplinario que la caracteriza y la proyección de esta con las necesidades profesionales de los estudiantes, que



permita la aproximación de los estudiantes a la realidad de los diversos contextos de actuación profesional.

- Insuficiencias en el aprovechamiento de las posibilidades que ofrece los contextos de actuación profesional en especial, la familia y la comunidad para ampliar las habilidades profesionales y, a la vez, desarrollar una adecuada formación profesional como exige el Modelo del Profesional.
- Insuficiente variedades de acciones, métodos y procedimientos a desarrollar por los estudiantes en los contextos de actuación profesional y el aprovechamiento de sus experiencias y vivencias para que le den sentido a los contenidos que aprende.

Todas estas insuficiencias imponen la necesidad de un trabajo metodológico en los colectivos de disciplinas, que posibilite la integración de conocimientos, métodos y procedimientos en función de los problemas reales de los contextos de actuación de este profesional.

Las relaciones interdisciplinarias son una vía efectiva para garantizar en los estudiantes un sistema general de habilidades, tanto intelectuales como práctico, así como, un sistema de valores, convicciones y relaciones hacia el mundo real y objetivo en el que le corresponde desempeñarse como persona y profesional, que les permita prepararse para la vida.

Se requiere, de la aplicación de un enfoque interdisciplinario en la formación del profesional y para ello se necesita de la convicción y del espíritu de colaboración entre los agentes educativos que influyen en la formación del estudiante.

Por tanto, es preciso lograr en el proceso pedagógico de la carrera una formación en los estudiantes que adquieran una forma de pensar y de proceder interdisciplinaria a partir de los contenidos de las propias disciplinas en vínculo con los contextos de actuación profesional.

En este sentido, en la carrera se propuso delimitar acciones metodológicas con enfoque interdisciplinarios, y su aplicación en los contextos de actuación que se encuentran ubicados en la comunidad “Los Coquitos”, para potenciar la formación del psicopedagogo:

- Taller metodológico en la carrera para reflexionar sobre las insuficiencias y aprobar las acciones a ejecutar. Se aprobó la Comunidad los Coquitos para la intervención de los estudiantes.
- Análisis de contenidos básicos con carácter interdisciplinarios. Se realizó el análisis por cada disciplina y se puntualizaron contenidos como: diagnóstico y caracterización, educación ambiental, modelación de procesos, entre otros.
- Seleccionar y preparar a los estudiantes que se implicarían en las actividades a realizar en la comunidad.
- Intercambiar con las agencias de la comunidad para la intervención.
- Desarrollar diagnóstico de la comunidad, la escuela y de grupos de estudiantes desde el punto de vista pedagógico, psicológico y ambiental. El mismo se realizaría sobre la base de



los contenidos recibidos en Sociología de la Educación, Psicología y Metodología de la investigación sobre los métodos, técnicas e instrumentos a utilizar para el diagnóstico.

- Caracterizar los hogares y el funcionamiento de las familias de los escolares de la Escuela Primaria “Aguedo Morales” de la comunidad “Los Coquitos”
- Introducir actividades de Orientación Vocacional derivadas de Trabajos de Diploma de los estudiantes. Actividad orientada desde los contenidos de Orientación Educativa y Psicología de Grupo.
- Introducir actividades de Educación Ambiental derivadas de Tesis de Maestrías y Doctorado.
- Realizar conversatorio con directivos y psicopedagoga de la Escuela Primaria “Aguedo Morales” enclavada en la comunidad y la donación de libros a la biblioteca de la escuela.
- Orientar y asesorar sobre Escuelas de Educación Familiar diseñada por estudiantes de 2do y 3er año de la carrera, para maestros de la Escuela Primaria “Aguedo Morales” enclavada en la comunidad.
- Participar en la Escuelas de Educación Familiar junto a maestros de la Escuela Primaria “Aguedo Morales”.
- Participar en actividades ambientales de la escuela y la comunidad.
- Participar en actividades artística de la escuela.

Luego de aplicadas las acciones metodológicas se pudo constatar el impacto en el nivel de preparación que adquirieron los estudiantes de la carrera y la transformación paulatina que se fue observando en la escuela y la familia de los alumnos de la comunidad Los Coquitos. Se lograron resultados como:

- Insertar a los estudiantes en su práctica laboral sistemática en la escuela primaria de la comunidad.
- Una maqueta de la comunidad confeccionada por los estudiantes de la carrera.
- El conocimiento teórico y práctico de los maestros de la Escuela Primaria “Aguedo Morales” sobre las Escuelas de Educación Familiar.
- La participación e interés de las familias en la Escuela de Educación Familiar que se realizó en el centro escolar y que nunca se había efectuado.
- La elaboración del Proyecto sociocomunitario “Los Pinos Nuevos” de la carrera Pedagogía-Psicología.
- La confección de artículos científicos y trabajos científicos vinculados a este trabajo comunitario por profesores de la carrera y su presentación en eventos científicos nacionales y de base.
- La proyección de investigaciones en los estudiantes de la carrera.



- La contribución a la formación de valores ambientales (cuidado y conservación) y de valores humanos (responsabilidad, colectivismo, laboriosidad).

CONCLUSIONES

El aprovechamiento de las posibilidades que ofrece los contextos de actuación profesional en especial, la familia y la comunidad para ampliar las habilidades profesionales y, a la vez, desarrollar una adecuada formación profesional, constituye un elemento de atención necesaria por los profesores y directivos de educación.

La formación de un pensamiento con un enfoque interdisciplinario en los estudiantes se fortalece cuando el profesor logra una correcta relación interdisciplinaria, lo que requiere un trabajo sistemático de los profesores en el ejercicio de la profesión.

Los resultados de la intervención sociocomunitaria arrojan la pertinencia y el impacto de las acciones metodológicas con enfoque interdisciplinario que desarrolla la carrera en la comunidad Los Coquitos de la provincia de Camagüey.

BIBLIOGRAFÍA

Alarcón R. (2014) Rendición de cuentas del Ministerio de Educación Superior ante la Asamblea Nacional del Poder Popular, La Habana.

Castellanos, D. (2001). Informe del resultado de la caracterización de los procesos de aprendizaje en estudiantes de las Secundarias Básicas de Ciudad Escolar Libertad, Proyecto de Investigación: El Cambio Educativo en la Secundaria Básica: Realidad y Perspectivas, Abril.

Castellanos, D. (2002). Aprender y enseñar en la escuela. Una concepción desarrolladora. La Habana: Pueblo y Educación.

Coll, C. (1987). Psicología y Currículum, Iberia SA, Barcelona, España: Ediciones Paidós,

Fiallo, J.P. (2012) Cómo formar un pensamiento interdisciplinario desde la escuela. La Habana: Pueblo y Educación.

García, G. (1999). Formación Pedagógica General y Profesionalización del docente. La Habana. Material en soporte digital.

García, G. y Addine F. (1999). Formación permanente del docente, currículo y profesionalización. Pedagogía 99. La Habana.

García, G. (2000). Currículum y profesionalidad del docente. La Habana. Material en soporte digital.

García, G. (2004). La formación investigativa del docente. Un reto de nuevo milenio. Profesionalidad y práctica pedagógica. La Habana: Pueblo y Educación.

García, G. [et al] (2002). Compendio de Pedagogía. La Habana: Pueblo y Educación

García, G. y Caballero, E. (2004). Profesionalidad y Práctica Pedagógica. La Habana: Pueblo y Educación.



1.7. TÍTULO: EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS PARA MODIFICACIONES DEL APOYO PLANTAR EN DEPORTISTAS.

Autores: Dr. C. José Francisco Monteagudo Soler.

Dra. C. Sofía León Pérez.

Dr. C. Carlos Fuentes Martínez.

Dra. Laura Monteagudo González.

Esp. Juan Francisco Royero Montiel.

RESUMEN.

La Actividad Física Terapéutica y Profiláctica (AFTP) se emplea desde la antigüedad, según Popov, S.N; (1988), en los grabados más antiguos pertenecientes a la antigua China (2.000 a 3.000 a.n.e), se hace alusión a que existían escuelas médico/gimnásticas donde era empleada de forma práctica en el tratamiento de los enfermos. Los ejercicios respiratorios, de resistencias y los movimientos pasivos eran aplicados en las desviaciones de la columna vertebral. También hace referencia a que en los Vedas, libros sagrados indios (1800 a.n.e) se describen ejercicios pasivos, activos y respiratorios utilizados en el tratamiento de diferentes desviaciones posturales Popov, S, N. (1992) "La Cultura física terapéutica". Editorial Pueblo y Educación Ciudad Habana. Cuba.

Se somete a un grupo de atletas a una investigación que nos proporcionaron importantes resultados para corroborar la necesidad y confiabilidad en una de las técnicas utilizadas como indicadores para la detección y selección de talentos en los Juegos Colectivos. Se proponen grupos de ejercicios profilácticos y terapéuticos para corregir la patología del Pie Cavo para los atletas que puedan ser definidos como posibles Talentos Deportivos.

Palabras claves: profilácticos, terapéuticos, talentos deportivos, pie cavo, desviaciones posturales

INTRODUCCIÓN.

Las particularidades de los apoyos plantares en el ser humano y en específico en el deporte y sus alteraciones generalmente quedan asociadas a las diferencias funcionales de las extremidades inferiores. Las formas diversas de clasificación de las huellas o impresiones de cada forma en el apoyo plantar, puede identificar las particularidades de cada pie o del conjunto de las extremidades inferiores. Las modificaciones en las formas del apoyo condicionan también cambios y alteraciones en los pies y extremidades inferiores de un sujeto, R. Hernández Corvo, pagina 20. Clínica Observacional. Temas Especializados, editorial Deportes, 2008.

DESARROLLO

Objetivo: Seleccionar los ejercicios físicos terapéuticos y profilácticos para compensar las deformidades más frecuentes del pie en los deportistas investigados.



Metodología: Se aplicaron encuestas a 4 entrenadores nacionales, 7 médicos, 4 Especialistas en Ortopedia, 2 Especialistas en Medicina Física y Rehabilitación, 1 Especialista en Pediatría. Se realizó una revisión bibliográfica para seleccionar los ejercicios más adecuados a los objetivos trazados. Se sometió la propuesta de ejercicios a la opinión de los especialistas. Se realizó un estudio transversal descriptivo de naturaleza cuantitativa y cualitativa.

Población y muestra: La muestra escogida para nuestra investigación estuvo conformada por 20 deportistas del sexo femenino, con un promedio de edad de 15.1 años

Métodos Científicos utilizados.

Del Nivel Teórico.

Método de inducción/deducción: Utilizado en la organización de los elementos del sistema para diagnosticar cuales son las deformidades que presentan las deportistas.

Método histórico/lógico: Permitió determinar los antecedentes del problema objeto de estudio, así como las leyes generales que intervienen en el funcionamiento y desarrollo del sistema para la corrección de las deformidades las deportistas.

Del Nivel Empírico.

Método Diagnóstico Inicial y Observación. Fue utilizado para comprobar las deformidades de los diferentes segmentos del cuerpo de los atletas investigados.

Método de medición: Se aplicó la técnica de Plantografía para detectar las deformidades en las extremidades inferiores.

Método de la encuesta: Para conocer el criterio de los entrenadores sobre la educación en prevención de las desviaciones posturales y a los especialistas para conocer el criterio acerca de la propuesta de ejercicios.

Procesamiento estadístico: Se utilizó el Programa Metamesure de cálculo para el procesamiento del Plantograma y el paquete estadístico SPSS versión 11.5 para Windows.

Valoración económica, aporte social y problemas que resuelve la Investigación.

- ✚ Hace posible estudiar, valorar y clasificar el apoyo plantar y los diferentes tipos de deformidades del pie de los deportistas, antes de iniciar el proceso de detección y selección de talentos deportivos.
- ✚ Desde el punto de vista osteomioarticular, como principal segmento del aparato esquelético que interviene en el sostén del cuerpo, se evalúa la estabilidad corporal y la correcta locomoción del cuerpo durante la actividad física.
- ✚ Aporta indicadores que reúnan los requisitos de exactitud, efectividad, rapidez, eficacia y confiabilidad científica e investigativa, para caracterizar y determinar las deformidades de las diferentes patologías en los pies de los deportistas, que contribuyan a lograr una



correcta dosificación de la carga física, técnica y táctica con mayor precisión a partir de la deformidad detectada en los pies de los deportistas.

- Se logra desde la Teoría del Entrenamiento Deportivo y la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, que el deportista durante su vida deportiva se encuentre en condiciones superiores de salud, disminuyendo traumas y dolencias que le permitan elevar sus resultados deportivos y al concluir su estadio deportivo, se encuentre como trabajador y ser social en mejores condiciones para enfrentar la vida y la defensa de la patria con mayor calidad, eficiencia y calidad de vida.

Resultados de la Intervención

- Seis semanas después de incorporados los ejercicios se realizó un diagnóstico final para concluir la investigación.
- Las deportistas expresan importantes elementos positivos y muestran signos de mejoría en los padecimientos y molestias de los pies.
- Se orientó mantener esta propuesta, tratando de crear en las jugadoras el hábito diario de realizarlos como parte de la recuperación, al final de cada sesión de entrenamiento.

CONCLUSIONES.

1. Los especialistas valoraron de muy positivo el método de Plantografía para caracterizar las deformidades del pie, en los deportistas investigados.
2. Se aprobó por los especialistas la propuesta de ejercicios terapéuticos y profilácticos considerando las alteraciones del apoyo plantar.
3. Se aplicó el conjunto de ejercicios terapéuticos y profilácticos, según las alteraciones detectadas, alcanzando resultados positivos con su aplicación ya a las 6 semanas de intervención.
4. Realizar análisis sistemático de Plantografía, en el examen médico inicial de los deportistas y para comprobar el efecto de los ejercicios terapéuticos y profilácticos de alteraciones del apoyo plantar.
5. Generalizar la inclusión de ejercicios terapéuticos y profilácticos de alteraciones del apoyo plantar como parte de la recuperación, al final de cada sesión de entrenamiento.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez Cambras R. (1985 y 1986). Tratado de cirugía ortopédica y traumatología Tomo I y II. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.
2. Deformidades del pie. Disponible en: <http://www.modimes.org>. Hernández Corvo R. (1987) Morfología funcional deportiva. Sistema locomotor. Editorial científico-técnica. Ciudad de la habana. Cuba.



3. Hernández Corvo R. Función de apoyo. La Habana. Departamento de Impresiones del ISCF.
4. Hernández Corvo R. (1999) Halterofilia y movimiento. Editorial Deportes. Ciudad de la Habana. Cuba.
5. Hernández Corvo R. (2007). Temas de estabilografía. Editorial Madrid. España.
6. Hernández, R y E. Hernández. (2002) Alteraciones Ortopédicas frecuentes. Revista Médica de Santiago de Chile. RMS.
7. Hernández Corvo R. (2008). Clínica Observacional. Temas Especializados. Editorial Deportes. La Habana. Cuba.
8. Kapandje, A. (1990) Cuadernos de fisiología articular. Nº 3 Masson.
9. Knoplich, J. (2001) 48 Ejercicio como terapia. Edición Madrid. España.
10. Krusen. (1989) Medicina física y rehabilitación .3er edición. Editoras medicina panamericana.SA. Argentina.
11. Licht Sydney. M. D. (1972) Terapéutica por el ejercicio. Edición Revolucionaria. C. Habana. Cuba.
12. Losada, Robaina, M. (2003). Estrategia de aplicación de un programa de ejercicios físicos seleccionados para la atención de deformidades de miembros inferiores y desviaciones de la columna vertebral, Tesis de Maestría del Instituto Superior de Cultura Manuel Fajardo, La Habana.
13. Martínez Páez, J. (1994) Nociones ortopédicas y traumatología. Tomo II. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
14. Melián, M y H, Mesching. (2004) Detección precoz de las alteraciones posturales en la infancia. Disponible en: <http://www.jpg.org.ar/detectar.htm>.
15. Monteagudo Soler, José. La Rehabilitación en el deporte. Conferencia magistral en el VI congreso Internacional de Investigación Científica en Actividad Física, Deporte, Recreación y Gerencia Deportiva”, San Carlos, Estado de Cojedes, 2012.
16. Monteagudo Soler, José. Programa de la Maestría “Fundamentos Médico Pedagógicos del Ejercicio Físico Terapéutico y Profiláctico”. Planificación del entrenamiento rehabilitador con pacientes o personas con factores de riesgo. Universidad Iberoamericana Deportiva del Sur. San Carlos, Estado de Cojedes, 2012.
17. Monteagudo Soler, José. Ciclo de conferencias sobre preparación física, capacidades condicionales y coordinativas, a maestrantes de la Universidad Iberoamericana Deportiva del Sur. San Carlos, Estado de Cojedes, 2012.
18. Pérez Rodríguez, M. (2006) Estrategia para la reeducación postural de los escolares portadores de escoliosis. Tesis de Doctorado.



1.8. TÍTULO: METODOLOGÍA PARA LA ATENCIÓN FÍSICO-EDUCATIVA A NIÑOS CON DIAGNÓSTICO DE RETRASO MENTAL QUE PADECEN DE ASMA BRONQUIAL.

Autores: Dr. C Yoandris Espinosa Telles. yespinosatelles@udg.co.cu

MSc. Yaquelyn de Ávila Martínez.

RESUMEN

La presente investigación emergió de las insuficiencias teórico-metodológicas y prácticas, detectadas al proceso de atención físico-educativa a niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial, durante las clases de Educación Física Adaptada. La muestra estudiada estuvo conformada por 11 niños de la escuela especial “Félix Varela Morales”, de la provincia Granma, además se consultaron a dos profesores de Educación Física, uno de Cultura Física Terapéutica, a 11 familiares y al médico. Se utilizaron métodos teóricos, empíricos y estadísticos-matemáticos que guiaron el proceso investigativo y la concreción de diferentes aportes científicos, tales como: la concepción teórica con enfoque de prevención, estimulación y desarrollo, contextualizada al objeto de estudio declarado y la metodología elaborada, como herramienta práctica. Los resultados obtenidos en la constatación final del pre-experimento, permitieron favorecer la atención físico-educativa y el desarrollo de los indicadores motrices y respiratorios en los niños investigados; además disminuyó el número de crisis y consumo de medicamentos, preparándolos para vivir con la enfermedad.

Palabras claves: atención físico-educativa, asma bronquial, retraso mental.

INTRODUCCIÓN.

Cuando la práctica de los ejercicios físicos la realizan niños con diagnóstico de retraso mental que padecen de asma bronquial, se requiere de adaptaciones a los componentes del proceso docente-educativo, que respondan al déficit intelectual y a las especificidades de la enfermedad. Es evidente la necesidad de brindarles una atención físico-educativa durante la ejecución de los movimientos corporales, que les permita aprender a respirar de forma nasal y diafragmática, además de controlar la intensidad de las acciones motoras, para prevenir la aparición de las crisis, propiciándoles una mejor condición física y estado de salud, aspectos que repercuten en su preparación para vivir con la enfermedad.

La atención físico-educativa a los niños investigados en la Educación Física Adaptada, tiene una naturaleza pedagógica por excelencia, dirigida a dar solución a una necesidad concreta desde el punto de vista del aprendizaje y al mismo tiempo tratar un problema de salud, siendo precisamente en este proceso donde emergen las limitaciones fundamentales. Los profesionales de la actividad física encargados de esta atención, deben poseer las herramientas didáctico-metodológicas idóneas, para desarrollar un proceso pedagógico integral, que dé respuesta tanto al déficit intelectual como a las especificidades de la enfermedad.



Mediante el diagnóstico fáctico realizado por medio de observaciones, encuestas, entrevistas y la revisión de documentos oficiales, en la escuela especial “Félix Varela Morales” del municipio Bayamo, provincia Granma, se determinaron las irregularidades funcionales del proceso de la Educación Física Adaptada y la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, para la atención de estos niños, las cuales son:

- La frecuencia respiratoria está alterada, pues los momentos de inspiración y espiración evidencian un notable incremento, al ser arrítmica y superficial; de forma general predomina la respiración torácica y bucal.
- Presentan dificultades en la ejecución de las acciones motrices, por ser en ocasiones, excluidos de las clases de Educación Física, o no atenderse consecuentemente sus diferencias individuales.
- Manifiestan lenta asimilación de los nuevos contenidos motrices, dado por el déficit intelectual y las inadecuadas herramientas didáctico-metodológicas utilizadas por el profesor al impartir las clases.
- Las bases teórico-metodológicas del programa de Educación Física Adaptada que se aplica, son insuficientes para adaptar las actividades físicas al déficit intelectual y a la enfermedad que presentan los niños.
- Las orientaciones metodológicas son insuficientes, al no ser consecuentes con la necesidad de adaptar los objetivos, contenidos, métodos y evaluación del proceso, para atender las diferencias individuales.

A partir de la valoración teórica e interpretación desde la práctica de las irregularidades detectadas, es que se define el siguiente **problema científico**: ¿Cómo favorecer la atención físico-educativa a niños con diagnóstico de retraso mental leve que padecen de asma bronquial, en las clases de Educación Física Adaptada?

Para darle solución al problema científico planteado, se define como **objetivo general** de la investigación: elaborar una metodología, sustentada en una concepción teórica con enfoque de prevención, estimulación y desarrollo, para favorecer la atención físico-educativa y el desarrollo de los indicadores motrices y respiratorios, en niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial, en las clases de Educación Física Adaptada.

Población, muestra, metodología y tipo de estudio

De una población de 21 niños con diagnóstico de retraso mental, que padecen de asma bronquial de la escuela especial “Félix Varela Morales” de la provincia Granma; se seleccionó una muestra de 11 niños que representan el 52,3 %, con edades comprendidas entre siete y nueve años, en cuanto al tipo de asma bronquial, cinco presentan asma persistente leve y seis persistente moderada.



Métodos de investigación:

Se utilizaron diferentes métodos de nivel teórico dentro de ellos: el analítico-sintético, el inductivo-deductivo, el hipotético-deductivo, la revisión de documentos y el sistémico-estructural-funcional, los cuales permitieron hacer un estudio del objeto de estudio analizado y concretar aspectos importantes en el orden teórico-metodológico para la transformación de este.

Como métodos del nivel empírico se emplearon la observación, la medición, encuestas, entrevistas, el criterio de expertos y el experimento en su variante pre-experimental, los cuales posibilitaron caracterizar el proceso y los sujetos, así como constata su evolución luego de aplicar la metodología y la concepción que la sustenta.

También se aplicaron métodos estadístico-matemáticos: dentro de la estadística descriptiva se utilizaron la media aritmética, la desviación estándar y la distribución empírica de frecuencia y dentro de la estadística inferencial se emplean la prueba de bondad de ajuste de Shapiro-Wilks, la prueba paramétrica para muestras relacionadas T-Student y la prueba no paramétrica de rangos señalados de Wilcoxon.

DESARROLLO.

Existen varias aportaciones dirigidas a la atención educativa a niños con diagnóstico de retraso mental en el contexto educativo, que se orientan hacia la estimulación cognoscitiva y el dominio de elementos propios de asignaturas del currículo de la enseñanza especial. Se reconoce el valor teórico, metodológico y práctico de estas propuestas, sin embargo, no son muchos los investigadores que orientan sus estudios hacia la adaptación de la Educación Física para niños con este diagnóstico, pero además, las experiencias concebidas para atender las enfermedades crónicas no transmisibles dentro de sus clases, son más limitadas.

La atención a la diversidad dentro de la Educación Física, lo constituye precisamente, el grupo de niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial, a los cuales hay que brindarles una atención físico-educativa que responda a las necesidades educativas y a la enfermedad. Cuando se atiende a un niño con estas características hay que tener presente los desajustes en la esfera intelectual y al mismo tiempo los síntomas de una enfermedad, que por múltiples causas pueden manifestarse, además, su efecto perturbador también influye en la inadecuada concentración del niño en la tarea docente, así como en las ausencias a las clases de las otras asignaturas del currículo docente.

La atención físico-educativa a los niños investigados, debe responder a las limitaciones en el aprendizaje y a la enfermedad asma bronquial. Este proceso requiere de una visión positiva en la que prevalezca un enfoque de prevención y estimulación, que permita el desarrollo de los indicadores motrices y respiratorios en los niños. Con una posición que además de profiláctica y terapéutica, se conciba en estrecha intencionalidad con sus potencialidades, para de esta



manera, repercutir directamente en el progreso intelectual, al permitirle mayor asistencia y cumplimiento de las tareas docentes.

Metodología para la atención físico-educativa a niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial, en las clases de Educación Física Adaptada

La metodología propuesta, se concibe como un sistema de relaciones entre las diferentes categorías y conceptos; sustentadas por principios y leyes, que implican una transformación del objeto. Además mediante la utilización de métodos, técnicas y procedimientos se materializan los componentes estructurales y metodológicos que aportan nuevas evoluciones del proceso, que son proyectadas en la praxis pedagógica a través de indicaciones, recomendaciones, métodos y medios, que orientan una vía lógica y coherente hacia el cumplimiento del objetivo planificado.

Figura 1

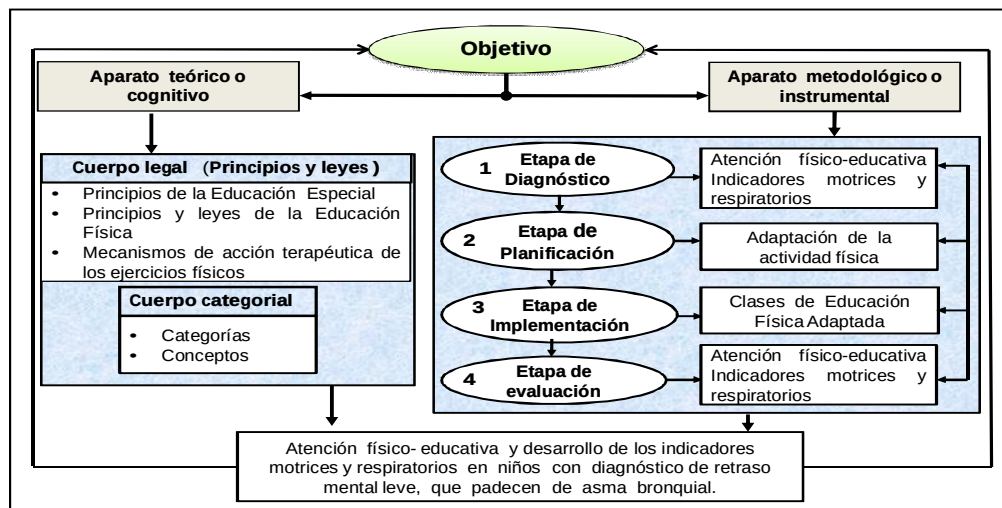


Figura. 1: Metodología para la atención físico-educativa a niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial, en las clases de Educación Física Adaptada. Basada en el modelo de Bermúdez, R. y Rodríguez, M. (1996)

En el cuerpo legal del aparato teórico de la metodología se asumen los principios aportados por Morales, L. (1992), que se derivan del enfoque socio, histórico, cultural de Vigotsky, L. (1989), los cuales se contextualizan al objeto de estudio declarado en la presente investigación. Se asumen los **principios metodológicos de la Educación Física**, aportados por Calderón, C. (2006), los cuales son determinantes en el proceso de atención físico-educativa a los niños investigados, además de servir de guía en la construcción de la metodología y su contextualización en el proceso a transformar, además se asumen las cinco leyes a tener en cuenta en el proceso de la Educación Física, aportadas por Matvéev, L. y Novikov, A. (1977), las cuales expresan las relaciones teóricas derivadas de las ciencias biológicas, psicológicas y pedagógicas que nutren este proceso.



Como parte del aparato teórico se relacionan las categorías principales de este estudio, las cuales son: prevención, estimulación, desarrollo y atención físico-educativa, así como las conceptualizaciones que emanan del proceso de transformación del objeto, dentro de las cuales se encuentran: niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial, ejercicios físicos, potencialidades, indicadores motrices, juegos respiratorios, indicadores respiratorios y adaptaciones de la actividad física, las cuales se enuncian a continuación.

La construcción de la metodología como aporte científico, requiere de un aparato metodológico o instrumental que oriente el proceso, partiendo de la necesidad de valorar el por qué, y el para qué se elabora, en tal sentido se precisa la necesidad de concebir un procedimiento que condicione la atención físico-educativa a niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial, dentro de las clases de Educación Física Adaptada, para favorecer el desarrollo de sus indicadores motrices y respiratorios, este aparato metodológico quedó conformado por cuatro etapas, la de exploración y diagnóstico, la planificación, implementación y evaluación.

Resultados de la aplicación de la metodología.

Comparación de los resultados de los indicadores motrices (Anexo 1)

NO.	Indicadores	X ra	X da	Diferencia	Significación Estadística (α_0)
1	Frecuencia Respiratoria	25 (v/min)	22 (p/min)	-3 (v/min)	0,001
2	Capacidad Vital Pulmonar Real	1827 (mil)	1900 (mil)	+73 (mil)	0,003
3	Capacidad Vital Pulmonar Debida	2989 (mil)	2992 (mil)	+3 (mil)	0,000
4	Índice respiratorio	61(%)	69(%)	+ 8 (%)	0,000
5	Apnea Inspiratoria	15 (s)	18 (s)	+3(s)	0,000
6	Apnea Espiratoria	9 (s)	11 (s)	+2(s)	0,000
7	Modo de respirar	Bucal (8) Nasal (3)	Bucal (5) Nasal (6)	+ 3 Nasal	
8	Tipo de respiración	Torácica (10) Diafragmática (1)	Torácica (7) Diafragmática(4)	+3 Diafragmática	

Leyenda: (p/m): pulsaciones por minuto. (v/min): veces por minutos (%) : por ciento. (s): segundos. (mil): mililitros.

Al comparar las mediciones respiratorias, se observa una disminución de la frecuencia respiratoria en 3 (v/min). Mediante el procesamiento estadístico, se determinó que $\alpha_0=0,001$, al ser $\leq$ que $\alpha= (0,05)$, por lo que se puede afirmar que existen diferencias significativas entre la primera y segunda medición, esto responde al nivel de adaptación del sistema respiratorio de los niños asmáticos a las actividades físicas, cuando estas son ajustadas a sus necesidades y posibilidades.



La capacidad vital pulmonar real aumentó en 73 (mil), al lograr almacenar mayor volumen de aire en los pulmones después de una inspiración máxima, además es muestra del fortalecimiento de los músculos que intervienen en la respiración, al lograr una mayor presión al expulsar el aire contenido en los pulmones, como resultado estadístico se obtiene que $\alpha_0=0,000$, por lo que existen diferencias significativas entre la medición inicial y final de este indicador.

En la capacidad vital pulmonar debida, se obtiene una diferencia +3 (mil) con respecto a los resultados de la primera constatación, esto ocurre porque se relaciona la edad y la talla de los niños en el periodo estudiado, la diferenciación constatada es muestra del desarrollo fisiológico característico de la edad en que se encuentran y de la influencia del ejercicio físico en el crecimiento y desarrollo.

Como parte de los resultados comparativos entre los resultados obtenidos en la prueba del índice respiratorio, se evidencia una diferencia de + 6 (%), al pasar varios niños a la categoría de índice respiratorio normal, con resultados entre un 81 y un 90 (%), aumenta la cantidad de niños con índice respiratorio pobre, de los que estaban evaluados de índice respiratorio insuficiente. Los resultados son superiores a los de la primera medición, al ser $\alpha_0=0,000$, por lo que existe diferencia significativa.

En el indicador de apnea inspiratoria se obtiene una diferencia de +3 (s), mientras que en la apnea espiratoria fue de +2 (s), con $\alpha_0=0,000$, aspectos que demuestran la posibilidad de los niños de detener la respiración después de ejecutar estos dos momentos de la ventilación pulmonar.

Resultados comparativos de los indicadores motrices evaluados.

Nº	Pruebas	Resultado Inicial		Resultado Final		Diferencia	Sig. Estadística (α_0)
		X	EVA	X	EVA		
1	Coordinación estática	4,8 s	M	9,5 s	R	+4,7 s	0,000
2	Coordinación óculo manual	12,5 pto	R	22 pto	B	+9,5 pto	0,003
3	Coord óculo podal	16,5 pto	R	24,3 pto	B	+7,8 pto	0,003
4	Coordinación dinámica genera	2,5 pto	M	3,2 pto	R	+0,7 pto	0,011
5	Simultaneidad de los mov.	2,8 s	M	3,3 s	R	+0,5 s	0,011
6	Equilibrio estático	10 s	R	16,5. s	B	+6,5 s	0,000
7	Equilibrio dinámico	2,2 p	M	4,2 p	R	+2 p	0,004
8	Ritmo de movimiento	3 (c g)	M	5,2 (c g)	R	+2,2 (c g)	0,003
9	Orientación espacial	4 pto	M	5 pto	R	+1 pto	0,004
10	Rap. reacción y agilidad	8,6 s	R	7,7 s	B	0,9 s	0,000
11	Fuerza muscular de brazos	2,91 m	M	4,04m	B	+1,13 m	0,000
12	Fuerza muscular de piernas	1,16m	R	1,35m	B	+0,19 m	0,000
13	Flexibilidad	20,0 cm	M	26,3 cm	R	+6,3 cm	0,000
14	Memoria motriz	2,2 pto	M	3,4 pto	R	+1.2 pto	0,002
15	Motricidad fina	8 (ce)	R	15 (ce)	B	+7 (ce)	0,003
EVALUACIÓN GENERAL		M		R			



Leyenda (s): segundos, pto: puntos, (c g): (compás de golpes) (m): metro (cm.): centímetros, (ce): cuentas ensartadas. X: media EVA: evaluación

Los resultados en las pruebas de motricidad reflejan la estimulación y desarrollo de estas cualidades en los niños, pues se aprecia una mejor coordinación en los movimientos, así como una adecuada relación en las funciones psico-motoras que regulan las acciones motrices a desarrollar. Con esta experiencia se pone de manifiesto la importancia de la participación sistemática de los niños asmáticos en las clases de Educación Física Adaptada, al propiciarle un mayor desarrollo motor, necesario para cumplir las exigencias del entorno escolar y social.

La **significación estadística** de los resultados obtenidos en los indicadores motrices, se deriva de la aplicación de la prueba de bondad de ajuste de Shapiro-Wilks, para determinar la distribución normal de los resultados en las variables continuas. Se obtiene que todas se distribuyen normalmente, por lo que se emplea la prueba paramétrica para muestras relacionadas T-Student, para evaluar la significación estadística, donde α_0 obtiene los siguientes valores: equilibrio estático (0,04), rapidez de reacción y agilidad (0,00), fuerza muscular de brazos (0,00) y fuerza muscular de piernas (0,00). Los resultados obtenidos con la aplicación de esta prueba permiten determinar que $\alpha_0 < \alpha$, lo que permite afirmar que existen diferencias significativas entre los resultados de la primera y segunda medición.

En el caso de las variables discretas ordinales, se aplica la prueba no paramétrica de rangos señalados de Wilcoxon para determinar la significación estadística, para dos muestras relacionadas, como resultado de este procesamiento se pudo determinar que α_0 obtiene los siguientes valores en las diferentes pruebas: coordinación óculo manual (0,03), coordinación óculo podal (0,03), coordinación dinámica general (0,011), simultaneidad de los movimientos (0,011), equilibrio dinámico (0,04), ritmo de movimiento (0,03), orientación espacial (0,04), memoria motriz (0,02), motricidad fina (0,03) y coordinación estática (0,00); por medio de estos resultados estadísticos se pudo corroborar que existen diferencias significativas entre la medición inicial y final de cada uno de los indicadores motrices evaluados.

CONCLUSIONES

1. El diagnóstico realizado reveló las insuficiencias teórico-metodológicas y prácticas en la atención físico-educativa a niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial, durante las clases de Educación Física Adaptada, expresadas en las alteraciones de los indicadores motrices y respiratorios, lo que evidencia la objetividad del problema científico de esta investigación.
2. La metodología elaborada, expresión de la concepción asumida, permitió a partir de su estructura, funcionamiento y el tránsito de sus etapas, organizar el proceso de atención físico-



educativa a niños con diagnóstico de retraso mental leve que padecen de asma bronquial, en el contexto de la Educación Física Adaptada.

3. Los resultados obtenidos en el pre-experimento a partir de la implementación de la metodología, permitieron comprobar la hipótesis científica declarada en la presente investigación, ya que se logró favorecer la atención físico-educativa y el desarrollo de los indicadores motrices y respiratorios en los niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial.

BIBLIOGRAFÍA

1. Bell, R. y col. (1996). *Sublime profesión de amor*. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
2. Bermúdez, R. y Rodríguez, M. (1996). *Metodología de la Enseñanza y el Aprendizaje*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
3. Bertalanffy, L.V. (1950). *Teoría general de los sistemas*. Soporte magnético.
4. Espinosa, Y. (2014). *Inclusión v/s segregación en niños con diagnóstico de retraso mental que padecen de asma bronquial*. Memorias del evento Internacional "Autismo e inclusión". CELAEE, La Habana, Cuba.
5. _____ (2013, enero 6). Actividad Física Adaptada v/s inactividad en niños con diagnóstico de retraso mental que padecen de asma bronquial. *EFDeportes*. Extraído el 20 de abril de 2014 desde <http://www.efdeportes.com>

1.9. TÍTULO: LA ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREATIVA: SU IMPACTO EN LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR

Autores: Dra. C. Nerely de los Dolores de Armas Ramírez
Dra. C. Ángela González Padrón
Dra. C. Aurora Rosario Martínez Verde
Dra. C. Yanet Pérez Surita.

RESUMEN

El contenido del programa consta de varios tipos de actividades que tienen una base científica, al ser producto de un proceso investigativo en el que se tuvo en cuenta las características personales, sus intereses y necesidades detectadas a través de la aplicación de varios métodos y técnicas (teóricos, empíricos y estadísticos). Se elaboró el programa de actividades y se incluyeron: los ejercicios físicos dirigidos por el profesor de Cultura Física, talleres de actitudes creativas, talleres de comunicación, en los cuales se aplicaron técnicas grupales, estos últimos dirigidos por psicóloga y psicopedagoga, además talleres de manualidades impartidos por una artesana, también otras actividades recreativas: encuentros con otros grupos para realizar actividades recreativas: juegos, actividades culturales: artísticas y literarias; celebración de



cumpleaños, de fechas tales como “8 de Marzo “Día de la Mujer”, “ Día de las Madres”.. Se propone un programa de actividades físicas y recreativas para contribuir a mejorar la calidad de vida de un grupo de adultos mayores, vecinos de la comunidad del Consejo Popular Hospital en Santa Clara. En el desarrollo de este programa intervienen varios especialistas entre los que se encuentran: un profesor de Cultura Física, una profesora de actividades recreativas, psicólogas, psicopedagogas, Geriatra, Trabajadora Social, Enfermera, Promotora Cultural, y otros. El grupo está conformado por 25 adultos mayores. Los resultados obtenidos han sido muy satisfactorios y se manifiestan en los cambios de actitud, el entusiasmo, la asistencia y puntualidad, así como el incremento de nuevos miembros en el grupo

Palabras claves: adulto mayor, calidad de vida, juegos, actividades recreativas

INTRODUCCIÓN:

El acelerado aumento de la población de adultos mayores de 60 años, genera grandes demandas de la intervención de especialistas y cambios en la percepción de la sociedad en general, para ofrecerle una atención adecuada a estas personas de la tercera edad que pueden ser útiles a sí mismos y a la sociedad, si se logra en ellos una estimulación de su espiritualidad y de su bienestar físico, psíquico y social.

Con el aumento creciente de la población de adultos mayores en el mundo, las sociedades están llamadas a desarrollar sistemas o programas de atención a estas personas, específicamente en el área de la actividad física, por la importancia, las ventajas y beneficios que conlleva la práctica de la misma. El envejecimiento es un proceso complejo y variado que depende no sólo de causas biológicas, sino también de condiciones sociales de vida o sea de una serie de factores de carácter espiritual, material y ambiental. (Acosta Silva, A., 2011)

El envejecimiento ocasiona una serie de limitaciones, por las afecciones que se hacen más frecuentes en esta etapa, pero también ocurren deficiencias en determinadas funciones desde el punto de vista biológico, psicológico y social (Román, 2005), además influyen los prejuicios que les ha depositado la cultura y esto es percibido por las personas de la tercera edad, lo cual influye negativamente en su autopercepción, su autoestima y en su estado de ánimo., (Calzado, A. 2010). En esta etapa disminuye el rendimiento físico, la actividad motora, aumenta la fatiga muscular o sea que ocurren una serie de cambios fisiológicos a nivel músculo esquelético, cardiovascular, respiratorio, metabólico, que disminuyen la agilidad, la coordinación, el equilibrio; se reduce la capacidad de esfuerzo y resistencia al estrés físico, surgen enfermedades y malestares, debidos a una menor capacidad neuropsíquica para la adaptación al medio (Izquierdo, M. 1998, Marie, F. et al. 2013). Desde el punto de vista psíquico se afecta la memoria, la atención, disminuye la visión, la audición, las reacciones se hacen más lentas y todo esto influye en el estado de ánimo, el desinterés por el mundo externo y en la disminución de la



autoestima, la falta de confianza en sí mismo y de autoaceptación, que lleva a una tendencia al aislamiento y una actitud pesimista ante la vida. De ahí que sea necesario, una atención adecuada para el mejoramiento de la calidad de vida, logrando en ellos bienestar e interdependencia entre los factores físicos, psíquicos, sociales y ambientales, no solo en el seno de la familia, sino en la sociedad en general.

La elaboración de un programa de actividades físicas recreativas para los adultos mayores debe tomar en consideración un objetivo concreto para que el mismo pueda cumplir las necesidades básicas diarias, o sea, para evitar que el adulto mayor pierda su autonomía, manteniendo su salud física y mental, a través de estas actividades. Si tomamos en cuenta que las actividades físicas - recreativas son aquellas que satisfacen las necesidades e intereses del ser humano tendientes a lograr como resultado final: salud, alegría y satisfacción, podemos inferir la Importancia que esto representa para la persona misma y para la sociedad. (Acosta Silva, A. 2011)

La insuficiente existencia de instalaciones que permitan realizar actividades físicas-recreativas en la comunidad, justifica la creación de alternativas que satisfagan las necesidades ejercitación física y de disfrute espiritual (Rondón Jiménez, Y. 2011).

Lo anteriormente expresado sirve de argumento para el planteamiento del siguiente:

Problema científico: ¿Cómo contribuir al mejoramiento de la calidad de vida, en cuanto a salud, bienestar y socialización de los adultos mayores en las edades de 60 a 80 años en la Comunidad del CP Hospital?

Para dar solución a este problema se plantea los siguientes objetivos:

Objetivo General: Propiciar una mayor implicación de adultos mayores en la mejora de su calidad de vida, a través de actividades físicas y recreativas que contribuyan a promover un estado de bienestar, de salud física y mental más satisfactorio de los mismos.

Objetivos específicos:

- Caracterizar a los adultos mayores participantes del proyecto, de modo que las actividades planificadas respondan a sus necesidades, intereses y expectativas.
- Seleccionar actividades físicas, recreativas, culturales y sociales que contribuyan al mejoramiento y mantenimiento de la autonomía física y psíquica de los adultos mayores.
- Participar en ejercicios físicos, juegos, talleres de actividades creativas, comunicativas, culturales y sociales que estimulen los procesos cognitivos, afectivos y volitivos del adulto mayor.
- Someter a la valoración de especialistas la conformación del programa y las actividades incluidas que tienen como finalidad un desarrollo integral.
- Valoración de los cambios que se aprecian en los participantes durante y después de la ejecución de las actividades.



METODOLOGÍA

Para la exploración diagnóstica inicial se utilizaron métodos teóricos: análisis y síntesis, Inducción y deducción. Entre los métodos empíricos se emplearon: la observación, encuestas, entrevistas, análisis de documentos y diario de campo que permite llevar el registro de las incidencias de cada una de las sesiones realizadas y criterio de especialistas.

De 30 adultos inscriptos en el proyecto, se seleccionó una muestra de 25 que mostraron mayor interés por participar en todas las actividades programadas y se mantienen más activos por su asistencia y puntualidad.

El grupo con el que se lleva a cabo esta experiencia, realiza sus encuentros con el profesor de cultura física con una frecuencia de tres veces a la semana, los talleres se realizan quincenalmente, además semanalmente asisten a actividades culturales programadas especialmente para ellos. Todas estas actividades cuentan con la asistencia de la mayoría de sus miembros.

Actualmente la experiencia se encuentra en desarrollo desde hace más de un año y 6 meses y se recogen los resultados a partir de la observación y técnicas aplicadas para analizarlos periódicamente; esto facilita detectar los avances de los objetivos que se persiguen.

DESARROLLO

La palabra recreación ha tenido variadas acepciones y para muchos tiene una connotación asociada al placer, a la diversión, al entretenimiento o al descanso. Pérez Sánchez (2010) destaca en su definición la recreación como conjunto de fenómenos y relaciones de aprovechamiento en el tiempo libre.

Las actividades física-recreativas como su contenido así lo indica, son aquellas que satisfacen no solo las necesidades de movimiento del ser humano, sino también aquellas que estimulan la sensación de placer, como la necesidad de crear, de comunicarse, de disfrutar de actividades que enriquezcan su espiritualidad, para lograr como resultado más salud, alegría y satisfacción. De aquí podemos inferir la importancia que tienen las actividades incluidas en el programa para la autonomía del adulto mayor y para sus relaciones interpersonales con la familia, así como en la sociedad en general.

La calidad de vida en la población de la tercera edad, presupone una relación dialéctica entre la creación de un estilo de vida y la organización adecuada del tiempo libre para mejorar la salud mental y física de cada persona. La realización de un grupo de actividades físicas, recreativas y deportivas, por un lado, lo preparan para retardar el envejecimiento, para el pleno disfrute de la vida y por otro, los resultados que se logran con mayores condiciones físicas y psíquicas, le convierten en persona útil a sí mismo y a la sociedad.



Las actividades físicas-recreativas constituyen una alternativa que permiten la adaptación a los cambios y pérdidas físicas, psíquicas y sociales del envejecimiento en la tercera edad y a partir de la realización de estas actividades, surgen nuevas motivaciones que influyen en el establecimiento de un nuevo estilo de vida y una nueva percepción de su estado, haciendo que estas personas tengan una existencia más agradable y productiva.

Los ejercicios físicos se vinculan en sentido general con la rehabilitación geriátrica, porque a través de su práctica se mejoran los parámetros funcionales, tales como la capacidad cardiorrespiratoria, la movilidad articular, la motricidad y la relajación muscular, así como los patrones del sueño. Con la práctica sistemática de un programa en el que se incorporan los ejercicios físicos y actividades recreativas bien dosificadas, se consiguen altos niveles de salud.

Pero sí lo analizamos desde el punto de vista psicológico, veremos que se asocia con sentimientos de logros y satisfacciones ante la vida, disminuyendo las tensiones, el estrés, las conductas de aislamiento, mejorando así la autoestima y los estados de ánimo en general.

Las repercusiones que tiene la actividad física en el organismo, tanto a nivel físico como psíquico, son muchas, y es ese aspecto en el que se ha querido intervenir, para intentar mantener el máximo de tiempo posible la autonomía física y mental y con ello conservar la salud. Para lograr esto será necesario adquirir hábitos de conducta adecuados y una forma de vivir que se relacione con la salud.

Diversos son los motivos que mueven a las personas de edad avanzada a realizar actividades físicas, algunas acceden por prescripción médica, otras porque ya poseían cultura de ello antes de arribar a la edad, la minoría lo hacen conscientemente buscando prevención, mantenimiento, rehabilitación, pero pocas veces piensan que también le pueden proporcionar recreación, sin embargo estos son elementos básicos en los que se centra la práctica de la actividad física del adulto mayor, como una forma de disfrutar de esparcimiento en esta etapa de la vida. Con independencia de los motivos, lo más importante es que encuentren un interés personal y tomar conciencia de la necesidad de realizar el ejercicio físico de forma sistemática, pero además participar en otras actividades que contribuyan al área cognitiva, afectiva, volitiva y social.

Los juegos, representan una actividad que estimulan la iniciativa y libertades propias, dirigida a conseguir vivencias alegres que facilitan las relaciones personales entre el grupo de adultos. Es un medio de motivación en las clases y por eso puede ser utilizado por el profesor de Cultura Física y por los demás especialistas que desarrollan actividades con ellos, en correspondencia con las características de los adultos y los objetivos de la actividad (Beltrán Figueredo, A.M., 2010)

Después de aplicar encuestas, entrevistas y observaciones a los 25 asistentes y analizar los resultados, se obtuvo el diagnóstico de sus necesidades y una caracterización del grupo con sus



datos personales, sus expectativas, sus intereses y sus inquietudes, temores, enfermedades, ocupaciones y otras particularidades. A partir de estos resultados se elaboró la propuesta de un programa de actividades físicas y recreativas adecuadas a las particularidades, necesidades, gustos, intereses de los adultos encuestados y entrevistados, al ser insuficiente existencia de instalaciones que nos permitan realizar actividades físicas-recreativas en la comunidad. (Rondón Jiménez, Y., 2011)

Entre las actividades se incluyeron: los ejercicios físicos dirigidos por el profesor de Cultura Física, talleres de actitudes creativas, talleres de comunicación, en los cuales se aplicaron técnicas grupales, estos últimos dirigidos por una psicóloga y una psicopedagoga, además talleres de manualidades impartidos por una artesana, talleres literarios que serán dirigidos por la promotora cultural, también otras actividades recreativas: tales como encuentros con otros grupos para realizar actividades recreativas: juegos, actividades culturales, artísticas.

El programa que se propone está elaborado para su aplicación en el proceso de integración del adulto mayor a la práctica del ejercicio físico con una adecuada actitud recreativa, el efecto renovador físico de las mismas, el esparcimiento y el surgimiento de experiencias vivenciales positivas, se complementan a través de los talleres.

El objetivo de la promoción de la actividad física y los ejercicios físicos programados por el profesor de cultura física es: lograr una mejor capacidad funcional, mayor destreza en la movilidad, involucrando varios sistemas del organismo: el cardiovascular, respiratorio, nervioso, músculo esquelético y el sistema endocrino.

En cada sesión los ejercicios se planifican en tres tiempos:

- 1.- Calentamiento como proceso activo al inicio de la clase para preparar a la persona tanto en lo físico, fisiológico como psicológico y con ello se obtiene un máximo de energía y pleno disfrute de la actividad.
- 2.- Parte principal, debe contener cuatro categorías básicas: Ejercicios de Fortalecimiento, de Equilibrio, de Resistencia y de Estiramiento, los cuales deben ser dosificados en cuanto a la cantidad de veces que se repite un ejercicio. Al inicio y al final de esta etapa se toma el pulso.
- 3.-Esta Tercera Etapa, el adulto vuelve a situación inicial mediante ejercicios de relajación, de respiración y concentración para volver a un estado de calma.

Con los ejercicios se va logrando mayor flexibilidad de las articulaciones. Los ejercicios de estiramiento mejoran la circulación sanguínea y la oxigenación de los músculos. Los de equilibrio ayudan a mantener la estabilidad corporal.

La política de promoción de los ejercicios físicos también demanda del apoyo de la comunicación social. La comunicación se establece como proceso social se facilita a través de las actividades de los talleres convertidos en mecanismos de intervención para propiciar las relaciones



interpersonales entre los miembros del grupo, en un clima recreativo y placentero mediante técnicas participativas para generar influencia social que proporcione conocimiento, forje actitudes y provoque prácticas favorables. (De Armas, N. y González, A., 2014).

Se planificaron cuatro talleres vivenciales con el objetivo de dinamizar la comunicación interpersonal con las personas que le rodean y especialmente con sus familiares, haciendo énfasis en la comunicación intergeneracional. Inicialmente mediante la aplicación de una técnica para explorar las características de la comunicación en el medio social en el que se desenvuelven y sobre todo en el hogar en el que se reflejó en algunos de los miembros del grupo, no ser satisfactoria debido a incomprensión y faltas de respeto hacia ellos especialmente en la comunicación con los jóvenes.

A través de juegos, dramatizaciones y otras técnicas participativas, se estimuló a los adultos del grupo a exponer libremente sus consideraciones, opiniones sobre ejemplos de situaciones en las que se hacía evidente su autopercepción sobre el estado de envejecimiento, sus temores, sus actitudes que reflejaban la necesidad de socialización, de afecto especialmente en los que viven solos.

El programa tiene un carácter flexible, por lo que puede ser modificado y enriquecido, según las particularidades y demandas del adulto mayor objeto de estudio, teniendo en cuenta sus necesidades y preferencias artísticas y literarias; celebración de cumpleaños, de fechas tales como “8 de Marzo”, “Día de la Mujer”, “Día de las Madres” y otras.

Otro Taller importante es el de desarrollo de la Actitud Creativa. Se compone de varias sesiones las cuales surgen como alternativa para lograr la inclusión social de personas de la tercera edad con la intención de contribuir a la recreación y a su autonomía social e intelectual.

Se hizo una exploración inicial para determinar su disposición y el desarrollo de su actitud creativa, para ello se aplicaron test de creatividad, una encuesta y se complementó con una entrevista grupal. Los resultados obtenidos detectaron escasa originalidad, limitaciones en sus intereses, carencias en sus potencialidades creativas. Por tal motivo se hizo énfasis en desarrollar el sistema de talleres dirigidos a estimular la actitud creativa empleando la dinámica de grupo en un ambiente recreativo y dirigido hacia temas más familiares para ellas y ellos, en los que puedan mostrar sus habilidades y su creatividad en áreas seleccionadas por los participantes.

El facilitador principal fungirá como conductor de los talleres básicos y como coordinador de los facilitadores de los talleres opcionales. En el grupo existen personas que se desempeñarán como facilitadoras una de ellas trabajará en productos de artesanía y obras artísticas para el hogar, también otros expertos colaborarán con el proyecto para promover el desarrollo de habilidades en diferentes creaciones. El resto del grupo podrá seleccionar el taller de acuerdo a sus intereses.



Para el cierre del sistema de talleres de actitud creativa realizará una exposición con los productos creados el que se titulará: “Expresión de mi actitud creativa”.

En el control del Policlínico de la comunidad, se observó un nivel elevado de enfermedades no transmisibles y específicamente en el diagnóstico de los adultos mayores que asisten al grupo, se detectaron como las más frecuentes, enfermedades tales como: Hipertensión Arterial, Diabetes, Artrosis y Asma. Por este motivo se han incluido en el programa la intervención del médico geriatra y la trabajadora social que han iniciado charlas y talleres donde se trataron temas de salud.

Los resultados obtenidos mediante observaciones entrevistas grupales, y el registro de incidencias hasta el presente, evidencian los cambios positivos que se han operado en los adultos mayores en cuanto a la actitud optimista ante la vida para enfrentar el proceso del envejecimiento con más salud y conocimiento de sí mismos, auto aceptación, participación activa, así como asistencia y puntualidad en las sesiones convocadas.

CONCLUSIONES

La aplicación del diagnóstico inicial facilitó un acercamiento al problema, pues permitió reconocer la existencia de determinadas características, que revelan una contradicción entre el estado de la imagen real, plagada de pesimismo, apatía, desconocimiento de sus posibilidades de retardar el envejecimiento y el modelo ideal que se pretende lograr con dichas actividades: físicas-recreativas, proyectadas para mejorar la calidad de vida del adulto mayor.

La elaboración del programa con las actividades físicos-recreativas realizadas con el grupo de adultos mayores, ha tenido en cuenta sus necesidades, sus gustos y preferencias, así como las enfermedades que padecen para garantizar resultados positivos mediante un desarrollo integral.

La aplicación del programa de actividades físico-recreativas permitió constatar indicadores que denotan cambios favorables en la calidad de vida del adulto mayor, aprovechando de forma sana y útil del tiempo libre, así como la disminución del consumo de medicamentos y una actitud más optimista hacia el futuro.

BIBLIOGRAFÍA

Acosta Silva, A. (2011) Actividades físicas recreativas para el adulto mayor de la Comunidad Pedro Camejo: <http://www.monografias.com/trabajos88/actividades-fisicas-adulto-mayor-pedro-camejo/actividades-fisicas-adulto-mayor-pedro-camejo.shtml#ixzz46UAzDAW1>

Beltrán Figueredo, A.M.(2010) Programa de actividades físicas recreativas para el mejoramiento de la salud física del adulto mayor en la comunidad. Portal deportivo La Revista Año4 N°21 Noviembre Diciembre 2010 ISSN 2010 0718-4921. Las Tunas, Cuba.



Calzado Lorenzo A. et al, (2010) Actividades recreativas para socialización del adulto mayor en el círculo de abuelos. Disponible en: EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 149, Octubre de 2010.

De Armas, N. y González, A (2014) La comunicación como vía para estimular la actividad físico recreativa del adulto mayor. Ponencia presentada en el evento Internacional ACFIRE 2014, Facultad de Ciencias de la Cultura Física Villa Clara.

Marie, F. et al (2013) Hacia la cobertura universal en salud: protección social para todos en México. Sal Pub Mex, 55(2).

Pérez Sánchez. A. (2010) Recreación. Fundamentos teórico metodológicos. La Habana. Editorial Deportes

Román González. M., (2005) Una modalidad didáctica gerontológica para atender las necesidades educativas del adulto mayor en Villa Clara, Tesis Doctoral, UCLV.

Rondón Jiménez, Y. (2011) Programa de actividades físicas recreativas para el adulto mayor. <http://www.monografias.com/trabajos88/programa-actividades-fisicas-recreativas-adulto-mayor/programa-actividades-fisicas-recreativas-adulto-mayor.shtml#ixzz46UEmLom7>

1.10. TÍTULO: AUTOVALORACIÓN Y CALIDAD DE VIDA: UNA MIRADA DESDE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE.

Autores: Dr. C. Carlos Tamayo Roca, Profesor Titular. krlos@uo.edu.cu

Esp. Yenier Ruiz Albuerne.

RESUMEN

El contexto educativo es diverso, complejo y contradictorio, como es de diversa la personalidad de nuestros niños, adolescentes y jóvenes. En tal sentido el desarrollo de una autovaloración adecuada constituye una formación psicológica de la personalidad que favorece los resultados en la cultura física y el deporte. A través de esta el sujeto puede lograr un estado de confianza en sus esfuerzos, que le permite proyectarse metas objetivas, que podrá cumplir a partir de la toma de conciencia de sus potencialidades y limitaciones en el orden cognitivo y personalológico. Ante tal reto el desarrollo de la autovaloración se convierte no solo en premisa para la dirección exitosa del proceso pedagógico, sino en una alternativa valiosa para contribuir al mejoramiento de su calidad de vida. Desde esta perspectiva se exponen las principales valoraciones teórico-prácticas acerca de la autovaloración y algunas consideraciones sobre el aprendizaje desarrollador cristalizadas en acciones pedagógicas que contribuyen a una calidad de vida superior. El empleo de métodos y técnicas de investigación de nivel teórico, empírico y estadístico-matemático corroboran la factibilidad de los discretos aportes a la práctica educativa propuestos en la experiencia pedagógica que se exhibe a través del presente trabajo científico.



Palabras claves: autovaloración, calidad de vida, aprendizaje desarrollador.

INTRODUCCIÓN.

Encontrar nuevas soluciones a los problemas complejos de la naturaleza, la sociedad y el pensamiento requiere de un hombre dotado de un sistema de cualidades y capacidades que le permitan actuar únicamente para el bienestar de la humanidad, capaz de trazarse por sí solo estrategias para enfrentar el acelerado caudal de conocimientos y tecnologías que caracterizan los inicios del siglo XXI.

En el perfeccionamiento de ese capital humano se sitúa en un puesto considerablemente importante. En nuestro medio, son amplias las investigaciones dedicadas a la autovaloración, por la significación que tiene no solo constituye una necesidad actual del Sistema Educativo Cubano, se convierte en una valiosa alternativa que puede contribuir a la calidad de vida de nuestros educandos.

Sin embargo, son pocas las referencias bibliográficas encontradas que vinculan la calidad de vida con la autovaloración, a pesar de que puede parecer lógica la relación entre ambas, sobre todo desde la subjetividad. A pesar de ello, se reconoce por un número importante de autores e instituciones, entre los que se cita a Barreto y Pascual (1991), Rodríguez- Marín, (1993), Grau, (1996), el Instituto de Investigación Social de la Universidad de Michigan en EEUU Arrebola, (1992), el Centro Nacional de Estadística de Salud de EEUU Butler, (2003), y muchos más, que se dedican al estudio de la calidad de vida, que la misma tiene un importante componente valorativo, y que es un fenómeno con una fuerte carga psicológica personal.

Al respecto Butler, (2003), expresa que no existen definiciones o medidas sencillas y simples de la calidad de vida, pues la subjetividad y sus matices son esenciales en su determinación.

Se plantea además, en los últimos años, que, para analizar la calidad de vida, parece mucho más útil el estudio del aspecto subjetivo, de naturaleza psicológica, evaluado globalmente por el propio paciente según Haes y Van K. (1989); Andersen, (1992) Cit. por Estévez, (1994) y Grau, (2003). De esta forma, Grau, (2003) plantea que la tendencia actual en los estudios de calidad de vida, está centrada en la medición de los aspectos subjetivos que refractan las condiciones materiales de vida. Adquiere también relevancia en este enfoque la cuestión de quién realiza la evaluación, si un observador externo o la propia persona evaluación externa o evaluación interna respectivamente terminología propuesta por González-Marín, (1994).

Muchos autores, entre los cuales se cita a Lovelle, (1987), abogan por la indudable ventaja que tiene el ser humano de poder atisbar directamente algunos aspectos de su propia vida psíquica, lo cual puede servir para adelantar hipótesis sobre los mecanismos de regulación psíquica que posteriormente pueden ser comprobados con otros métodos de observación y registro de la actividad. Esto impregna de un valor incuestionable entonces al estudio de la fenomenología



(subjetividad), y en opinión del propio Lovelle, (1987) ésta puede ser un antídoto eficaz para evitar la simplificación de la psiquis humana.

Es por ello que, la tendencia actual de estudiar la categoría *calidad de vida* centrándose en el análisis desde su evaluación interna (es decir por el propio sujeto), exige tener en cuenta en el estudio, el estado y desarrollo de la autovaloración sobre el cual se erige la evaluación y el juicio emitido.

DESARROLLO

Las bases teóricas esenciales de la autovaloración no solo proceden del enfoque socio histórico-cultural, cuyo carácter multiparadigmático hace factible asimilar, desde una visión materialista dialéctica, el enfoque de la psicología humanista de Maslow, (1916-1970). Valera, (2003), desarrolló una teoría de la persona autorrealizada, sobre la base de la jerarquía motivacional que determina la realización exitosa de su conducta para la satisfacción de sus necesidades. Menciona entre las características de la personalidad autorrealizada: la aceptación de sí y de los demás, la espontaneidad, la autenticidad, la confianza en sus elecciones personales y en la dirección de su propia vida, así como el desarrollo permanente de sus potencialidades y receptividad hacia sus experiencias y valoración positiva de las relaciones personales profundas. Estas características expresan un marcado énfasis en los aspectos internos de la personalidad como rasgo distintivo del enfoque humanista.

Para una apropiada comprensión del papel de la autovaloración en la estructura de la personalidad González, (1990) se dedicó al estudio de las principales tendencias teóricas que han incidido sobre ella, y menciona cuatro tendencias fundamentales a través de las cuales se aprecian las distintas posiciones asumidas por sus representantes y seguidores. Dicho análisis culmina planteando que la psicología marxista debe superar radicalmente las limitaciones que presentan estas tendencias. Es por ello que la psicología cubana presenta como tendencia actual, la adecuada valoración de los elementos motivacionales internos de la personalidad, además, la posibilidad real y consciente del hombre para regular activamente su conducta.

La autovaloración surge como producto de las valoraciones de las personas que rodean al individuo y por los resultados de sus actividades (éxito o fracaso). Existen varias definiciones acerca de la autovaloración en las cuales se evidencia la relación con la autoconciencia, el autoconocimiento, pero además, la correspondencia de esta con el contexto social, así como el papel que desempeña en la regulación del comportamiento. Es definida por Savonko, (1982) como componente indispensable de la autoconciencia que el hombre tiene de sí mismo; una vez desarrollada, constituye un importante regulador del comportamiento y de las emociones de los individuos, y es un factor significativo para el desarrollo y formación armónica de la personalidad González, (2001).



En la presente investigación se toma como fundamento teórico el criterio de González, 2001) quien considera la autovaloración como un subsistema de la personalidad. En su análisis hace alusión al conjunto de necesidades y motivos, junto con las diversas formas de manifestación consciente como elementos que la integran, y explica que dicha integración se manifiesta a partir del modo en que son expresados tales elementos a través del conjunto de cualidades, capacidades, intereses, etc. que el sujeto posee sobre sí mismo. Al estar en correspondencia con las principales necesidades y motivos de la personalidad se convierte en una expresión de la misma, por lo que se le atribuye un carácter sistémico al integrar los componentes que la conforman.

La autovaloración se manifiesta en los sujetos desde los primeros años de vida, aunque en la adolescencia tardía o juventud cobra mayor importancia por los cambios propios de la etapa. La necesidad de independencia, de emitir sus puntos de vista, de ser escuchados y que sus criterios sean tenidos en cuenta en el contexto en que los expresan, de ser reconocidos como miembros de los nuevos grupos sociales a los cuales se insertan, así como la relevancia que adquieren los juicios, criterios y valoraciones de los demás, constituyen una síntesis de las principales expresiones de autovaloración de los adolescentes tardíos. Vale destacar que los logros y fracasos en el aprendizaje se verán matizados por el nivel de autovaloración alcanzado hasta este momento.

López, (2002) y otros autores cubanos consideran que uno de los eslabones esenciales que conducen a la autorregulación del proceso de enseñanza-aprendizaje, es la propia autovaloración de los educandos, de lo que han alcanzado y de lo que les falta por lograr y no solo la evaluación de sus resultados por el educador, sin embargo en su análisis no expresan que ella puede ser dirigida de forma consciente, que se puede enseñar al sujeto a autovalorarse y no permitir que transcurra como un proceso psíquico que puede verse afectado por disímiles factores tanto intrínsecos como extrínsecos.

Según Peña, (2005) la autovaloración sobre el desempeño escolar, es parte esencial de la autovaloración como formación psicológica de la personalidad del educando; en ella se integran lo cognitivo, lo afectivo y lo volitivo sobre la base del autoconocimiento de las cualidades, estilos de aprendizaje, potencialidades y limitaciones en el cumplimiento de las responsabilidades escolares y del nivel de armonía en sus criterios autovalorativos, con influencia en la actitud que asume ante diferentes situaciones escolares. La autora aborda el desarrollo de la autovaloración sobre el desempeño escolar en el bachiller, destacando su papel en la regulación de las actividades escolares que realiza el estudiante en dicho nivel de educación. Sus valiosas consideraciones al mismo tiempo que permiten ser aplicables en la formación inicial de Licenciados de la Cultura



Física y el Deporte, también es factible de un redimensionamiento en el proceso de desarrollo de la autovaloración en el aludido contexto.

El aprendizaje desarrollador potencia la apropiación activa y creadora de la cultura. Representa, además, aquella manera de aprender y de implicarse en el propio aprendizaje, que garantiza el tránsito de un control del mismo por parte del docente, al control del proceso por parte los aprendices, y por ende, conduce al desarrollo de actitudes, motivaciones, así como de las herramientas necesarias para el dominio de aquello que llamamos aprender a aprender, y aprender a crecer de manera permanente.

La recopilación de resultados de autovaloración en la Facultad de Cultura Física y el Deporte de la provincia Santiago de Cuba, permitió identificar limitaciones significativas en las dimensiones del aprendizaje desarrollador. Se comprobó que las alternativas debían centrarse en los aspectos relativos a la activación-regulación del aprendizaje, su significatividad, y la motivación para aprender.

En cuanto a la activación y regulación del propio aprendizaje, es preciso prestar especial atención a la creación de ambientes de aprendizaje productivos, creativos, metacognitivos. En este mismo orden ofrecer a los estudiantes la oportunidad de participar activamente en la construcción de los conocimientos, de reflexionar acerca de los procesos que llevan al dominio de los mismos, de conocerse a sí mismos y a sus compañeros como aprendices, y de asumir progresivamente la dirección y el control de su propio aprendizaje.

Desde la atención a la significatividad, es necesario propiciar aprendizajes que permitan descubrir los vínculos esenciales entre sus contenidos, y que hagan de la búsqueda del sentido personal de los mismos la clave para la comprensión, para la conciencia de su utilidad (individual y social) y para su inserción en el proceso de desarrollo de la personalidad.

Con respecto a las motivaciones intrínsecas del aprendizaje, se trata de prepararlos para el aprovechamiento del complejo sistema de incentivos y motivos extrínsecos el existente que subyacen en las actitudes positivas hacia la escuela con vistas a satisfacerlas.

Aunque estos aspectos son necesarios para un aprendizaje desarrollador, no están siempre presentes en el aprendizaje que despliegan nuestros docentes para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida desde la autovaloración. Debemos reconocer que estos a veces no están preparados, ni motivados por igual para llevar a cabo aprendizajes desarrolladores. El reto está, precisamente, en estimularlos, guiarlos y apoyarlos en esta tarea. La autovaloración que alcancen sobre sí mismos como profesionales de la Cultura Física y el Deporte, los orienta en la tarea del conocimiento objetivo, en la formación de una autoestima positiva, y en el establecimiento de metas, objetivos, y aspiraciones adecuadas que fomenten la necesidad de realizar aprendizajes permanentes y la seguridad de tener la preparación para ello.



En la consecución de este importante propósito la autovaloración constituye una formación psicológica de la personalidad que favorece el perfeccionamiento de su actividad de aprendizaje a partir del despliegue de estrategias de aprendizaje basadas en el reconocimiento de sus potencialidades y limitaciones.

Bajo el término estrategias (vinculado a los procesos de pensamiento y aprendizaje) se suelen agrupar aspectos de muy diversa índole: desde habilidades y procedimientos motores hasta procedimientos cognitivos de naturaleza funcional superior, como los englobados por el rubro de metacognición Marchesi y Martín, (1997). La noción de estrategia, según Pozo, (1998), apunta al uso deliberado y planificado de una secuencia compuesta por acciones o procedimientos dirigida a alcanzar una meta establecida.

La construcción de estrategias de aprendizaje basadas en la autovaloración para el mejoramiento de la calidad de vida supone por parte del estudiante:

- **Autodiagnóstico:** requiere de la implicación consciente en proceso de valoración sobre sus propias potencialidades y limitaciones. Solicita del papel orientador de profesores y demás agentes educativos en función de favorecer un pensamiento flexible, basado en el autoconocimiento, la autoaceptación y la autoestima respecto a su actividad de aprendizaje. El autodiagnóstico también permite el análisis de sus principales necesidades para el mejoramiento de su calidad de vida.
- **Reflexión autovalorativa:** la cual implica capacidad para reflexionar sobre el proceso de solución de la tarea o sobre el propio aprendizaje y regularlo consecuentemente. Permite proyectar el uso selectivo de los propios recursos y capacidades disponibles, lo cual implica a su vez, la posibilidad de tomar decisiones con respecto a cuáles serán los procedimientos a utilizar, su secuencia, etc. Ello exigirá también la posibilidad de reflexionar y utilizar los metaconocimientos que se posean (conocimientos sobre los propios procesos cognoscitivos, sobre las características de las tareas, y sobre las estrategias que pueden desplegarse en cada caso). Las reflexiones realizadas presuponen la toma de conciencia respecto al mejoramiento de su calidad de vida, su crecimiento profesional, las metas y la planificación de estrategias para cumplirlas.
- **Autoperfeccionamiento:** constituye una etapa esencial que garantiza la realización de actividades y tareas de aprendizaje con seguridad y confianza, basadas en el éxito del resultado deseado y en correspondencia con el rol profesional que desempeña como profesional de la Cultura Física y el Deporte y como estudiante universitario que asume conscientemente su autodesarrollo profesional. No basta con reconocer limitaciones en el aprendizaje, es necesario una actitud generadora de estilos transformadores con respecto al aprendizaje. Se trata de reconocer dónde existen dificultades para corregirlas.



Hoy día es cada vez más reconocida la idea de que un aprendizaje *activo* implica necesariamente la adquisición/producción y aplicación de estrategias efectivas para aprender. Según Burón, (1993) "Aprendizaje significa no solo adquirir conocimientos, sino que incluye también aprender a buscar los medios que conducen a la solución de problemas: seleccionar información, elegir medios y vías, destacar hipótesis, ordenar y relacionar datos, etc. Este acercamiento al aprendizaje supone dar un giro en la enseñanza, pues exigiría enseñar no solo contenidos o datos, sino estrategias para aprenderlas y usarlas."

CONCLUSIONES

La adecuada autovaloración en su relación con la calidad de vida de los profesionales de la Cultura Física y el Deporte permite proyectar aspiraciones, expectativas y satisfacción ante el nivel de logros, y en relación con ellas estados afectivos o reacciones emocionales que contribuyen al predominio de un tono positivo general, que favorecen la realización de estrategias de crecimiento profesional.

El desarrollo de la autovaloración asegura que el profesional de la Cultura Física y el Deporte pueda mostrarse progresivamente autónomo en el establecimiento de objetivos, en la planificación de las acciones que les permitirán orientarlos, en su realización y control y, en lo que supone autodirección y autorregulación del proceso de crecimiento profesional, traduce confianza en sus posibilidades y educa en la autonomía y en la responsabilidad.

Autovalorar los resultados en relación a nuestras capacidades y al esfuerzo realizado en el crecimiento profesional es difícil pero no imposible, y fomenta la autoestima y la motivación por continuar aprendiendo.

BIBLIOGRAFÍA

- Addine, F. (1995). Exigencias en la formación del profesional pedagógico. En. Pedagogía' 95. La Habana.
- Ávila, J. A. (2013). ¿Qué es la calidad de vida? Recuperado de <http://www.innsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/>.
- Ávila, C. y Velarde- Jurado, E. (2002). Evaluación de la calidad de vida. En Salud pública. Méx vol.44 no.4. Cuernavaca jul. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342002000400009
- Bermúdez, R. y Pérez, L. M. (2004). Aprendizaje formativo y crecimiento personal. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Blanco, A. (1997). Introducción a la Sociología de la Educación. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Burón, J. (1993). Aprender a aprender: Introducción a la metacognición. Bilbao: Editorial Mensajero.



1.11. MULTIMEDIA “LA PARÁLISIS CEREBRAL EN LA ATENCIÓN AMBULATORIA” PARA LA SUPERACIÓN DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Autores: Dr. C. Angel Efrahin Calzado Lorenzo. angel.calzado@reduc.edu.cu

Dra. C. Llilyan Serrano Hernández. llilyan.serrano@reduc.edu.cu

RESUMEN. La investigación que se presenta constituye el empeño de sus autores en la búsqueda de opciones para garantizar la preparación de los profesores de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con parálisis cerebral en la modalidad de atención educativa ambulatoria. Es por ello, que la investigación tiene como objetivo: implementar una multimedia, dirigida a la preparación de los profesores de Educación Física, para el desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con parálisis cerebral en la modalidad de atención educativa ambulatoria. Se aplicaron como métodos y técnicas: el análisis de documentos, la modelación, la observación, la entrevista, los talleres de opinión crítica y construcción colectiva y el pre-experimento. Como métodos estadístico-matemáticos: el análisis porcentual, las tablas de distribución de frecuencias y las gráficas para el análisis de los datos recopilados a partir de la aplicación de los métodos y las técnicas de carácter empírico (estadística descriptiva). Los resultados finales evidenciaron la pertinencia de la multimedia para la superación, manifestado con particular énfasis en la preparación de los profesores de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en niños del primer ciclo con parálisis cerebral en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

Palabras claves: multimedia, superación, psicomotricidad, parálisis cerebral, atención educativa ambulatoria

INTRODUCCIÓN.

La Educación Física, como asignatura de todo currículo escolar, forma parte de un proceso pedagógico que facilita la formación integral de la personalidad de los niños; sin embargo, es imposible lograrlo si los profesores no cuentan con los conocimientos y habilidades necesarias. Queda entonces acentuada la necesidad de perfeccionar constantemente la labor de los profesores de Educación Física, debido al cúmulo de información que se maneja y el constante cambio determinado por los avances tecnológicos y científicos. Esta tiene como finalidad lograr que investiguen, planifiquen y actúen sobre la necesidad inmediata, para mejorar profesional y personalmente a lo largo de la vida, al tener acceso a la tecnología, en función de promover una enseñanza activa, constructiva y cooperativa.

Diferentes autores han abordado la superación del personal docente, entre ellos: (Castiñeiras, 1999; Acosta, 2000; Primo, 2001; González, 2002; Remón, 2003; Castillejo, 2004; Manes, 2005; Castillo, 2006; Leiva, 2007 y Santamaría 2007) pero aún, la superación de los profesores de Educación Física es un tema que, a consideración de estos autores tras la revisión de la



bibliografía consultada, requiere de profundización sobre todo en lo referido al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con parálisis cerebral (**PC**) en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

Es incuestionable el valor extraordinario de los aportes de todos los autores citados anteriormente; aún así, resulta insuficiente la sistematización teórica en lo relacionado con el proceso de superación de los profesores de Educación Física con énfasis en la atención a niños con necesidades educativas especiales (**NEE**), específicamente los del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

Las investigaciones realizadas del tema tratado en el ámbito internacional han estado dirigidas al perfeccionamiento de la intervención por los especialistas, para ello se proponen programas de estimulación temprana, donde autores como: (Candel, 1993; León, 1997 y Gútiez, 2005), destacaron el papel del entorno en el desarrollo del niño, así como la acción de la familia. Investigadores cubanos han hecho aportes acerca de la preparación de la familia, la estimulación temprana y la evaluación de los niños con limitaciones físico motoras (**LFM**) por alteraciones neurológicas, entre los que se destacan: (Castro, 1999; Leiva y García, 2002; Peña, 2002; Borges, 2004; González, 2006; Gómez, 2007; Zurita, 2008; Matos, 2008 y Bert, 2009). Sin embargo, en la mayoría de esos estudios no se incluyen a los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria desde la Educación Física.

En los estudios realizados por Ferrer (2000) y Navarro (2005), se han diagnosticado y caracterizado las particularidades psicológicas de los niños con LFM, independientemente de todo lo que se ha avanzado en la educación de los niños con PC en Cuba, no se logra aún el desarrollo máximo de las potencialidades que poseen, sobre todo los que se encuentran en el primer ciclo atendidos en la modalidad de atención educativa ambulatoria desde la Educación Física, por lo que se impone la necesidad de encontrar vías para que los profesores de esta asignatura cuenten con los elementos teóricos y metodológicos necesarios para dirigir el proceso de desarrollo de la psicomotricidad.

El desarrollo de la psicomotricidad es condición imprescindible para el aprendizaje de la lectoescritura; pues ese proceso requiere de coordinación viso motora y entrenamiento motriz de las manos. Por su parte Borges (2003) afirma que el estudio de la psicomotricidad constituye una necesidad para potenciar la vida autónoma independiente de estos niños, que el problema específico del desarrollo psicomotor de los niños con PC está relacionado directamente con fallos sensoriales y perceptivos.

Siendo consecuente con la importancia del desarrollo de la psicomotricidad de los niños del primer ciclo con PC atendidos en la modalidad de atención educativa ambulatoria, es necesario conocer las características que tiene el desarrollo de la psicomotricidad en ellos, así como



potenciar su progreso teniendo en cuenta sus particularidades, lo que ratifica la necesidad de caracterizar las condiciones en que se realiza el tratamiento a la psicomotricidad con la finalidad de planificar el proceso pedagógico desde una perspectiva más amplia y desarrolladora comenzando con la intervención de los profesores de Educación Física.

Teniendo en cuenta lo anterior y la exploración preliminar realizada por el investigador se revelan las siguientes insuficiencias: No se ofrecen fundamentos teórico-metodológicos encaminados al desarrollo de la psicomotricidad con un carácter integrador en la Educación Física en la modalidad de atención educativa ambulatoria desde la formación de pregrado. El desarrollo de la psicomotricidad no se organiza a partir de las oportunidades que brinda el programa de primer ciclo de Educación Física en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

Los niños del primer ciclo de la Enseñanza Especial con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria no alcanzan la madurez suficiente desde el punto de vista psicomotriz que les permita el aprendizaje. Insuficientes materiales docentes y lúdicos, así como textos de consulta especializados en el tema. Limitaciones en la utilización de las TIC como vía para fomentar una adecuada implementación del programa de gimnasia con la embarazada.

Ante esta situación se formula el siguiente problema: insuficiencias en la preparación de los profesores de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

En correspondencia con el problema se plantea como objetivo: implementar una multimedia dirigida a la preparación de los profesores de Educación Física, para el desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con parálisis cerebral en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

Entre los métodos y técnicas utilizados están: la modelación, la observación, el análisis de documentos, la encuesta, la prueba pedagógica, los talleres de opinión crítica y construcción colectiva, el pre-experimento para buscar consenso acerca del valor práctico de la multimedia para la superación de los profesores de Educación Física que se propone aplicar en la práctica educativa.

DESARROLLO.

En la actualidad la atención que se le presta a la superación de los profesores de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria, como proceso pedagógico, abarca diversas búsquedas de soluciones objetivas y eficaces, así como la demanda en la educación de estos con nuevas cualidades, mayor profesionalidad, valores sólidos y morales, como también el desempeño docente educativo con mejor preparación en contenidos, un amplio desarrollo en sus



habilidades profesionales que le permita cumplir con las demandas actuales de la Educación Especial.

El autor de esta tesis coincide con Casadevall (2006), cuando expresa que hay que prestar especial atención a la superación desde el puesto de trabajo y su vinculación con la actividad científica de la institución escolar; el hecho de que se aspire a lograr un profesional cada vez más preparado para enfrentar los avances del mundo actual, capaz de reflexionar acerca de su propia práctica cotidiana y transformarla, hace de la escuela un elemento dinámico en el sistema de superación.

La superación aparece definida en la literatura por varios autores: (Díaz, 1996; Álvarez y Fuentes, 2000; Añorga, 2000; Valle y Castro, 2002; Valiente, 2003; Bernaza, 2004 y del Llano y Arencibia, 2004), entre otros, los que la asumen como un proceso de carácter permanente. Bernaza (2004), le atribuye una gran importancia al componente laboral investigativo, sin embargo, a juicio del autor de esta tesis, la mayoría reduce la superación a la adquisición de conocimientos y habilidades para mejorar el desempeño profesional y obvian cualidades personológicas.

El proceso de enseñanza en la educación de postgrado, con énfasis en la superación, ha sido objeto de estudio y reflexión crítica por varios autores: Añorga (1996), Álvarez y Fuentes (2000), Bernaza y Tenorio (2004), los que han profundizado en el estudio de las diferencias respecto al pregrado. En este sentido los estudios más recientes expresan:

La educación de postgrado se diferencia de la educación de pregrado en cuanto a que en ella concurren diversos procesos formativos y de desarrollo: el proceso de enseñanza- aprendizaje y procesos de alto grado de autonomía y creatividad, como por ejemplo la investigación, la innovación, la creación artística y la profesionalización... (Bernaza, 2004, p.1).

La superación de los profesores de Educación Física se sustenta y proyecta sobre la base de los resultados de la evaluación, en la que se precisan logros e insuficiencias en su labor. Esto es complementado siempre con un diagnóstico de las necesidades de aprendizaje a partir de reflexionar entre la realidad vigente y la realidad que se espera en torno a una problemática. Especial énfasis se hace en la preparación teórica-metodológica como componente esencial que garantiza el desarrollo de las capacidades que le permiten a estos un desempeño profesional exitoso.

Diversos autores: (Leonard, 1999; Komisar&MacMillan, 2000 y López, 2006), han abordado lo referido al concepto de preparación y de forma general coinciden en que es un proceso de carácter continuo, a largo plazo, permanente y que transcurre durante el desempeño profesional; tiene como finalidad el desarrollo del sujeto implicado para lograr en ello su mejoramiento tanto en lo profesional, como en el aspecto humano. Sus objetivos son de carácter general: ampliar,



perfeccionar, actualizar, complementar conocimientos, habilidades y capacidades, y promover el desarrollo y consolidación de valores.

La actuación de los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria en Educación Física exige al profesional de esta área tener en cuenta premisas que aseguren el éxito de expectativas ante la gran heterogeneidad de posibilidades en cuanto a capacidades, intereses y funcionalidad del niño. Estas premisas se refieren según Ramírez (2013, p. 258), a:

- Abrir un espacio a la tolerancia; respeto y solidaridad para todos los participantes.
- Actuar pedagógicamente con espíritu de innovador, de facilitador, en fin, de un creador.

Todo lo anterior evidencia la necesidad de superar a los profesores de Educación Física en los conocimientos básicos elementales de la Educación Especial y sus modalidades de atención, el dominio de las regulaciones metodológicas para la elaboración e implementación de adecuaciones curriculares en el programa de Educación Física para el primer ciclo. Se deben además perfeccionar sus habilidades comunicativas de modo que le permita el desarrollo de la psicomotricidad en niños con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

Los profesores de Educación Física para desarrollar la psicomotricidad en niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria les corresponde organizar la atención en correspondencia con los apoyos que estos requieran, tales como: desplazamiento y movilidad, comunicación, autovalidismo, alimentación, cuidados higiénicos sanitarios y clima emocional positivo, en función de lograr una inserción escolar, a partir de la unión de los agentes educativos (escuela, maestro ambulante, familia y comunidad); todo ello conlleva a una preparación teórico-metodológico imprescindible para que se produzca la organización y ejecución de dicha actividad. En aras de favorecer la preparación del profesor de Educación Física desde su puesto de trabajo, consideramos el uso de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (**TIC**) como una vía eficaz para desarrollar el proceso de superación de estos profesionales. En este proceso las transformaciones tecnológicas han llegado a imponer el reto, la necesidad y, sobre todo, la posibilidad de renovar las técnicas de enseñanza, modos de propiciar el aprendizaje y el tipo de material docente que se pone a disposición de los profesores, sobre todo en aquellos que trabajan la atención ambulatoria.

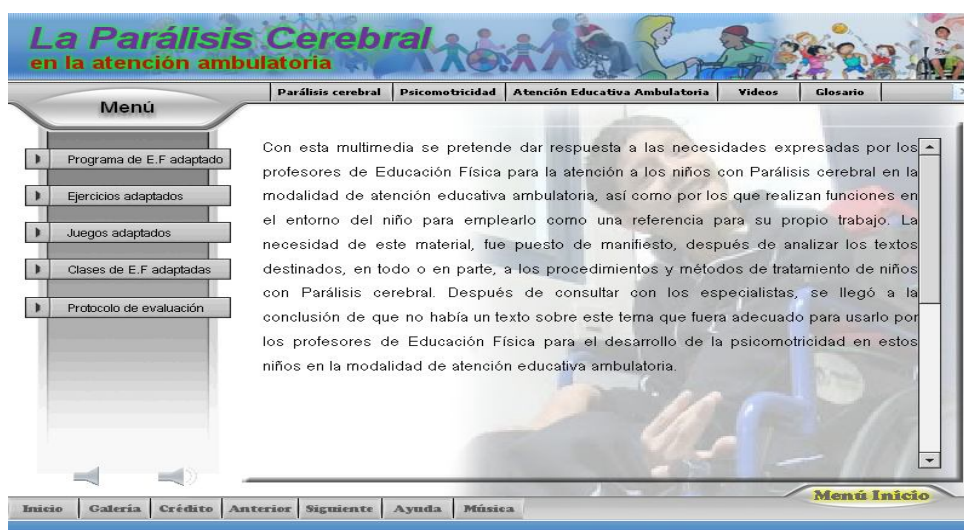
Con el empleo de las TIC se logra la interactividad y la retroalimentación, facilita las representaciones animadas, incide en el desarrollo de habilidades, permite simular procesos complejos, reduce el tiempo que se dispone para la autopreparación del profesor, introduciendo al mismo en el trabajo con los medios computarizados y le permite introducirse en las técnicas más avanzadas desde su gestión en el puesto de trabajo o el hogar; lo que permite la preparación



personal, todo esto sustentado en lograr una alta calidad en el desarrollo del aprendizaje y la dedicación de los profesores para llevar su rol profesional.

Teniendo en cuenta las características del profesor y sus necesidades de superación la información que portara la multimedia se estructuro a partir de textos de forma lineal e hipertexto; gráficos para representar esquemas, planos, dibujos; imágenes generadas por copia del entorno; animación de un número de gráficos por segundo que genera en el observador la sensación de movimiento, videos y sonido.

Para su confección se empleo el Adobe Photoshop 8 y el software Mediator 8.0 para su confección, en su estructura interna cuenta con el menú inicio que da acceso a las diferentes plataformas que abordan temas tales como: la parálisis cerebral, la psicomotricidad, la atención ambulatoria, los programas de Educación Física adaptados, ejercicios y juegos adaptados, la clase de Educación Física adaptada a las condiciones de estos niños y un protocolo de evaluación como se aprecia a continuación.



Principales resultados de la aplicación de la propuesta

Al finalizar el pre-experimento se arribó a las siguientes conclusiones: en los planes metodológicos se hace referencia a los profesores de Educación Física y las líneas, objetivos y actividades metodológicas se vinculan con los objetivos de la Educación Física. Los profesores conciben desde la concepción del programa, los objetivos, la estructura organizativa, el contenido y las orientaciones metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria. Hay un trabajo más efectivo ya que con el estudio de los expedientes psicopedagógico el profesor logra un mejor conocimiento de las características psicosociales de los niños, lo que se revierte en la atención educativa ambulatoria.

La aplicación de este método permitió estimar si los cambios ocurridos después del pre-experimento resultaban significativos en relación con el estado inicial. Al efecto, se confeccionó un



fichero de datos para almacenar los valores obtenidos, utilizando la versión 20 del paquete estadístico SPSS, el que permitió concluir que existen diferencias altamente significativas entre los resultados obtenidos antes y después del pre-experimento en el nivel de preparación del profesor de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

Por lo antes expuesto se infiere que el pre-experimento en el nivel de la preparación del profesor de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria da los resultados esperados, es decir, este pre-experimento incrementa altamente la preparación del profesor de Educación Física. Todas las dimensiones e indicadores de la investigación arrojan resultados de mejoría altamente significativos en la preparación del profesor de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria, lo cual es un indicador de la influencia positiva de la variable independiente, en este caso, la multimedia.

Los resultados de la aplicación de la multimedia permiten deducir que la misma, favorece sustancialmente el proceso de preparación del profesor de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria.

CONCLUSIONES.

1. El análisis referido a los fundamentos relacionados con la preparación de los profesores de Educación Física que prestan atención a los niños en la modalidad de atención educativa ambulatoria para el desarrollo de la psicomotricidad demostró que aún resultan insuficientes.
2. Se demuestra a partir del diagnóstico realizado que existen carencias teórico-metodológicas en los profesores de Educación Física para contribuir al desarrollo de la psicomotricidad en los niños del primer ciclo con PC en la modalidad de atención educativa ambulatoria.
3. La implementación de la multimedia para los profesores de Educación Física dirigida al desarrollo de la psicomotricidad en niños del primer ciclo con diagnóstico de PC en la modalidad de atención ambulatoria favoreció la preparación de los profesores.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Añorga, J. (2000). Paradigma educativo alternativo para el mejoramiento profesional y humano de los recursos laborales y de la comunidad. La Habana, Cuba: CENESEDA.



2. Bachmann, I., & Harlow, S. (12 de marzo de 2012). Interactividad y multimedialidad en periódicos latinoamericanos: avances en una transición incompleta. Cuadernos de Información, (30), p. 41-52.
3. Borges, S. A. (2004). Psicopedagogía y motricidad. Yucatán, México: Editorial Aires Mayab.
4. Calzado, A. E. (2012d). Las clases de Educación Física en los niños con discapacidad. Apuntes para el trabajo en la Educación Física en niños con necesidades educativas especiales. EFDEPORTES, (172), 1-5. Recuperado de <http://www.efdeportes.com>.
5. Castejón, J. & Navas, L. (2002). Discapacidad motórica. Madrid, España: Editorial Club Universitario.
6. Castro, P. L. (2008). El maestro y la familia del niño con discapacidad. La Habana, Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
7. Chkout, T. (Ed.). al (2013). Sobre el perfeccionamiento de la Educación Especial. (pp. 257-272). La Habana. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
8. Fondevila G., & Joan F. (23 de mayo de 2010). Multimedia, digital press and journalistic genres in Catalonia and in Spain: an empirical analysis. Communication Studies Journal, (7), p. 81-95.

1.12. TÍTULO: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN COMUNITARIA PARA MEJORAR CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN UN ÁREA PRIMARIA DE SALUD.

Autores: Dra. Odalys Hernández Peña

Lic. Bárbaro Hernández Peña

Dra. Gisel Hernández Montero.

Tec. Pedro José Santos Hernández

RESUMEN

Se propone una intervención comunitaria en Adultos Mayores de 60 años, mediante el trabajo conjunto del Grupo Básico de Trabajo con varias disciplinas donde se incluirán el Departamento de Seguridad social, Geriatría, Psicología, Fisioterapia y Rehabilitación y Factores de la Comunidad ,donde la preparación física jugara un papel importante para incrementar el validismo del anciano proporcionando una menor dependencia de este y así contribuir al mejoramiento de su calidad de vida mediante un adecuado equilibrio físico y mental.

Palabras Claves: Adulto Mayor, Grupo Básico de Trabajo, Ejercicio físico, calidad de vida, Intervención Comunitaria.

INTRODUCCIÓN.

El envejecimiento poblacional es una realidad demográfica que afecta a casi todos los países del mundo, es un reto a enfrentar por las sociedades modernas pues se deberán mantener los niveles



de seguridad social y económica, y la oferta de servicios de salud de calidad a un segmento de la población que, por su avanzada edad, se encuentra en desventaja para afrontar las exigencias sociales de la contemporaneidad.^{1, 3,4.} Desde hace mas de dos décadas el mundo se ha envejecido, esta situación demográfica es el resultado de varios factores como es la disminución de la natalidad, el desarrollo tecnológico aplicado a la Medicina y la disminución de la mortalidad por enfermedades infecciosas entre otros. Esto ha provocado un aumento de Enfermedades Crónicas no Transmisibles y discapacidades por el envejecimiento con un alto costo para el anciano, familia y Estado. Mundialmente la OMS, ha planteado la necesidad de cuidar al anciano y de involucrar a los Sistemas de Salud y los diferentes mecanismos del Estado dentro de este proceder.

Cuba ya con un envejecimiento poblacional de 18,5 % de personas de 60 años y más de edad en el año 2012, se ubica en el Grupo III de Envejecimiento, y se vaticina que estará entre los países más envejecidos del mundo en el 2050.⁵ por ello desde hace mas de 30 años con la creación del Médico de Familia se propuso un programa del Adulto Mayor en donde cada médico de familia debe atender a los adultos mayores proporcionándoles la atención médica necesaria y promoviendo la incorporación de estos a Círculos y Casas de Abuelos como alternativa para lograr una mejor salud física y mental con una socialización adecuada. Este proyecto no tendría éxito sin la participación del Estado como motor impulsor en el mejoramiento de la calidad de vida de este Adulto Mayor.

El Sistema de Salud puede intervenir directamente sobre la vulnerabilidad de estos pacientes que compromete su desempeño en las esferas física y mental⁶⁻⁷ a través del acceso equitativo al sistema de atención y a la promoción de acciones intersectoriales que permitan mejorar el estado de salud al actuar como mediador de las consecuencias de una enfermedad o discapacitante o una senectud agravada por la desatención en la vida de estas personas, al asegurar que el problema de salud o de su edad no se traduzca en un deterioro en su status social y a la vez, facilite la reintegración social de estos mediante un equilibrio físico-mental adecuado.

Cuando se habla de la calidad de vida se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno⁸. Este concepto aplicado a los adultos mayores es relativamente reciente y fue tomando importancia en las últimas décadas del Siglo XX, paralelamente al aumento de la esperanza de vida lograda.

La calidad de la atención en salud es de vital importancia en la calidad de vida que tengan los adultos mayores, de ahí la necesidad de evaluar la calidad de la atención que se brinda en los servicios de salud a las personas de este grupo de edad



Pero para que el Sistema de Salud pueda ejecutar esta tarea de forma adecuada es necesario tener en cuenta lo que se conoce mundialmente como Determinantes Sociales de la Salud.

Muchos son los conceptos que se han ideado para expresar lo concerniente a los Determinantes Sociales de la Salud, por ejemplo: Tarlov en 1996 planteo que son “las características sociales dentro de las cuales la vida tiene lugar”.

En 1998 la OMS los definió como el “Conjunto de factores sociales, personales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o poblaciones”⁹

El concepto más actual fue el emitido en Rio de Janeiro el 21 de octubre de 2011 en la Declaración Política de Rio sobre determinantes sociales de salud que los define como:

“Condiciones de la sociedad en la que una persona nace, crece, vive, trabaja y envejece. Abarca las experiencias de los primeros años, la educación, la situación económica, el empleo y el trabajo digno, la vivienda y el medio ambiente, y sistemas eficaces de prevención y tratamiento de los problemas de salud.

Pero ¿Cuales son estos determinantes sociales?

I- Contexto socio-político (Determinado por la atención con igualdad y equidad de todo Adulto Mayor por los sistemas e instituciones políticas)

II- Determinantes sociales estructurales (configuran las oportunidades de salud de este grupo social sobre la base de su ubicación en la sociedad y el acceso a los recursos).

III- Determinantes intermediarios o específicos (se refieren a las condiciones de vida y de trabajo, disponibilidad de alimentos, circunstancias psicosociales, comportamientos de salud y sistema sanitario visto casuísticamente en cada anciano)

DESARROLLO.

Realizar con apoyo de las instituciones sanitarias y el Estado un programa de actividades factibles y oportunas mediante el cual lograríamos una mejor calidad de vida, menor dependencia, menor incidencia de nuevas enfermedades de nuestros Adultos Mayores, proporcionándoles una salud mejor mediante una actividad física adecuada y atención medica diferenciada.

Objetivos generales.

-Garantizar calidad de vida en estos adultos de 60 y más años mediante la aplicación del Proyecto de Intervención Comunitario.

Objetivo específicos

1-Identificar factores de riesgo y evaluar estado de salud físico y mental de los ancianos.

2 -Conocer capacidad de validación de los pacientes y su posibilidad de incorporación a la sociedad.

3- Realización en cada Área de Salud de un Plan de actividades de ejercicios físicos en Adultos Mayores con discapacidad o no para lograr su mejor inserción a la sociedad.



4- Aplicar el programa de intervención a nivel municipal para garantizar mejor calidad de vida en estos pacientes.

Material y Método.

Recursos: Humano, papel, lápiz, Laptop, equipos de rehabilitación.

Se hará una intervención a través de la participación de varios servicios de salud y de factores estatales de la Comunidad para lograr mejorar calidad de vida de los Adultos Mayores de cada Área de Salud.

Los primeros 3 objetivos se le darán salida a través de la aplicación de encuestas realizadas por el Médico de la Familia, control de Historia Clínicas de cada paciente por el equipo de salud, visitas al hogar por las diferentes especialidades a nivel de la Base que incluirá al especialista de Terapia Física y Rehabilitación quien evaluará las condiciones físicas de cada anciano e individualizará tratamiento. El 4to objetivo se logrará mediante la ejecución del diseño del proyecto de intervención.

Se confeccionará un cuestionario de recolección de datos.

Además se utilizarán los datos aportados por el paciente o familiar, la HCL individual y Ficha familiar.

Para la ejecución del estudio se realizarán las coordinaciones pertinentes con los distintos servicios a nivel municipal. Equipo de Salud, Geriátrica, Fisioterapia, Psicología, Asistencia Social, Factores de la comunidad.

Una vez obtenida la información de cada paciente el proyecto se aplicará de forma inmediata evaluando semanalmente el equipo responsable de este, el cumplimiento de las actividades diseñadas, así como trimestralmente la evolución de cada paciente de manera de corregir cualquier incidencia que surja.

Criterios de inclusión: Adultos Mayores de 60 años

Criterio de exclusión. Menores de 60 años.

Aspectos éticos. Se pedirá el consentimiento informado de cada paciente y a su familiar

CRONOGRAMA.

Lunes.

Sesión Mañana.

El Grupo Básico de Trabajo (GBT) deberá contactar con el Departamento de Asistencia Social.

El propósito de contactar con este departamento es porque la trabajadora social será la encargada de activar y coordinar los recursos sociales que se necesitan para mejorar la calidad de vida de estos ancianos para posteriormente incluirlo dentro de cualquier Plan de Atención.

Posibles planes a ofertar:



Ayuda en dinero, medicamentos gratuitos, silla de ruedas, tela antiséptica, jabón, culeros, etc.
Servicio de ayuda familiar: lavandería, comida a domicilio, limpieza de vivienda .Solicitud de asistente social para que cuide al anciano. Si lo anterior no fuera posible institucionalización en Hogar de Anciano.

Lugar: Policlínico del Área de Salud.

Plazo: Inmediato/Mediato.

Sesión Tarde.

Coordinar con Factores de la comunidad para comunicarle del caso y las estrategias a cumplimentar.

Lugar: Departamento Poder Popular que atiende Salud.

Plazo: inmediato.

Martes.

Sesión mañana:

Cita en el Consultorio de los Adultos Mayores que deambulen, actualización de su Historia Clínica, examen físico completo e indicación de complementarios. Búsqueda de factores de fragilidad o riesgo.

Lugar: Consultorio.

Plazo: Inmediato.

Sesión tarde.

En el domicilio, durante 1 hora el Equipo Básico de Trabajo (medico y/o enfermera) ofertara educación para la salud dirigida a temas generales como higiene, alimentación (dieta), cambios posturales(pacientes encamados) y orientaran ejercicios en los adultos mayores con algun grado de validismo (orientados por el Dpto. de Rehabilitación y Fisioterapia del Área) los cuales serán de practica sencilla para su ejecución autónoma por parte del paciente o apoyado por un familiar. Cuidado de la boca y los pies. Se aprovechara para valorar si requiere de prótesis dental y se canalizara esta situación con Estomatología.

Lugar: Domicilio.

Plazo: Inmediato / Mediato.

Miércoles.

Sesión mañana.

Hacer coordinación con la consulta de Geriatria quien ofertara a los Adultos Mayores y sus familiares información especializada a través de charlas educativas interactivas 1 vez a la semana en el domicilio y con una duración de 45 minutos, sobre temas como Demencia (en qué consiste, sus factores de riesgo, síntomas precoces ,evolución, pronóstico, tratamiento, y necesidad de apoyo familiar). Otro tema seria tipos de violencia que se comenten con los ancianos, como



evitarlas y enfrentarlas. Así como la responsabilidad de la familia por velar no solo por la salud mental del paciente geriátrico sino también por su estado físico el cual se verá resguardado con la realización de ejercicios orientados por los compañeros de Rehabilitación y Fisioterapia tanto en pacientes que deambulan o encamados como elemento fundamental para mejorar la calidad de vida.

Lugar: Policlínico del Área.

Plazo: inmediato.

Sesión tarde.

Visita por el Grupo Básico a diferentes hogares para seguimiento del cumplimiento de esta actividad

Lugar: Domicilio (Terreno).

Plazo: inmediato.

Jueves.

Sesión mañana.

Coordinación del Grupo Básico de Trabajo con el Departamento de Psicología.

El Grupo Básico de Trabajo hará la coordinación con este servicio con el propósito de garantizar mediante visitas al domicilio, el apoyo emocional de los paciente con discapacidad parcial o total, así como la estimulación de los ancianos en general a asistir a las diversas actividades orientadas por el Equipo de Salud entre las que se cuenta como fundamental la rehabilitación física en pacientes discapacitados y/o ejercicios orientados para mejorar el estado general del anciano.

Sesión de la tarde.

Realización de esta actividad por los compañeros del Departamento de Psicología en el terreno

Lugar: Terreno (Domicilio).

Plazo: Inmediato

Viernes.

Sesión Mañana.

Coordinación del Grupo Básico de Trabajo con el Departamento Fisioterapia y Rehabilitación.

El Grupo Básico de Trabajo debe coordinar con la fisiatra del Área de salud para que planifique un día de terreno para valorar a los pacientes y realizar Pesquizaje entre estos, con el objetivo de determinar los ejercicios que según patologías y edad pueden realizar de manera que permitan mejorar validismo, y mantener las capacidades que aún conserva, así como facilitar en parte, las relaciones sociales mediante la asistencia al Gimnasio del Policlínico donde se realizara la terapia en grupo proponiéndose para ello el siguiente esquema de actividades :



1-Ejercicios de preparación física general, de bajo impacto, con poca o mínima intensidad, para mejorar el estado físico del Adulto Mayor.

2- Ejercicios de relajación. Método abreviado de relajación de Schütz y ejercicios respiratorios.

3- Dinámicas grupales para modificación de actitudes y debate de aspectos relacionados con autoestima, calidad de vida, estilos de vida.

4- Bailoterapia: Utilizando música para bailar con el objetivo de crear un ambiente alegre y relajado y ayudar a la desinhibición grupal.

5- Automasajes: Favorece la activación de la circulación sanguínea y el alivio de dolores y tensiones musculares, consiste en frotar las manos y masajear desde los hombros hacia la nuca suavemente. Luego por todo el cuero cabelludo y masajear la frente presionando con el dedo del medio el punto medio entre las cejas, frotar las manos y colocarlas en sus rodillas deslizándose suavemente hacia los tobillos y luego subir lentamente hacia las rodillas.

Lugar: Policlínico del área. Departamento de Fisioterapia y Rehabilitación.

Plazo: Inmediato.

Sesión tarde.

Visita por el Grupo Básico de Trabajo al Departamento de Fisioterapia para evaluar y controlar la actividad antes mencionada y conocer la posible población de Adultos Mayores a asistir a esta tarea. Así como realizar la coordinación en horario y frecuencia de los pacientes a esta actividad.

Lugar: Policlínico del área. Departamento de Fisioterapia y Rehabilitación.

Plazo: Inmediato.

Sábado.

Sesión de la mañana.

Evaluar el cumplimiento de las acciones propuestas en la semana. Corregir cualquier incidencia producida.

Lugar: Consultorio.

Plazo: Inmediato

CONCLUSIONES.

1- Con esta intervención somos de la opinión de que se mejoraría la calidad de vida las de personas de la Tercera Edad al recibir mayor apoyo no solo en salud si no también en su esfera social y económica, lo que modificaría su estilo de vida favoreciendo a los estilos más saludables mediante el ejercicio físico , además de elevar su autoestima con la mejoría de su validación y el incremento de su socialización mediante la asistencia a las actividades programadas

2- Pertinencia de este programa de intervención como una técnica a validar en la comunidad, debiéndose introducir en las diferentes Áreas de salud, Casas Comunitarias y Casas de Abuelos,



lo que potenciaría el trabajo promocional en la problemática del envejecimiento poblacional y favorecería la calidad de vida en estas edades, lo cual constituye uno de los principales retos para nuestro sistema de salud.

RECOMENDACIONES.

1-Realizar charlas educativas en la Comunidad para incrementar conocimientos sobre estilos de vida saludables, características de la autovaloración adecuada, importancia de la incorporación del Adulto Mayor en la familia y la sociedad

2- Organizar encuentros interactivos entre el Grupo Básico de Trabajo y los ancianos donde se aplica la intervención, para debatir la pertinencia del programa y estado de opinión de estos mediante la aplicación de la Técnica del Buen Consejo que facilitara la comunicación y crítica por parte de la población donde se aplica la intervención.

BIBLIOGRAFÍA.

-1. Jackson R, Strauss R, Howe N, Aparicio G, Nakashima K. El Desafío Del Envejecimiento en América Latina. Washington, DC: Center for Strategic and International Studies; 2009 [cited 12 Feb 2013]: [aprox. 8 p.]. Disponible en: <http://www.unfpa.org/webdav/site/global/shared/documents/publications/2012/Ageing%20Report%20Executive%20Summary%20SPANISH%20Final.pdf>

3. Alonso Galbán P, Sansó Soberats FJ, Díaz-Canel Navarro AM, Carrasco García M, Oliva T. Envejecimiento poblacional y fragilidad en el adulto mayor. Rev. Cubana Salud Pública 2007 [citado 11 Feb. 2012]; 33(1): [aprox. 8 p.]. Disponible en: http://www.bvs.sld.cu/revistas/spu/vol33_1_07/spu10107.htm

4. Organización Mundial de la Salud. Repercusión mundial del envejecimiento en la salud [Internet]. Ginebra: OMS; 2006 [citado 5 Feb. 2012]: [aprox. 5 p.]. Disponible en: <http://www.who.int/features/qa/42/es/index.html>

5-Cuba estará entre países más envejecidos del planeta en el 2050 [Internet]. 2012 [citado 2012 feb. 10]; [aprox. 1 p.]. Disponible en: http://www.sendasenior.com/El-envejecimiento-en-cifras_a638.html

6. Alonso Galbán P, Sansó Soberats FJ, Díaz-Canel Navarro AM, Carrasco García M. Diagnóstico de fragilidad en adultos mayores de una comunidad urbana. Rev. Cubana Salud Pública 2009 [citado 22 Sep. 2013]; 35(2): [aprox. 13 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662009000200016&lng=es

7. Castell-Florit Serrate P, Gispert Abreu EÁ. La intersectorialidad y el desarrollo de la Salud Pública en Cuba. Rev. Cubana Salud Pública 2009 [citado 22 Sep. 2013]; 35(1): [aprox. 8 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662009000100004&lng=es



1.13. TÍTULO: ESTUDIO DE LAS ALTERACIONES DE LA COLUMNA VERTEBRAL, RODILLAS Y PODÁLCAS EN ESCOLARES DEL PRIMER CICLO DEL SEMINTERNADO “RAFAEL MARTÍNEZ MARTÍNEZ” DEL MUNICIPIO LAS TUNAS.

Autores: MSc. Carmen Lozada Vega. carmenlv@ult.edu.cu

Lic Ramón Laffite Feria

Lic Odalis Pérez Ramírez

RESUMEN

La presente investigación aborda una problemática importante para la comunidad, mediante el estudio de aptitudes posturales a través del test postural que se realizó se pudo constatar que existe, ¿Alto por ciento de alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas que se manifiestan en niños/as pertenecientes al primer ciclo de enseñanza del Seminternado “Rafael Martínez Martínez” del municipio Las Tunas? Estas mediciones tuvieron una duración total de dos meses, distribuidas en dos veces por semanas. Por lo que nos trazamos el siguiente objetivo, la determinación del por ciento de aparición de las alteraciones posturales y podálicas en los escolares pertenecientes al primer ciclo de enseñanza en el municipio Tunas, teniendo en cuenta edad, sexo, así como las principales causas que la provocan. Para la detección de las alteraciones. Se aplicó un test postural basado en métodos empíricos, como observación, medición y la técnica encuesta. Detectadas motivó la realización de la presente investigación.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad no ha sido posible desarrollar una adecuada cultura higiénica dentro de los planes de estudios, Medicina Deportiva, Cultura Física Terapéutica, Ciencias Aplicadas al Deporte entre otras. Por lo que es de suma importancia elevar la calidad de vida en las diferentes esferas sociales, con el objetivo de conocer los prejuicios que trae consigo los hábitos posturales incorrectos y en particular relacionada con la columna vertebral, rodillas y podálicas.

El pie es el encargado de soportar todo el peso del cuerpo, además ayudar a la propulsión, amortiguación durante la marcha y las carreras por lo anteriormente expuesto tiene gran importancia en la estática y dinámica del cuerpo humano. Es por ello que desde edades tempranas debemos preocuparnos por mantener su situación normal.

Es importante la detección precoz de las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas pues si son detectadas a tiempo pueden ser corregidas, y se evitan alteraciones posturales y otras enfermedades derivadas de las mismas, mejorando la estética del cuerpo.

Es de gran significación la prevención y tonificación de planos musculares que intervienen en la formación de hábitos posturales desde edades tempranas antes que se produzcan y acentúen las mismas, sino perdurarán para toda la vida, influyendo negativamente en su estado de salud y



produciéndose alteraciones en los procesos normales de crecimiento y desarrollo físico, así como en su rendimiento docente y participación de forma activa en las actividades físicas y deportivas.

Con el transcurso del tiempo el hombre se ha visto afectado por diferentes alteraciones en el sistema osteomuscular, siendo en ocasiones motivo de rechazo por el resto de las personas.

La posición que adoptamos para desplazarnos, sentarnos, pararnos, acostarnos, realizar ejercicios físicos, en fin para andar por la vida ya que es la base donde descansa gran parte de la estética de nuestro cuerpo. A esta postura aparte de lo ético se le dan valores sociales, económicos e higiénicos.

Sería conveniente definir el concepto de postura y referirnos a la realizada por el Dr. Roberto Hernández Corvo, (1990)²⁷ el cual expresa:

“La postura representa la forma de manifestación espacial del sistema humano, que no es más que la forma de ambulación en la que todo el sistema integral de pies a cabeza, se manifiesta en un régimen determinado de actividades o en una simple conducta espacial”.

En los programas de Educación Física vigente, no existe una unidad estructurada para la atención de las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas atendiendo a la importancia que tiene la detección y prevención de las mismas, mediante la clase de Educación Física se logrará la formación de hábitos correctos encaminados a una educación postural desde las primeras edades.

A través de los instrumentos de diagnóstico aplicado a escolares del primer ciclo de enseñanza del Seminternado “Rafael Martínez Martínez” del municipio Las Tunas, se constató la deficiencia en la mantención de postura correcta por parte de los estudiantes, diagnosticándose mediante la evaluación del test postural, validado por (Pérez, M. 1999). Lo que permitió la detección de las alteraciones de columna vertebral, rodillas y podálicas de forma precoz, así como la evaluación de los niños y niñas ante la aplicación del tratamiento.

Problema

¿Alto por ciento de alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas que se manifiestan en niños y niñas pertenecientes al primer ciclo de enseñanza del Seminternado “Rafael Martínez Martínez” del municipio Las Tunas?

Objetivo: Valoración del por ciento de aparición de las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas en escolares del primer ciclo de enseñanza del Seminternado “Rafael Martínez Martínez” del municipio La Tunas.

Trazando las siguientes tareas:

1. Determinar los fundamentos teóricos del problema desde el punto de vista biológico en cuanto a las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas.



2. Diagnosticar el estado actual del problema y determinar el por ciento de aparición de las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas.
3. Establecer las relaciones existentes entre las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas según las edades, sexo y grado.

Definiciones del trabajo.

Alteraciones posturales: son aquellas alteraciones que proporcionan asimetrías corporales en las diferentes regiones del cuerpo. (Columna vertebral, rodillas y podálicas.)

Postura: es la relación existente entre los diferentes segmentos del cuerpo en una posición dada, adoptada libremente y sin tensión muscular adicional. Esta se puede manifestar en plano frontal. (Vista anterior, posterior y sagital).

Postura correcta: en bipedestación se caracteriza por la distribución simétrica de las partes del cuerpo en relación con la columna vertebral.

Escoliosis: (del griego escolios corvo, flexionado). Es una alteración grave progresiva de la columna vertebral que se caracteriza por su encorvamiento en forma de arco en el plano frontal y por la torsión de las vértebras alrededor del eje vertical. Como resultado de la progresión del encorvamiento lateral, al principio en el enfermo puede formarse un saliente costal y posteriormente, una joroba costal o giba.

Rodillas valgus o genu valgus: en esta alteración encontramos una sobrecarga en los meniscos externos, los músculos aductores se encuentran distendidos y los abductores (bíceps femoral y tensor de la fascia lata), se encuentran acortados. La línea de sustentación pasa por fuera de las rodillas, o sea por la parte externa y los ligamentos laterales internos están alongados, por lo que se presentan con una rotación interna o en X y los pies están en rotación externa (pronación). Estos presentan las cavidades cotiloideas muy cercanas.

Pies planos: se disloca la articulación astrálogo-escafoides y el hundimiento de la bóveda, la alteración hacia fuera y hacia delante del calcáneo, el relajamiento de los ligamentos, en especial el calcáneo-escafoideo y la atrofia de los músculos particularmente tibial posterior y peroneo lateral largo.

Población

La presente investigación se realizó en el Seminternado "Rafael Martínez Martínez", con escolares del primer ciclo de la enseñanza en el municipio Las Tunas, con una población de 223, tomando como muestra 121 niños/as, comprendidos entre las edades 6-9 años. El realizar el diagnóstico inicial de las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas se aplicó el test postural validado en estudios anteriores por (Pérez, M. 1999) donde quedó demostrada su efectividad en el diagnóstico precoz de las escoliosis y en otras alteraciones posturales.



Métodos teóricos

-Análisis y síntesis: se utiliza en la elaboración del resumen bibliográfico, fundamentación teórica y en las búsquedas en INTERNET.

-Análisis documental: para revisar exhaustivamente la bibliografía disponible relacionada con los aspectos teóricos-conceptuales previstos.

Técnicas estadísticas utilizadas:

El programa que se utilizó, Excel SPSS 15,0.

-Para caracterizar los datos: tablas de frecuencias, estadísticos o indicadores y gráficos de barras.

-Para analizar la relación entre las alteraciones: coeficiente de correlación de Kendall.

DESARROLLO

Análisis e interpretación de los resultados

Luego de recoger todos los datos y realizar el procesamiento estadístico correspondiente de forma minuciosa a la información obtenida, llegamos a los siguientes resultados.

Tabla # 1

Diagnóstico inicial para el primer grado sexo femenino.

1er.Grado	Podálicas		Alteraciones columna				Rodillas		Total
	P.P	P.V	E.T.D	E.T.I	E.DL.D	E.L.D	R.VAL	R.VAR	
6 años									
7 años	16	0	8	4	3	21	0	0	28
Por ciento	57,1	0	28,6	14,3	10,7	75,0	0	0	—

Se muestran los resultados de las niñas de seis y siete años del primer grado, de un total de 28, como casos más significativos se pueden apreciar que existen 16 alteraciones podálicas con pies planos, alteraciones de la columna vertebral como son 8 escoliosis torácicas derecha, 4 torácica izquierda, 3 dorso lumbar derecha y 21 lumbar derecha. Mostrado en el **(Anexo II), gráfico de barra # 1.**

Valorando algunas consecuencias que van a incidir en las alteraciones de la columna vertebral hacia el lado derecho, se pudo constatar que están ocasionadas por la adopción de posturas incorrectas en el momento de observar los programas audiovisuales, pues están ubicados hacia el lado derecho, lo anterior se deduce que de estar fortalecidos y equilibrados los músculos cortos y profundos de la columna vertebral, cumplirían con sus funciones de soporte y estabilidad, los músculos largos tienen una decisiva participación en los movimientos fuertes del tronco lo que garantizaría una correcta estática corporal.



En los casos que se aprecian 16 alteraciones podálicas con pies planos, podemos ver la incidencia de las mismas evidenciado en la no formación de la bóveda plantar que describe una parábola que consta de varios arcos y puntos de apoyos elásticos cuyas magnitudes de longitud, fuerza, masa y parámetros de línea constante e invariable que entra en la ecuación de alguna curva señalada en la parábola, deben ser constantes para mantenerse en equilibrio y mantener una postura adecuada en diferentes momentos y actividades cotidianas evitando dolencias en las extremidades inferiores.

Las diferencias de los planos gradientes entre ambas bóvedas plantares supondrá una alteración de la estática. El cuerpo perderá su estado de equilibrio bajo la acción de las fuerzas aplicadas. La diferencia entre las fuerzas de las dos bóvedas plantares ocasiona una diferencia entre sus planos gradientes que hace descender la bóveda de menor resistencia de sustentación y arrastra tras de sí la pierna. La pierna a su vez hace descender la pelvis. Este descenso lateraliza a la columna vertebral, la estructura lateralizada ofrece mayor superficie a la gravedad, por lo cual recibe una fuerza mayor, originándose curvas lumbares de compensación a la gravedad.

Tabla # 2

Diagnóstico inicial para el primer grado sexo masculino

1er.Grado	Podálicas		Alteraciones columna						Rodillas		Total
	P.P	P.V	E.T.D	E.T.I	E.D.L.D	E.L.D	L.	C.	R.VAL	R.VAR	
6 años											
7 años	20	0	16	3	1	1	3	1	2	0	37
Por ciento	54,1	0	43,2	8,1	2,7	2,7	8,1	2,7	5,4	0	-

En la tabla # 2 mostramos los resultados de los niños de seis y siete años de primer grado, que de 37, existen como casos más significativos 20 alteraciones podálicas con pies planos, alteraciones de la columna vertebral 16 escoliosis torácicas derecha, 3 torácica izquierda, 1 dorso lumbar derecha, 1 lumbar derecha, 3 con lordosis, 1 con cifosis y 2 con rodillas valgus. Mostrado en el **(Anexo II), gráfico de barra # 2.**

En estos resultados se evidencian 16 casos de escoliosis torácica derecha, reafirmando lo expresado anteriormente en cuanto a la colocación de los medios de apoyo a la docencia en las diferentes aulas en esta posición que a nuestro juicio inciden en la fijación de hábitos incorrectos en la postura que son ocasionados por el debilitamiento de los planos musculares que intervienen en la mantención de un equilibrio en la estática de cuerpo. Resaltamos además las 20 alteraciones podálicas con pies planos

Tabla # 3

Diagnóstico inicial para el Tercer grado sexo femenino



3er.Grado	Podálicas		Alteraciones columna						Rodillas		Total
	P.P	P.V	E.T.D	E.T.I	E.D.L.D	E.L.D	L.	C.	R.VAL	R.VAR	
8 años											
9 años	24	0	0	0	0	0	0	1	1	0	32
Por ciento	75,0	0	0	0	0	0	0	2,7	2,7	0	—

En la tabla # 3 mostramos los resultados de las niñas de ocho y nueve años de tercer grado, que de 32, existen como casos más significativos 24 alteraciones podálicas con pies planos, alteraciones de la columna vertebral 1 con cifosis y 2 con rodillas valgus. Mostrado en el **(Anexo II), gráfico de barra # 3.**

Valorando la estabilidad y equilibrio del cuerpo y la interrelación que existe entre la columna vertebral y las extremidades inferiores con su funcionamiento desarrollando las musculaturas del abdomen, laterales del tronco, espalda, en flexores y extensores de la cadera y del sistema funcional de la pelvis, su incidencia en el equilibrio muscular quedó demostrado en el alto por ciento de alteraciones podálicas evidenciado con pies planos y su relación en la cadena del sostén del cuerpo en la mantención de posturas correctas.

Tabla # 4

Diagnóstico inicial para el Tercer grado sexo masculino.

3er.Grado	Podálicas		Alteraciones columna						Rodillas		Total
	P.P	P.V	E.T.D	E.T.I	E.D.L.D	E.L.D	L.	C.	R.VAL	R.VAR	
8 años											
9 años	11	1	6	0	1	0	0	1	1	0	24
Por ciento	45,8	4,2	25,0	0	4,2	0	0	4,2	4,2	0	—

En la tabla # 4 mostramos los resultados de los niños de ocho y nueve años de tercer grado, que de 24, existen como casos más significativos 11 alteraciones podálicas con pies planos, 1 con pies baros, en las alteraciones de la columna vertebral 6 escoliosis torácica derecha, 1 escoliosis dorso lumbar derecha, 1 cifosis y 1 con rodillas valgus. Mostrado en el **(Anexo II), gráfico de barra # 4.**

En el análisis de los indicadores mostrados en esta tabla se observa el nivel de incidencia con otros grados y sexos corroborando el diagnóstico de los pies planos con 11 casos, variable ésta que refleja la relación con las alteraciones de la columna vertebral observándose 6 escoliosis



torácica derecha mostrando la necesidad de incrementar las correcciones de errores en la ejecución de la técnica desde el calentamiento en las clases de Educación Física hasta el desarrollo de habilidades y capacidades físicas que contribuyen al desarrollo muscular y a la mantención de posturas correctas que inciden positivamente en la tonificación de los mismos.

Tabla # 5

Indicadores generales más significativos de las alteraciones podálicas.

	Frecuencias	Porcentajes Válidos
Con alteraciones	72	59,5
Sin alteraciones	49	40,4
Total	121	

En la tabla # 5 mostramos indicadores generales más significativos de las alteraciones podálicas. Resaltando que del total de 121 muestras, con alteraciones podálicas se manifiestan 72 niños y niñas, reflejando el 59,5 % y un 40,4% sin alteraciones. **(Anexo III), gráfico de barra # 5.**

Considerando que más de la mitad de la muestra presentan esta patología que de no ser detectada precozmente y atendida perdurarán para toda la vida y ocasionarán dolencias y desequilibrio en la cadena de mantención de posturas correctas.

Tabla # 6

Indicadores generales más significativos de las alteraciones de las rodillas.

	Frecuencias	Porcentajes Válidos
Con alteraciones	4	3,3
Sin alteraciones	117	96,6
Total	121	

En la tabla # 6 mostramos indicadores generales más significativos de las alteraciones de las rodillas. Resaltando que del total de 121 muestras, solo presentan alteraciones 4 niños y niñas, reflejando el 3,3% considerando ésta una variable de poca significación. **(Anexo III), gráfico de barra # 6.**

Tabla # 7

Indicadores generales más significativos de las alteraciones de la columna vertebral.



	Frecuencias	Porcentajes Válidos
Con alteraciones	70	57,8
Sin alteraciones	51	42,1
Total	121	

En la tabla # 7 mostramos indicadores generales más significativos de las alteraciones de columna vertebral. Resaltando que del total de 121 muestras, con alteraciones se manifiestan 70 niños y niñas, reflejando el 57,8 % y un 42,1% sin alteraciones. **(Anexo III), gráfico de barra # 7.**

La alteración de la columna vertebral de mayor incidencia fue la escoliosis lumbar derecha con 21 niñas comprendidas entre las edades 6 y 7 años en el primer grado de la enseñanza, para un 75,0% con respecto a la muestra total, resultados que coinciden con los encontrados por otros autores: maslo, P. (1996).19 Andersen, M, L. (1999).4 Tribastone, F. (2001).34 Widbe, T. (2001).36 Hernández, R y E. Hernández. (2002).28 Ascuy, M. (2003).6 González, J.L y J. Martínez. (2004).15 y Molano, N.J. (2004).20 y otros, según los cuales las escoliosis aparecen generalmente en la primera década de la vida.

Las escoliosis predominaron en el sexo femenino con un 75,0% **Tabla 1**, coincidiendo con la bibliografía especializada y con estudios realizados, Turek, S. (1982).35 Álvarez, R. (1986).3 Maslo, P. (1996).19 Andersen, M, L. (1999).4 Tribastone, F. (2001).34 Widbe, T. (2001).36 Hernández, R y E. Hernández. (2002).28 Ascuy, M. (2003).6 González, J.L y J. Martínez. (2004).15 Molano, N.J. (2004).20 y otros.

Tabla # 11

Análisis de la correlaciones no paramétricas según Tau b de Kendall entre las variables más significativas.

CORRELACIONES	COEF. CORR.	SALIDAS SPSS	SIGNIFICACIÓN
Pies-rodillas	0,06	0,950	No significativa
Pies-columna	0,077	0,399	No significativa
Rodilla-columna	0,002	0,985	No significativa

En el análisis de las correlaciones no paramétricas según Tau b de Kendall entre las variables más significativas. Las correlaciones existentes entre las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas en los integrantes de la muestra es una relación directa muy baja que no es significativa para un nivel de 0,05, pues las significaciones bilaterales son mayores que 0,05. **(Anexo IV), tabla # 11.**



A pesar de que los datos no arrojaron valores significativos no indica que exista relación en una alteración podálica con relación a la cadena osteomuscular que se mantiene para el equilibrio y mantención de una postura adecuada con relación a las alteraciones de la columna vertebral.

CONCLUSIONES

Después de realizar un estudio minucioso en los estudiantes del primer ciclo de enseñanza en el Seminternado "Rafael Martínez Martínez" hemos arribado a las siguientes conclusiones.

- 1- Los métodos y técnicas aplicadas definieron la necesidad de continuar profundizando en esta problemática, pues aún existe desconocimiento por parte de maestros y profesores de Educación Física de las causas que originan estas alteraciones en la columna vertebral, rodillas y podálicas y las principales vías para su solución.
- 2- En el diagnóstico del problema se detectó un alto por ciento 70,2% equivalente a 85 niños y niñas portadores de una u otra patología, manifestada en alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas pertenecientes al Seminternado "Rafael Martínez Martínez" del primer ciclo de enseñanza.
- 3- Aunque el grado de relaciones entre las alteraciones de la columna vertebral, rodillas y podálicas no fueron significativas se considera que existe relación entre las tres variables, pues una origina las causas de aparición de la otra debido al encadenamiento óseo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Adan, M y P. Mahaudens. (1996). Rééducation posturale dans l'eau pour les Scolioses idiopathiques. Ann, Kinesither.
2. Álvarez, C. (1984). El objeto de la Didáctica en la Educación Superior, sus Características. La Habana. MES.
3. Álvarez, R. (1986). Tratado de cirugía ortopédica y traumatológica. Tomo II. La Habana. P 219-220.
4. Andersen, M. (1999). Prevalence of idiopathic scoliosis in the municipality Of Hillerød, Ugeskr laager, Jun 19: 162 (25): p 3595- 3596, 2000.
5. Ahonen, J. (1996). Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física. Barcelona: Paidotribo.
6. Ascuy, M. Z. (2003). Estudio postural de escolares de quinto grado del Seminternado Conrado Benítez del municipio Pinar del Río. Simposio Internacional de Actividad Física Terapéutica y Educación Especial. La Habana.
7. Barnechea, C. (1990). Problemática de la columna vertebral y su prevención a Través de situaciones lúdicas (II). Perspectivas # 4.
8. Canto, R. y J. Jiménez. (1998). La columna vertebral en la edad escolar: la postura correcta, prevención y educación. Madrid: Gymnos.



1.14. TÍTULO: ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA LA EDUCACIÓN AMBIENTAL, CON ADULTOS MAYORES E LOS CÍRCULOS DE ABUELOS

Autor: MSc. Elida Balbuena Imbernón

MSc. Delmis Leyva Carralero

RESUMEN

El trabajo investigativo ofrece actividades físicas recreativas para fortalecer la educación ambiental con los adultos mayores que asisten a los círculos de abuelos en el Reparto Santos, permitió resolver las insuficiencias de esta comunidad, en cuanto al cuidado del medio ambiente, En el transcurso del mismo, se realizó el estudio y análisis de los fundamentos teóricos que sirvieron de sustento para la elaboración y aplicación de actividades recreativas, como alternativa en el accionar de los círculos de abuelos. Se recurrió a la aplicación de métodos y técnicas de investigación, tales como observación, encuesta, entrevista, análisis y síntesis e histórico lógico, que proporcionaron información sobre el adulto mayor y la educación ambiental teniendo en cuenta elementos que aportan las ciencias y destacados investigadores relacionados con el tema. En la aplicación de las actividades físicas recreativas, se incluyeron acciones e indicaciones metodológicas que facilitaron el vínculo con diferentes grupos etáreos de la comunidad, contribuyeron a la educación ambiental, que a su vez proporcionó a los investigadores una vía eficaz para la transformación del medio ambiente comunitario y el modo de actuar de aquellos que incidían negativamente sobre su entorno, aspectos relacionados en la evaluación a través de indicadores expuestos en los resultados.

Palabras claves: actividades físicas recreativas; educación ambiental; adulto mayor

INTRODUCCIÓN

La recreación es una integración consciente de la salud física, mental y emocional del hombre en su desarrollo y su función social, tiene especial importancia en estos tiempos cuando el progreso de la ciencia y la técnica, las condiciones variables y las tendencias de vida amenazan la integridad biológica del organismo humano, debido a la sobre carga de su resistencia. Los principios relacionados con la función esencial se derivan del hecho de que el desarrollo de la actividad motriz del hombre determina el equilibrio y armonía entre la conducción y el conjunto de su vitalidad y vigor corporal con el medio ambiente.

Dado que los procesos de recreación ambiental tienen como rasgo fundamental el disfrute y apropiación lúdica de espacios al aire libre, es fundamental, para su gestión, el conocimiento de las personas que al entrar en la condición de visitantes a los parques y participar en la dinámica de un programa de recreación estructurado, adquieren el carácter de recreacionistas.

Las actividades físicas recreativas deben llevar siempre un mensaje educativo hacia la preservación de todo el entorno que nos rodea en cualquier escenario donde se trabaje, y aún



más, si es un medio natural que enriquece la labor del profesional de la recreación física y permite establecer el vínculo de la población con el medio ambiente.

Las actividades recreativas que se realizan en la comunidad del Reparto Santos, tienen variedad de juegos recreativos correctamente planificados desde el punto de vista metodológico; pero necesitan potenciar el cuidado del medio ambiente. Les falta creatividad para vincular objetivamente las mismas, limitando las actividades físicas con mensajes que contribuyan a la educación ambiental a partir de las experiencias vividas por las personas más adultas y por ende, las que más trabajan en pos del cuidado del medio ambiente en la comunidad.

Por otra parte se observa que, en ocasiones, en el horario de juego, los niños maltratan las plantas y animales del entorno comunitario, tal situación llevó a la necesidad de acercarse con mayor profundidad a esta problemática.

En correspondencia la investigación plantea como objetivo aplicar actividades físicas recreativas con los adultos mayores que asisten a los círculos de abuelos para fortalecer la educación ambiental de los habitantes en el Reparto Santos.

Materiales y métodos.

Esta investigación pertenece al proyecto “Gestión desde la perspectiva de la Cultura Física”, que tiene entre sus líneas de trabajo contribuir a la educación ambiental teniendo en cuenta las potencialidades que ofrece la comunidad del Reparto Santos. Fue realizada, desde septiembre del 2014 hasta mayo del 2015 en la circunscripción 145. Allí existen 6 círculos de abuelo donde participan 152 adultos mayores; de ellos se tomó como muestra de 65, escogidos de forma intencional por estar enmarcados en la zona de los edificios multifamiliares donde se evidencia mayor dificultad en cuanto a la educación ambiental.

Para llevar a cabo la investigación se utilizaron métodos teóricos como son:

Histórico y lógico: Permite conocer los antecedentes del trabajo recreativo relacionado con la educación ambiental en la comunidad, desde la identificación del problema hasta su posible solución.

Análisis y síntesis: Permite establecer acciones y operaciones de fragmentación y abstracciones concretas referentes a criterios y posiciones teóricas de investigadores reconocidos en el tema con el fin de reconstruir el marco teórico conceptual a partir de conocimientos científicos, así como arribar a resultados acerca de la importancia del problema investigado.

Además del método empírico:

Observación participante: se utilizó para conocer el comportamiento de la población en cuanto al cuidado del medio ambiente y el desarrollo de actividades físicas recreativas de los adultos mayores relacionadas con la problemática.

Técnicas



Encuesta estructurada: se utilizó para constatar la opinión de los adultos mayores acerca de las actividades físicas recreativas y su relación con el cuidado del medio ambiente en la comunidad, así como sus gustos y preferencias.

La entrevista estructurada: se empleó para conocer la opinión del, presidente del Consejo Popular y profesores de recreación sobre las actividades físicas recreativas y la participación de los miembros de la comunidad en acciones vinculadas con el cuidado del medio ambiente.

Resultado y discusión.

Para llevar a cabo la elaboración de las actividades, se tuvo en cuenta la estructura aplicada por Urquiza M. (2010) en su tesis de maestría en Actividad Física en la Comunidad aplicada a una muestra con características similares.

ESTRUCTURA DE LAS ACTIVIDADES

- **ACTIVIDAD:** Se pondrá el nombre de la actividad.
- **PARTICIPANTES:** Para quién está dirigida la actividad.
- **PERIODICIDAD:** Nos dice cada qué tiempo se va a realizar la actividad.
- **LUGAR:** Donde se realizará la actividad.
- **OBJETIVO:** Se plantea la finalidad de la actividad.
- **TIEMPO:** Duración de la actividad a realizar
- **MATERIALES:** Tipos de materiales que se van a utilizar en dicha actividad.
- **ACCIONES:** Van a ser realizadas por el profesor para que se cumpla el objetivo de la actividad.
- **PRECISIONES METODOLÓGICAS:** Consiste en precisar aspectos de la organización para el desarrollo de la actividad.
- **EVALUACIÓN:** Cada actividad tendrá su forma de evaluación acorde al objetivo.

ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS:

ACTIVIDAD 1: Conociendo mi comunidad.

OBJETIVO: Observar los problemas ambientales que existen en los alrededores de la comunidad a través de una caminata en compañía de los pobladores.

ACTIVIDAD 2: EL medio ambiente comunitario.

OBJETIVO: Valorar la situación que presenta el medio ambiente a nivel nacional y en la comunidad.

ACTIVIDAD 3: Cuidando mi comunidad.

OBJETIVO: Exponer criterios sobre la educación ambiental a los pobladores de la comunidad.

ACTIVIDAD 4: Por una comunidad saludable.

OBJETIVO: Caracterizar desde el punto de vista ecológico objetos encontrados en el área.

ACTIVIDAD 5: Por los cinco



OBJETIVO: Contribuir al conocimiento sobre el comportamiento del medio ambiente mediante la caminata que se realizará hasta el área donde está el parque de “Cinco héroes

ACTIVIDAD 6. ”. El entorno de mi comunidad.

OBJETIVO: Realizar un concurso de pintura sobre el medio ambiente comunitario para exponerlo en la comunidad

ACTIVIDAD 7: Nosotros sí podemos.

OBJETIVO: Exponer los dibujos realizados en el concurso de pintura de la comunidad en el I Festival de Medio Ambiente auspiciado por la Cátedra de Medio Ambiente de la Universidad de las Tunas “Vladimir Ilich Lenin”.

ACTIVIDAD 8: Festival de los abuelos.

OBJETIVO: Contribuir a la participación de la población junto al adulto mayor en la actividad recreativa para mejorar la educación ambiental.

ACTIVIDAD 9: El adulto y su mundo.

OBJETIVO: Conocer cómo actúan los miembros de la comunidad en unión a los adultos mayores en la transmisión de los conocimientos sobre el cuidado del medio ambiente.

ACTIVIDAD 10: Cuidando la naturaleza

OBJETIVO: Evaluar las actividades para fortalecer la educación ambiental de la comunidad a través de los adultos mayores.

Para evaluar la aplicación práctica de las actividades, se tuvo en cuenta indicadores elaborados a partir de los objetivos de la educación ambiental, de acuerdo con la “Carta de Belgrado” de 1975 que permitieron al autor realizar una comparación de los resultados iniciales y finales los cuales corroboraron lo siguiente:

El indicador 1, referente a la *Participación*. En la observación inicial este indicador se evalúa de mal, pues los habitantes no eran capaces de participar en actividades que reflejaran el cuidado del medio ambiente debido a que se desarrollaban de forma variada con niños, jóvenes y adultos mayores, pero no tenían un objetivo marcado hacia la educación ambiental. Además se observaba cómo, durante la realización de estas (jaleo mambí), se maltrataba el jardín de la comunidad, las personas vertían los desechos sólidos de las ofertas gastronómicas en cualquier lugar, menos en los vertederos, además de no existir una participación activa en la limpieza del entorno.

Luego de efectuadas las actividades en correspondencia con el mejoramiento de la educación ambiental, se observó la participación de diferentes grupos poblacionales en cada una de las actividades, a partir de la iniciativa realizada por los adultos mayores, se estableció un vínculo con las instituciones educativas de la comunidad; Circulo Infantil “Campanitas de Cristal” y la escuela primaria “Tony Alomá”, mostrando agrado y satisfacción durante el desarrollo de las mismas,



observándose el interés por el cuidado del medio ambiente, se elevó el sentido de responsabilidad que impulsa a los demás grupos generacionales a participar activamente en su protección y mejoramiento.

El indicador 2, referente a la *Conciencia*. De forma inicial se encontraba evaluado de mal, no les interesaba el cuidado del medio ambiente, pues vertían basura fuera de los vertederos desde los apartamentos y escombros de la demolición de las construcciones ilegales, los niños arrancaban las hojas de las plantas al pasar por su lado, lanzaban las pelotas al jardín, pisaban el césped, solo el adulto mayor mostró, en todo momento, el respeto y cuidado por el medio ambiente.

Luego de realizar las actividades, se observó cómo una gran parte de la población de la comunidad, tomó conciencia del cuidado de las plantas, se preocuparon por recoger desechos sólidos que se encontraban detrás de los edificios. Se estableció el cuidado y limpieza de las áreas donde se desarrollan las actividades para no afectar el entorno, los adultos en unión a los niños realizaron dibujos que mostraron su forma creativa del cuidado del medio ambiente, se pudo conocer cómo se podían relacionar los diferentes miembros de la comunidad con la educación ambiental (Festival de los abuelos), se hicieron llamados la atención en cuanto al maltrato de alguna planta o animal.

Es necesario destacar que aún existe dificultad con adolescentes que durante la realización de las actividades especialmente los juegos, corren detrás de la pelota y aunque no de forma intencional pisan el césped, por lo que se evidencia que este grupo etéreo, aún no ha tomado conciencia del cuidado de las plantas.

El indicador, 3 referente a las *Actitudes*. Al inicio de las observaciones se evalúa de mal, debido a que las actividades recreativas desarrolladas no tenían una intencionalidad educativa con respecto al cuidado del medio ambiente. No estaba creado en el círculo de abuelos, un espacio para el intercambio sobre esta problemática, a pesar de observarse que en los habitantes no había presencia de hábitos y normas correctas de comportamiento en este sentido.

Luego de aplicadas las actividades con una intencionalidad educativa ambiental, se observa que los habitantes muestran hábitos educativos, pues con la intervención de los adultos mayores estas actividades ayudaron a adquirir valores sociales y un profundo interés por el medio ambiente, sobre todo, a través de los recorridos por la comunidad y al analizar los objetos que se arrojaban en las diferentes áreas, alrededor de los edificios y donde se realizan los ejercicios físicos por parte de los adultos mayores y los demás miembros, permitió proponer medidas que les impulsó a asumir una actitud responsable ante el cuidado del entorno comunitario.

El indicador 4, referente al *Conocimiento*. Se evalúa de regular, pues al iniciarse las observaciones y teniendo en cuenta el resultado de la encuesta, se pudo conocer que aunque los habitantes conocían qué es el medio ambiente, de forma general no concientizan que el entorno



comunitario también forma parte del mismo y que es necesario protegerlo, las actividades que se desarrollaban desde la perspectiva de la cultura física, no tenían un interés marcado para lograr una comprensión básica del porqué cuidarlo.

Luego de efectuadas las actividades, se evalúa de bien, debido a que los habitantes a partir de los conocimientos aportados por los adultos mayores, fueron capaces de hacer reflexiones, debatir, además de hacer un análisis crítico de la situación medioambiental de la comunidad y exponer criterios de cómo resolver esta problemática.

Es necesario destacar la participación de los adultos mayores en estas actividades, valorar la voluntad que tienen por transformar su entorno con alegría y entusiasmo, como realizaron dibujos de forma crítica sobre problemas medioambientales que se encontraban en la comunidad y con firmeza exponerlos acompañado de su criterio en el festival provincial de medio ambiente celebrado en la universidad, ante la presencia de varios representantes del tema en la provincia. Con su creatividad se incluyeron variantes y actividades que respondieron además a la formación y educación de los niños y habitantes en general, donde fueron capaces de establecer debates sobre el cuidado y protección del entorno.

Como aspecto positivo referir que la participación de los niños en estas actividades, favoreció la formación de sentimientos como el sentido de pertenencia, la laboriosidad, respeto a la naturaleza entre otros, atendiendo a la importancia que tiene el trabajo con las nuevas generaciones.

CONCLUSIONES

Los referentes teóricos que sustentan el adulto mayor como concepto, la actividad física y la educación ambiental, permitieron determinar los aspectos necesarios para llevar a cabo esta investigación.

Las encuestas realizadas permitieron conocer que las actividades desarrolladas, no establecían objetivos para el cuidado del medio ambiente, existiendo dificultades en cuanto a estas con los habitantes de la comunidad.

Las actividades físicas recreativas se elaboraron a partir de la información obtenida en el análisis de los referentes teóricos y el resultado del diagnóstico realizado en la comunidad, tomando como guía al adulto mayor, para contribuir con la educación ambiental de la población en la comunidad del Reparto Santos.

Los resultados de la aplicación de actividades físicas recreativas con los adultos mayores que asisten a los círculos de abuelos, corroboraron que estas mejoran la educación ambiental de los habitantes en el Reparto Santos.

BIBLOGRAFÍA

Actividad Física y Salud en la tercera edad. (2006) Memorias de CD III Conferencia Internacional: Ciudad de la Habana.



- Aguilera, H. (2010). *Análisis biomecánico de la postura y el equilibrio en el adulto mayor*. Revista científica electrónica especializada en Cultura Física y el Deporte.
- Aguilera, R. (1996). *Psicología, Gerontología y Geriatria*: Ciudad de La Habana: Editorial Científico Técnica.
- Barceló, A. (2006). *Conjunto de Juegos para la Educación Física de las personas de la tercera edad*. Trabajo de diploma en opción al título de Licenciado en Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Las Tunas.
- Bencomo, L. (2006). *Ejercicio físico y salud*. Disponible en CD Maestría Actividad Física.
- Ceballos, J. (2006). *Características sociales y físicas del adulto mayor*, CD Maestría Actividad Física en la Comunidad de Cultura Física: La Habana.
- Colectivo de Autores. Valdés García, B. (2010 -2011). *Orientaciones Metodológicas de la Educación Física para Adultos y promoción de Salud*.
- Díaz, A. (2003) *El juego y la Vejez. Una unión necesaria*. Conferencia, Congreso Juego o sociedad. La Habana.
- Estévez, M.; Arroyo, M. y González, C. (2004). *La Investigación Científica en la Actividad Física: su Metodología*. La Habana. Editorial Deportes
- Llanderas. P y Méndez. M. (2001) *Educación en valores: Educación para la Salud*. (En Educación Ambiental para maestros). CD ROOM.
- Manual Metodológico. (2004) Programa Nacional de Recreación Física. Dirección Nacional de Recreación. La Habana.
- Orosa,, T. (2003). *La tercera edad y la familia: una mirada desde el adulto mayor*. La Habana: Editorial Félix Varela.
- Osa J,. (2004). *Preside el Profesor Selman Club de los 120 años*. Granma. La Habana.
- Pérez, A. (2010) *Recreación: Fundamentos Teóricos y Metodológicos*. La Habana. Editorial Deportes.
- Urquiza, M. (2010) *Actividades recreativas para el mejoramiento del estilo de vida en el adulto mayor, para la comunidad de Nueva Paz*. Tesis en opción al título académico de Máster en Actividad Física en la comunidad. Las Tunas. ISCF "Manuel Fajardo".



1.15.TÍTULO: APLICACIÓN DE EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS PARA CONTROLAR LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN JÓVENES Y ADOLESCENTES.

Autores: Lic. Manuel Rolando Artime Méndez.

MSc. Yanelys Arrieta Mas.

RESUMEN

El proceso investigativo se extendió por un período de 7 meses, para ello se tomó una muestra de 12 jóvenes y se le aplicaron encuestas con el objetivo de saber el nivel de conocimiento acerca del padecimiento de la hipertensión arterial, he incorporarlo a la actividad física sistemática. La presente investigación se basó en la problemática que existe actualmente en nuestro país y en el mundo sobre la cifra de personas de varias edades que padecen de hipertensión arterial la cual ha aumentado en los últimos años, llegando a convertirse en unas de las principales causas de muerte de la población, siendo alarmante la cifra de jóvenes y adolescentes. La misma tiene como objetivo la aplicación de ejercicios físicos terapéuticos para controlar la hipertensión arterial en jóvenes y adolescentes pertenecientes a la circunscripción 8 del Reparto Aguilera de Las Tunas.

Palabras claves: jóvenes, adolescentes, hipertensión arterial, ejercicios **terapéuticos**

INTRODUCCIÓN

La hipertensión arterial (HTA) se considera, desde el siglo XVII una enfermedad por sí misma, además de ser considerada un importante factor de riesgo cardiovascular, que se ha convertido en un problema de salud pública de un gran número de países del mundo (Serratos y Fernández Vaquero, 1997), afectando a mil millones de personas, provocando en ellos infartos de miocardio y accidentes cerebrovasculares.

En los últimos 13 años el riesgo de sufrir hipertensión arterial se ha incrementado un 27% entre los niños y adolescentes, de acuerdo con las conclusiones de un estudio realizado en Estados Unidos, que se ha publicado en Hypertension: Journal of the American Heart Association. Según los autores del trabajo esta situación podría ser una consecuencia de los elevados índices de masa corporal y la acumulación de grasa en el abdomen de los menores, junto a una dieta con exceso de sodio.

Cuba no está ajena a este fenómeno, se muestra una tendencia al envejecimiento y al incremento de la esperanza de vida de la población cubana, reduciendo así los fallecimientos por causas infecciosas y un mejor control del resto de las enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes mellitus, el incremento del sobrepeso y la obesidad.

Entre las principales insuficiencias que se manifiestan en la comunidad se encuentran:

- El 87,7% de los jóvenes le dan tratamiento a dicha enfermedad mediante psicofármacos.
- Un alto grado de sedentarismo.



- Niveles elevados de colesterol.
- Hábitos tóxicos.
- Los ejercicios físico terapéuticos no tienen un carácter sistemático.
- Inadecuada utilización del tiempo libre.
- Escaso apoyo de la familia, las instituciones y factores de la comunidad para asegurar la participación de los jóvenes hipertensos a las actividades.

Teniendo en cuenta los elementos expuestos, nos planteamos el siguiente **Problema científico**:
¿Cómo controlar la hipertensión arterial en jóvenes de 18 a 25 años, pertenecientes a la circunscripción 8 del Reparto Aguilera?

Objetivo General: Aplicación de ejercicios físicos terapéuticos para controlar la hipertensión arterial en jóvenes de 18 a 25 años, pertenecientes a la circunscripción 8 del Reparto Aguilera.

La hipertensión arterial sistémica es una enfermedad crónica con alta prevalencia que es, al mismo tiempo, una enfermedad y un factor de riesgo para otras enfermedades crónicas no transmisibles, manteniendo su potencialidad de daño en órganos diana a cualquier edad, etnia y sexo.

DESARROLLO

El ejercicio físico constituye un medio adecuado para el mantener los niveles normales de presión arterial, en los adolescentes con alto riesgo de padecer hipertensión. En estos casos se recomienda un ejercicio frecuente y de carácter aeróbico, evitar la maniobra de Valsalva, las contracciones isométricas intensas de larga duración y las posiciones invertidas.

Ejercicios físicos terapéuticos.

Es conveniente comenzar con un sistema de ejercicios físicos que implique un entrenamiento suave y de forma gradual y luego se incremente la intensidad a lo largo de las jornadas sucesivas. Una serie de ejercicios son seleccionados y aplicados con el objetivo de rehabilitar la hipertensión arterial a los pacientes hipertensos de la comunidad. Además poseen la particularidad que pueden ser aplicados en cualquier comunidad, aún en lugares de difícil acceso y limitaciones económicas marcadas, debido a que no necesitan de grandes recursos materiales y se basan en ejercicios naturales y otros medios auxiliares de fácil resolución dentro de la comunidad.

La intensidad del ejercicio en el hipertenso debe ser moderada, entre 120-140 pulsaciones por minuto, con una frecuencia de tres a cinco veces por semana y un tiempo de duración que puede oscilar entre 60 y 90 minutos; se debe tener presente que la intensidad del ejercicio debe oscilar entre el 60 o 85% de la frecuencia cardíaca máxima y la misma puede calcularse mediante la siguiente fórmula:

$220 - (\text{la edad del paciente en años})$ y de esta sacar la frecuencia cardíaca submáxima al porcentaje deseado.



En nuestro país existe también un programa para la realización de ejercicios físicos terapéuticos para los pacientes hipertensos el cual está diseñado y estructurado para la etapa I (etapa de familiarización) y para la etapa II (etapa de desarrollo), que como se conoce son las que se aplican cuando los pacientes están incorporados a los centros de rehabilitación o áreas de rehabilitación y terapéuticas, que es donde el entrenamiento físico ocupa un lugar privilegiado, ya que aporta beneficios fisiológicos y psicológicos que son incuestionables, en estas etapas cuando es aumenta el volumen e intensidad de la carga de trabajo físico, lo que permitirá alcanzar los resultados esperados.

Metodología.

Para la realización de este trabajo investigativo se comenzó a principios del mes de septiembre del 2014 hasta Marzo del 2015, con un universo de 93 pacientes, controlados por los Consultorios Médicos de la Familia, (CMF) de la circunscripción 8 del Reparto Aguilera. Se trabajó con una muestra intencionada de 12 pacientes hipertensos, 3 del sexo femenino y 9 del sexo masculino, con una edad comprendida entre 18 a 25 años, lo cual representa el 13% del total de pacientes. Para la misma se efectuó un diagnóstico inicial y un diagnóstico final a estos jóvenes de la comunidad objeto de estudio, los cuales recogen los elementos necesarios que permiten evaluar el estado en que se encuentra la muestra seleccionada, también se realizaron observaciones y encuestas para conocer el nivel de participación en la práctica de los ejercicios físicos y para observar las condiciones de la comunidad que les permita la realización plena de las actividades físicas.

Métodos y procedimientos.

En esta investigación fueron aplicados algunos métodos como son:

Métodos del nivel Teórico.

Histórico lógico, Análisis Síntesis, Inductivo Deductivo.

Métodos del nivel Empírico.

La observación, Encuestas, Medición.

Técnicas estadísticas y procedimientos para el análisis de los resultados.

El cálculo porcentual, Ejecución de tablas.

Diagnóstico inicial.

Indicadores.

- Cifras tensionales.
- Consumo de dieta no saludable.
- Hábitos tóxicos.
- Sedentarismo.
- Frecuencia de aparición de crisis hipertensivas.



- Consumo de medicamentos.

Ejercicios que conforman la batería de ejercicios con pesos.

1. Ejercicio para el bíceps.
2. Ejercicio para tríceps.
3. Ejercicio para hombros.
4. Ejercicio para los pectorales (fuerza acostado).

Batería de ejercicio de fortalecimiento sin Implemento.

1. Marchar
2. Elevación parcial de tronco tumbado. ("Lagartijas")
3. Zancadas elevadas pierna derecha.
4. Tracción de pie.
5. Zancadas elevadas pierna izquierda.
6. Flexión y extensión de la pierna.
7. Empuje de brazos hacia arriba alterno.
8. Extensiones de pie en escalón.
9. Ejercicios para tonificar el abdomen superior y oblicuos (2)
10. Elevaciones de rodilla alterna tumbada.
11. Caminar

Análisis e interpretación de los resultados.

En este capítulo se abordan los resultados obtenidos del diagnóstico inicial y final, así como las observaciones y encuestas realizadas en la investigación sobre los ejercicios físicos terapéuticos, aplicados en la circunscripción 8 del Reparto Aguilera.

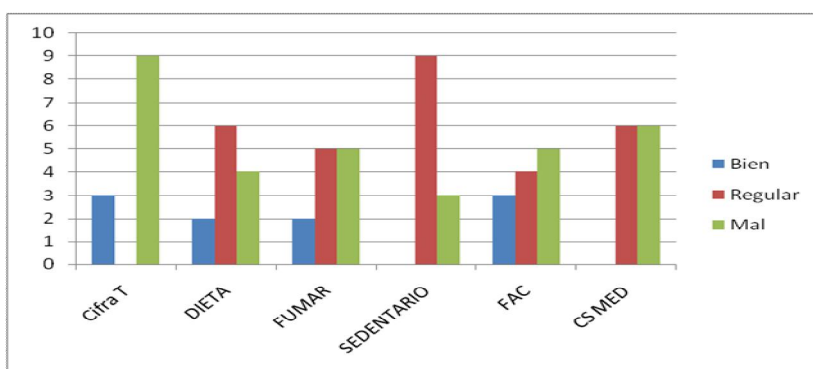


Figura 1 Resumen de los indicadores del diagnóstico inicial con su evaluación

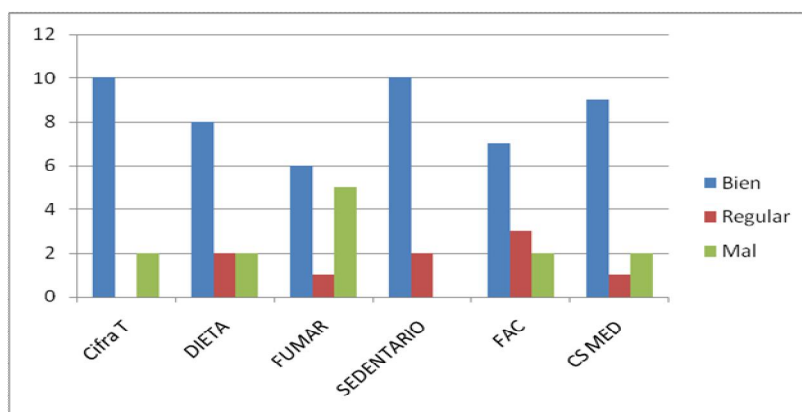


Figura 2 Resumen de los indicadores del diagnóstico final con su evaluación.

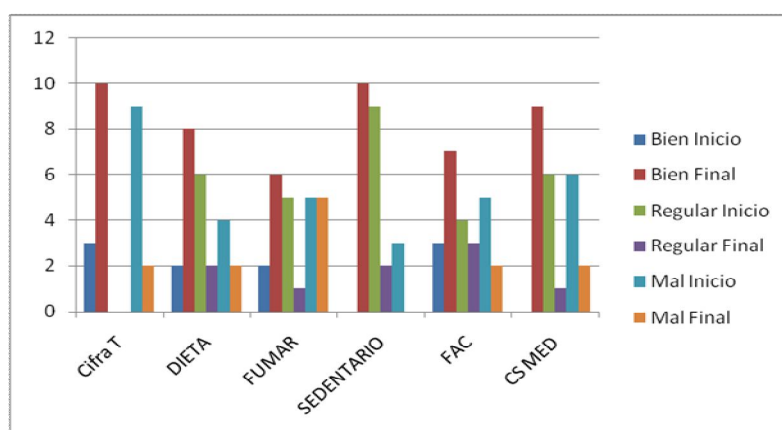


Figura 3 Resultados del diagnóstico inicial y final.

Principales resultados alcanzados en la encuesta inicial.

En los resultados obtenidos de los indicadores aplicados a la encuesta inicial, se tuvo mayor dificultad en el indicador 2 y 4, de una muestra de 12 jóvenes, los 12 expresaron que no le presta la atención adecuada a los ejercicios físicos y que existen limitaciones para la práctica de las actividades físicas.

Principales resultados alcanzados de la encuesta final.

En los resultados obtenidos de los indicadores aplicados en la encuesta final, podemos decir que a pesar de que aún existen problemas, se puede apreciar que ha habido transformaciones en la forma de pensar y de actuar de los jóvenes en cuanto al conocimiento que tienen acerca del papel que juega la práctica de actividades físicas para la formación de aptitudes, valores, hábitos de vida sana y en la atención adecuada que deben brindar en el desarrollo de dicha práctica.



Principales resultados alcanzados en el análisis de la guía de observación.

En las observaciones realizadas en la comunidad se tuvo mayor dificultad en el indicador 2, 3, 5 y 6, los dos primeros se refieren a las condiciones en la comunidad que les permita la realización plena en las actividades físicas y el estado constructivo de las áreas el 40% de las mismas fueron evaluadas de Regular y 60% de mal, aspecto que puede atentar contra el buen desarrollo de las actividades y los dos últimos se refiere a la participación de los jóvenes en las actividades y el nivel de integración logrado por los diferentes factores, las mismas fueron evaluadas de mal para un 100%.

Principales resultados alcanzados después de la aplicación de los ejercicios físicos terapéuticos a los jóvenes de la circunscripción 8 del Reparto Aguilera.

Luego de haber aplicado los ejercicios físicos terapéuticos los jóvenes lograron los siguientes resultados:

- Las cifras de tensión arterial al final del diagnóstico disminuyeron, de un estadio a otro, existiendo una diferencia significativa de 7 jóvenes.
- Se logró disminuir la ingestión de medicamentos y un ahorro de 300 tabletas con 307.20 pesos al año, mejorando la economía personal y familiar.
- Se logró que los jóvenes mantuvieran una buena alimentación baja de sodio, calorías y grasas.
- Permitió mejorar el funcionamiento de distintos sistemas corporales.
- Permitió mantener el peso corporal de los jóvenes.
- La práctica de la actividad física les mantuvo motivados por lo que no utilizaban su tiempo en actividades que influían de forma negativa como la ingestión de hábitos tóxicos.
- Se realizaron ejercicios físicos terapéuticos debidamente planificados de manera sistemática teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los jóvenes de la circunscripción.
- Se logró incrementar la participación de los jóvenes en los ejercicios planificados.
- Elevó el conocimiento de la población y especialmente de los jóvenes en cuanto a los ejercicios físicos terapéuticos para la hipertensión arterial.

CONCLUSIONES

- Los diferentes fundamentos teóricos que se consultaron, sirvieron de base para el tratamiento de la hipertensión arterial en los jóvenes de 18 a 25 años, a través de la práctica de actividad física.
- Los resultados obtenidos a partir de los instrumentos aplicados inicialmente permitieron constatar que existe baja participación de los jóvenes a la práctica de los ejercicios físicos.
- La investigación realizada demostró que la comunidad juega un papel importante en la práctica de los ejercicios físicos terapéuticos lo que resulta indispensable en el trabajo del



aprovechamiento del tiempo libre y la disminución de hábitos tóxicos.

- Los logros obtenidos con la aplicación de los ejercicios físicos terapéuticos demuestran la efectividad de los mismos en el tratamiento de la hipertensión arterial en jóvenes de 18 a 25 años, perteneciente a la circunscripción 8 del Reparto Aguilera.

BIBLIOGRAFÍA.

- Abellán J. (1992) La hipertensión arterial en la infancia y adolescencia. En: Santonja F, Martínez González-Moro I, eds. Valoración médico-deportiva del escolar. Murcia: Universidad de Murcia, 49-54.22 p.
- Aberman, L. (1998) Principios de la medicina preventiva. La Habana Editorial Ciencias, Médicas de Habana.
- Amador Hernández, S. (2002) Estudio del impacto del programa de Actividad física para el control de la presión arterial. Trabajo de Diploma, Pinar del Río, Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza".
- Barreto Estrada, J. L. (2003) Evaluación de un programa de actividades aeróbicos fortalecedores en pacientes hipertensos. Tesis de maestría. (Maestría en Cultura Física).La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".
- Callado Yel, F. (1986) Entrenamiento físico sistemático en el tratamiento de la hipertensión arterial. Ciudad de la Habana. INDER, 24 p.
- Colectivo de autores. (2003) Folleto de rehabilitación física. La Habana, Editorial EIEFD.
- Colectivo de autores. (2006) Actividades físicas y Rehabilitación, Tomo I. Editorial Deportes.
- Colectivo de Autores. (2008) Guías clínicas para la detección, prevención, diagnóstico y tratamiento de Hipertensión Arterial sistémica en México.
- Dotres Martínez, C. (1999) Programa Nacional de prevención, diagnóstico, evaluación y control de la Hipertensión Arterial. (La Habana) 46-87, enero-febrero.
- Dueñas Herrera A. (1992) Enfermedades cardiovasculares. Hipertensión arterial su control en el nivel primario de salud. Rev. Cub. Med. General Integral. Vol. 8, No. 3; 195-213 p.
- EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 9, n. 59 Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd59/rehab.htm> Consultado el 5 de Marzo del 2015.
- Garcés, J. (2005) Conferencia. La nueva concepción de la actividad física adaptada a la diversidad. Facultad de Cultura Física de Granma.



Capítulo II

Formación constante del Profesional



2.1. TÍTULO: LA PREPARACIÓN DEL DOCENTE DE LA ESCUELA PEDAGÓGICA PARA REAFIRMAR PROFESIONALMENTE A LOS ESTUDIANTES. RETOS Y PERSPECTIVAS.

Autores: Dra. C Yuderkys Bell Speck. yuderkysbs@cug.co.cu

Dra. C Liudmila Mengana Lorenzo. liudmilaml@cug.co.cu

Dra. C Zulema de la C. Matos Columbie. zulema@cug.co.cu

RESUMEN

El artículo aborda el proceso de reafirmación profesional de los estudiantes de la Escuela Pedagógica (EP) a partir de la preparación del docente desde los órganos funcionales del trabajo metodológico, con el objetivo de perfeccionarlo y satisfacer la necesidad social de lograr un profesional de la educación, capaz de responder con calidad a las exigencias del mundo actual y de la sociedad cubana en particular. Este centra su análisis en cómo elevar la preparación del docente y propone un sistema de acciones para su desarrollo. La valoración de los resultados, y la implementación en la práctica, demuestra su viabilidad y factibilidad.

Palabras claves: Trabajo metodológico; Preparación científico-metodológica docente; Órganos funcionales del trabajo metodológico; Reafirmación Profesional Pedagógica; Escuela Pedagógica.

INTRODUCCIÓN

La preparación científico-metodológica del docente para reafirmar profesionalmente a los estudiantes de la (EP) se convierte hoy en una necesidad, debido a que la sociedad exige a los centros formadores el perfeccionamiento de su misión, como condición indispensable para elevar la calidad en la formación de los estudiantes, esto hace que la EP tenga un alto compromiso y pertinencia social, pero es necesario esclarecer los caminos, las vías y los métodos que conduzcan a tal realización.

En este orden, en las EP, el trabajo metodológico adquiere características particulares, por la acumulación de solo cinco años de experiencia, tras su reapertura en el año 2010, entre ellas se destacan: el despliegue de sus funciones en contextos diferentes, en comparación con la etapa de trabajo anterior de estos centros; la heterogeneidad del claustro, en los que la mayoría de los docentes se han preparado para trabajar en otros niveles de enseñanza y no en la formación de educadores para el nivel primario. Esto indica la necesidad de seguir profundizando en la preparación científico-metodológica del docente a partir de los órganos funcionales del trabajo metodológico, en el desarrollo de sus conocimientos y en la ampliación general de su nivel cultural y profesional.

Todo lo expuesto revela la necesidad de perfeccionar el trabajo metodológico para contribuir la preparación científico-metodológica del docente, de modo que se potencie la reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes y que se contribuya a la formación general integral de estos y se consoliden los motivos, intereses e intenciones profesionales.



La experiencia pedagógica profesional de la autora con 16 años como maestra primaria y tutora de estudiantes en formación de la EP, así como los resultados investigativos, las visitas e intercambios realizados en el centro con directivos y docentes, permiten constatar algunas limitaciones en el trabajo metodológico para la preparación científico-metodológica del docente en función del desarrollo del proceso de reafirmación profesional de los estudiantes del primer año de la especialidad Maestros Primarios de la EP de Guantánamo.

Para contribuir a resolver la problemática anterior se establece como **objetivo de este trabajo**: proponer un sistema de acciones para la preparación del docente desde los órganos funcionales del trabajo metodológico en el desarrollo de la reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes.

El trabajo que se presenta forma parte de una tarea del proyecto de investigación nacional “Una metodología socioeducativa para la Orientación Profesional Vocacional hacia carreras determinadas como prioridades sociales del territorio guantanamero”, y como resultado de tesis doctoral.

DESARROLLO

El proceso de formación permanente de los profesionales de la educación, requiere la búsqueda continua de espacios y alternativas que aseguren el intercambio sistemático de saberes entre los docentes para desarrollar con éxito su labor formativa con los estudiantes.

De ahí que, la preparación entendida como proceso continuo de formación a lo largo la vida, es la actividad específicamente dirigida a lograr tal propósito; es la educación perenne que debe permitir al docente formar parte de la dinámica del cambio, para enfrentar los problemas que se les plantean para que pueda elevar sus conocimientos, dominar los contenidos que debe impartir, así como reflexionar sobre su propia práctica, valorar la efectividad de su realidad y transformarla. En este sentido, según el (Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, 1968, p.632) preparación, es la “acción y efecto de preparar, arreglo o disposición de una labor ulterior”.

Al respecto, (Addine y García, 2004, p.72) consideran que la preparación del docente:

(...) es la tarea que implica que los docentes aprendan a poner en orden las ideas con creatividad, a jerarquizar y a procesar aquellas que se obtienen por medio de un estudio intenso y evaluación crítica de las informaciones, ordenar los datos adquiridos para presentarlo en forma escrita y defenderlos oralmente.

Mientras, que la preparación científico-metodológica se considera como una de las direcciones del trabajo metodológico, y al respecto refiere (Valiente, 2001, p.23) que:

(...) es el resultado del proceso de elaboración teórica y metodológica y su aplicación práctica, que comprende las acciones para la orientación, el diagnóstico, la planificación, el



desarrollo y la evaluación del proceso encaminado al desarrollo integral de los recursos humanos a través de la preparación, considerando para ello el enfoque de sistema.

De manera que en la Resolución Ministerial 200/14 Reglamento del trabajo metodológico en su artículo 62 se especifica la definición concerniente al trabajo científico-metodológico y sobre este particular se expresa: *es la actividad que realizan los docentes con el fin de perfeccionar el proceso educativo, desarrollando investigaciones o utilizando sus resultados o experiencias pedagógicas realizadas, que contribuyan a la formación integral de los educandos y a dar solución a los problemas que se presentan en el proceso educativo .(MINED, 2014, p.23).*

Los resultados de esta dirección del trabajo metodológico constituyen una de las principales fuentes que le permite al docente el perfeccionamiento del trabajo docente-metodológico. Se asume la definición anterior debido a que en ella se expresan los elementos necesarios que posibilitan realizar un adecuado trabajo en el proceso docente-educativo para la materialización de los resultados científicos logrados por los profesionales de la educación, y la sistematización de ellos se pueden realizar a través de las formas fundamentales de esta actividad que son: los seminarios científico-metodológicos, los talleres y eventos científico-metodológicos.

Por tanto, estas juegan un papel trascendental en la preparación de los docentes de la EP para el desarrollo del proceso de reafirmación profesional de los estudiantes en los diferentes períodos por los que ha atravesado su evolución histórica. En este sentido, (Chirino, 1998, p.3) expresa que:

[...] lo que se le pide al maestro hoy no es que investigue por investigar, sino que se transforme en un profesional competente a partir del mejoramiento de su práctica educativa mediante la investigación (...) Esto permitirá el uso de variantes que eleven la calidad del proceso(...).

Por lo que, la preparación científico-metodológica del docente se concibe como el proceso permanente de adquisición, estructuración y reestructuración de conocimientos, habilidades y valores para el desempeño de su función, que requiere de un trabajo colaborativo, de participación activa donde ofrezcan sus criterios, comenten e intercambien opiniones.

La preparación científico-metodológica del docente para reafirmar profesionalmente a los estudiantes debe ser concebida como un proceso en el que se debe garantizar algunos requerimientos, entre los que se encuentran:

- El diagnóstico de docentes y de estudiantes.
- El estudio de los documentos normativos y metodológicos respecto al tema a trabajar, en este caso, perfil del egresado de la especialidad Maestros Primarios (objeto, su campo de acción, las habilidades profesionales pedagógicas a desarrollar y los objetivos formativos del año), Normativas e indicaciones metodológicas para el desarrollo del trabajo en la EP,



la consulta de bibliografía actualizada en el tema, así como otros materiales complementarios y la Resolución Ministerial 200/14 Reglamento del trabajo metodológico.

- Planificar las actividades en correspondencia con el diagnóstico realizado.
- La determinación de aquellos aspectos del contenido con potencialidades para el desarrollo de la reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes desde el enfoque profesional.
- Precisión de las actividades fundamentales a desarrollar con los estudiantes, así como la concreción de las vías, formas, espacios a emplear.

La preparación, en este sentido, debe ser orientada, en su conjunto a garantizar que los docentes dominen el contenido del proceso de reafirmación profesional pedagógica como parte del desarrollo profesional de la personalidad. Esta requiere de un trabajo colaborativo, de participación activa, ofreciendo sus criterios, donde se comente e intercambien opiniones.

Todo lo expresado con anterioridad, hace evidente que para la preparación científico-metodológica del docente para reafirmar a los estudiantes, se pueden utilizar los diferentes niveles organizativos funcionales del trabajo metodológico. En la EP se consideran los siguientes:

Consejo Técnico: desde este órgano técnico se analizará la concepción del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes a partir del perfil del egresado de la especialidad, se precisarán las acciones metodológicas necesarias para la preparación científico-metodológica del docente.

Acciones a desarrollar

- Analizar la concepción del proceso de reafirmación profesional pedagógica para proyectar las acciones metodológicas que se deben emprender en la preparación de los docentes.
- Dar seguimiento al desarrollo del proceso de reafirmación profesional pedagógica y al resultado del nivel de desarrollo de la motivación profesional de los estudiantes.
- Proyectar acciones que permitan validar el desarrollo del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes.

Colectivo del departamento: una vez definida en el consejo técnico las actividades metodológicas a desarrollar con los docentes para el desarrollo del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes, en este órgano se comenzará a ser efectivo la preparación, mediante talleres, seminarios, que propicien entre los docentes del departamento el intercambio, la confrontación, siempre teniendo en cuenta los objetivos que deben cumplir los estudiantes según el perfil del egresado.

Acciones a desarrollar

- Desarrollar actividades metodológicas encaminadas a la preparación científico-metodológica de los docentes para el desarrollo del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes, pueden ser talleres, seminarios y eventos científico-metodológicos.



- Dar seguimiento al desarrollo del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes y al desempeño de los docentes en el cumplimiento de las actividades y responsabilidades orientadas.
- Controlar el trabajo realizado por cada colectivo de asignatura en función del perfeccionamiento del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes

Colectivo de asignatura: una vez confeccionado el diseño metodológico de las asignaturas, se analizará como se contribuye a reafirmar profesionalmente a los estudiantes, utilizando la salida profesional del contenido en cada una de las clases, teniendo en cuenta el nivel de desarrollo de la motivación profesional de los estudiantes demostrando con ejemplos concretos.

Acciones a desarrollar

- Tener en cuenta, al confeccionar el diseño metodológico de la asignatura, como se contribuye al desarrollo del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes, es decir a la formación profesional de los futuros maestros.
- Determinar los objetivos y los elementos básicos del contenido de la asignatura para lograr un enfoque profesional pedagógico.
- Dar atención diferenciada según las necesidades del estudiante, atendiendo a su nivel de desarrollo de la motivación profesional.

Colectivo de docentes (claustrillo): el claustrillo constituye una prioridad y un eslabón fundamental para la formación integral del futuro profesional y para la preparación científico-metodológica de los docentes, debido a que su objetivo es la unidad de influencias y exigencias educativas para la formación integral de los estudiantes.

Por tanto, el claustrillo es de gran importancia para la preparación del docente en el desarrollo de la reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes y su resultado depende, entre otros factores, del nivel de preparación que adquieran sus integrantes. En él se debe analizar, cómo realizar el diagnóstico de la motivación profesional de los estudiantes, elaborar, ejecutar y evaluar las estrategias educativas trazadas en correspondencia con el diagnóstico y con la dinámica del proceso docente- educativo.

Llegado a este punto, es atinado plantear que el claustrillo es el órgano de trabajo metodológico de organización horizontal y carácter permanente, en cuyas actividades el colectivo de docentes proyecta y evalúa el trabajo que desarrolla en colectivo, para concretar en sus grupos las estrategias que permitan alcanzar individual, colectivamente y de manera progresiva el estado deseado en la formación de los estudiantes.

Por tanto, el claustrillo tiene la potencialidad de la profesionalización de los docentes, es decir incide directamente en la preparación de estos, no solo en lo docente-metodológico sino también en lo científico-metodológica, así como la formación integral de los estudiantes. Lo que le permite



incidir en el proceso de reafirmación profesional pedagógica.

Acciones a desarrollar

- Valorar el papel de cada asignatura en el desarrollo del proceso del proceso de reafirmación profesional pedagógica y en la formación del profesional, a partir de su objetivo y contenido general, en correspondencia con el perfil del egresado.
- Diseñar, a partir de los resultados del diagnóstico, las actividades a desarrollar con los estudiantes.
- Coordinar todo el sistema de actividades a desarrollar con el docente responsable de la actividad en la escuela.
- Fiscalizar, controlar y evaluar el nivel de desarrollo de la motivación profesional alcanzado por los estudiantes, a partir de la manifestación de su modo de actuación.
- Proyectar nuevas acciones que se deben emprender en función del perfeccionamiento del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes.
- Cohesionar el accionar del colectivo, en la planificación, ejecución y evaluación del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes.

En este sentido, es necesario resaltar, que es a través del trabajo colectivo que se logra el desarrollo de la capacidad de llegar a consenso, que contribuyen a un accionar coherente y enriquecedor de la práctica pedagógica, que es mejor aún si se realiza desde una óptica axiológica compartida, lo que apunta a una mayor profesionalización de los docentes, con la consecuente disminución de la vulnerabilidad en el proceso de formación de los estudiantes.

Debe subrayarse que la correcta preparación científico-metodológica de los docentes, por sus objetivos y características debe redundar en la elevación de la calidad del proceso docente-educativo y con ello en el proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes.

CONCLUSIONES

- Las acciones propuestas para la preparación científico-metodológica del docente desde los órganos funcionales del trabajo metodológico para desarrollar la reafirmación profesional en los estudiantes de la EP, permiten direccionar convenientemente la logicidad de dicha preparación, lo que posibilita el cumplimiento del objetivo propuesto.
- La validación en la práctica educativa permitió comprobar la utilidad de los órganos funcionales del trabajo metodológico para la preparación científico-metodológica del docente en el desarrollo del proceso de reafirmación profesional pedagógica de los estudiantes.

BIBLIOGRAFÍA

Addine Fernández, Fátima. (2004) .Didáctica: teoría y práctica. La Habana, Pueblo y Educación
Diccionario de la Real Academia Española. (1968). Ed: Revolucionaria. Instituto Cubano del Libro. La Habana,



Cuba, Ministerio de Educación. (2014). Resolución Ministerial No. 200. Reglamento del Trabajo Metodológico, La Habana, 23 de julio del 2014. Cuba.

Chirino Ramos, María V. (2002). La Investigación como función profesional pedagógica: Modo de actuación profesional pedagógica. (Tesis inédita de doctorado). Instituto Superior Pedagógico "Enrique José Varona", La Habana, Cuba.

Valiente Sandó, P. (2001). Concepción sistémica de la superación de los directores de Secundaria Básica. (Tesis inédita de doctorado). Holguín, Cuba.

2.2. TITULO: LA FORMACIÓN DE INTERESES PROFESIONALES PEDAGÓGICOS EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE CULTURA FÍSICA DESDE LA DISCIPLINA PSICOPEDAGOGÍA

Autores: Dra. C. Isis Dominguez Blanco. idominguez@cug.co.cu

Dra. C. Inalvis Mengana Osorio. inalvismo@cug.co.cu

Dr. C Jarvis Duran Cantillo. jduran@cug.co.cu

RESUMEN

El trabajo que se presenta aborda la temática de la orientación profesional en el contexto universitario, como premisa esencial para elevar los niveles de interés profesional con que ingresan los estudiantes de la carrera de Cultura Física a las Universidades.

De ahí que, el objetivo es ofrecer actividades que desde lo curricular se proyectan fundamentalmente a la esfera afectivo-cognitiva de la personalidad, potenciando el papel de la orientación en la formación de los intereses profesionales necesarios en los estudiantes universitarios.

La viabilidad de la propuesta se demostró desde la sistematización de la experiencia pedagógica y la aplicación de entrevistas y encuestas a los estudiantes de la carrera de Cultura Física, evidenciando la elevación del nivel de interés profesional de los mismos.

Palabras claves: orientación profesional, interés profesional

INTRODUCCIÓN

Pasada la primera década del siglo XXI, la educación enfrenta enormes desafíos que dificultan el cumplimiento de su responsabilidad social en todos los niveles de educación. De ahí que en el Congreso Internacional Pedagogía 2015, el Ministro de Educación Superior de Cuba, Dr. C Rodolfo Alarcón Ortiz, cuestionara la capacidad de dar respuestas adecuadas a estos desafíos, sin cambios en los modelos tradicionales.

En este sentido, es necesario transformar los métodos de formación de los propios educadores. Por esta razón, se afirma que la universidad debe tener un alto compromiso y pertinencia social, pero es necesario esclarecer los caminos, las vías y los métodos que conduzcan a tal realización.



Desde esta mirada, la Educación Superior tiene como objetivo fundamental la formación de un profesional eficiente, capaz de actuar con responsabilidad en la solución de los problemas que ha de enfrentar en su práctica profesional y para ello es necesario trabajar desde su ingreso en el centro universitario en la formación y desarrollo de intereses y habilidades profesionales.

La actuación profesional responsable implica el cumplimiento de las exigencias que demanda la práctica profesional con calidad y amor y para ello es imprescindible que el estudiante manifieste no solo las habilidades necesarias sino también una motivación profesional sustentada en intereses profesionales.

Sin embargo, investigaciones realizadas por González, V. (2000) afirman que la formación del interés profesional previo al ingreso del joven a un centro de enseñanza profesional no es una condición indispensable. Por consiguiente, se considera una acción priorizada para estos centros, como parte del trabajo de Orientación Profesional (OP) que han de realizar los directivos y colectivos pedagógicos en la Educación Superior y por tanto, un aspecto que desde lo intrínseco, hay que atender en la formación general integral de los estudiantes.

Lo anterior conduce a la búsqueda de resultados investigativos que revelarán la naturaleza científica de este problema, entre ellos se destacan, a nivel internacional las investigaciones realizadas en España por autores como: Pontes, A; Ariza, L. (2011) quienes se limitan a abordar con un enfoque descriptivo el interés profesional en la formación de profesores y la influencia del contexto familiar. Otros como Varela, O y Ortega, L (2009) analizan el amplio espectro de motivaciones que se conjugan para incentivar el interés por la docencia.

A nivel nacional se reconocen los aportes realizados por investigadores como González, F. (1983, (1991), Domínguez, L. (1987), (1990) y González, V. (1989,1995, 1998, 1999, 2000, 2002, 2003), los que han permitido fundamentar el interés profesional como formación motivacional de la personalidad, establecer los niveles de su desarrollo y sus manifestaciones en la Educación Superior; facilitando a su vez realizar un diagnóstico motivacional sobre bases científicas. Resultan también importantes los principios expuestos por esta autora para la OP en esta educación.

Se reconocen además los resultados de otros investigadores como Caballero, A.N, Fusté, M.P y Paz, I. (2012). Todos estos estudios resultan de interés para esta investigación, porque en Cuba, a diferencia de lo ocurrido en otros países, se han desarrollado en el nivel universitario y porque en esta propuesta se parte de considerar el papel activo del estudiante en el proceso de educación profesional e implica la necesidad de dirigir el trabajo de OP al desarrollo de la esfera motivacional y cognitiva del estudiante, en los que se incluyen los intereses profesionales.

En este orden, se destacan las investigaciones realizadas por autores como Acosta, E. (1989); Medina, I. (2005); González, J.M. (2005); Alonso, E. (2010), quienes realizan significativos aportes



a la formación de intereses profesionales desde diferentes aristas, sin embargo se considera que aún es limitada la efectividad que se logra. Ello en la mayoría de los casos, se asocia a insuficiencias en la preparación de los colectivos pedagógicos para esta labor. De ahí que se reconoce la necesidad de elaborar propuestas que contribuyan a ello a partir de los procesos sustantivos que tienen lugar en la universidad.

A partir de la experiencia acumulada por las autoras, en 17 años como profesoras universitarias, en la actual Universidad de Guantánamo y cuyos desempeños se han centrado en responsabilidades asociadas al trabajo metodológico en las asignaturas de Pedagogía, Psicología y Psicopedagogía, así como las investigaciones realizadas en esta línea, le han permitido comprobar que aún persisten insuficiencias en:

- ✓ El nivel de interés profesional de los estudiantes que ingresan a la carrera de Cultura Física y los resultados que se alcanzan en la cohorte.
- ✓ El aprovechamiento de las potencialidades de la disciplina Psicopedagogía para contribuir a la formación de los intereses profesionales pedagógicos.
- ✓ La preparación teórico-metodológica de los docentes del colectivo de disciplina, para la formación de intereses profesionales pedagógicos desde las clases.

Estas insuficiencias evidencian como **problema profesional** el siguiente:

La formación integral, la formación vocacional y la orientación profesional de los educandos, desde las potencialidades del proceso educativo en correspondencia con el contexto socio-histórico y los ideales revolucionarios de la sociedad, en particular, la comprensión del rol y la importancia social de la cultura física y sus enseñanzas, y la necesidad de contar con ciudadanos revolucionarios, comprometidos y responsables que atiendan incondicionalmente los requerimientos para el desarrollo general de nuestra sociedad.

En función de contribuir a la solución de este problema se propone como **objetivo**: diseñar actividades pedagógicas para contribuir a la formación de los intereses profesionales pedagógicos en los estudiantes de la carrera de Cultura Física, desde la disciplina Psicopedagogía.

La importancia de este trabajo está en la posibilidad que tiene el colectivo de la disciplina Psicopedagogía de disponer de un sistema de actividades pedagógicas que propicie la formación de los intereses profesionales pedagógicos en los estudiantes de la carrera de Cultura Física y con ello transitar hacia la identidad y compromiso profesionales.

DESARROLLO

Para la profesión pedagógica, la preparación con calidad de los educadores tiene como punto de partida el ingreso a las Universidades de jóvenes convencidos de lo acertado de su selección y portadores de intereses profesionales fomentados a lo largo de la vida escolar, si se ha trabajado en esta dirección, pues en este caso se impone de quienes la elijan una verdadera actitud y goce



para enseñar y educar. Sin embargo, no siempre los estudiantes que ingresan a estos centros están lo suficientemente motivados por la profesión seleccionada.

Este aspecto guarda relación con las condiciones económicas por las que ha atravesado el país desde los inicios de la década de los 90, y que han incidido en el éxodo de maestros y profesores a otros sectores de la economía, más promisorios en cuanto a salarios y estímulos materiales. Ello incidió de manera negativa en la motivación de los estudiantes hacia la selección de carreras pedagógicas y el abandono de los que ya habían matriculado en estas instituciones tendencia que aún se manifiesta en la actualidad.

El hecho de que los estudiantes ingresen a la Educación Superior con diferentes niveles de desarrollo de su motivación profesional y de los conocimientos y habilidades básicas para el estudio de una carrera universitaria, implica que no todos poseen la información necesaria acerca del contenido de la profesión, las posibilidades y exigencias que ésta plantea.

Por ello, es imprescindible que el estudiante al ingresar a una carrera universitaria conozca desde los primeros momentos qué se espera de él como futuro profesional, así como también los aspectos concernientes al proceso de formación profesional.

En la medida que el estudiante posea estos conocimientos estará en mejores condiciones para valorar en su justa dimensión la profesión, así como sus posibilidades de desarrollo en la misma. De ahí que, todas las actividades académicas, investigativas y laborales que se realicen en el primer año de la carrera deben ofrecer al estudiante la información necesaria acerca de su futura profesión.

En la Educación Superior, los intereses se materializan con mayor intensidad en el estudio de la profesión, pues el estudiante se encuentra en un proceso de reafirmación de la profesión elegida y juegan un papel importante sus proyecciones futuras, aspiraciones, deseos, metas y motivos.

La investigadora cubana González, V (1989) a través de trabajos empíricos, constató una formación motivacional específica que expresa la orientación de la personalidad hacia el contenido de la profesión, la que es denominada interés profesional, lo cual estudia valorando su aspecto funcional, a partir de sus potencialidades reguladoras.

Algunos estudios realizados por la autora antes citada, permiten reconocer las intenciones profesionales como el nivel superior del interés profesional, y define este último de la siguiente forma:

El interés profesional se expresa como inclinación cognoscitiva-afectiva de la personalidad hacia el contenido de la profesión, que en sus formas primarias de manifestación funcional se manifiesta como intereses cognoscitivos hacia el estudio de la profesión y en sus formas más complejas como intenciones profesionales. (González, V 1989, p.10)



De igual manera, determina tres niveles de integración funcional de la motivación profesional, o sea, tres niveles de desarrollo de los intereses profesionales: superior, medio e inferior. Por lo que el trabajo en la Educación Superior Pedagógica debe estar encaminado a alcanzar su máximo nivel de desarrollo, centrando la atención en la unidad dialéctica de lo cognitivo, lo afectivo y lo comportamental desde el primer año de estudio.

La OP adquiere en esta etapa particularidades especiales, que se expresan en el “enfoque profesional” del proceso docente educativo, si se tiene en cuenta la necesidad de su carácter diferenciado, toda vez que a este centro de formación profesional, ingresan estudiantes con diferentes tipos de motivación y niveles de desarrollo de sus conocimientos y habilidades generales.

Por otra parte, lograr la formación de un profesional capaz de resolver con calidad los problemas que de él demanda la práctica, solo es posible a partir del desarrollo óptimo de sus intereses y habilidades profesionales.

Si bien se planteó anteriormente, que la formación de intereses profesionales no constituía un requisito indispensable para el ingreso del estudiante a los estudios superiores pedagógicos, si constituye una necesidad durante su proceso de formación en este tipo de centro, el desarrollo de sólidos intereses profesionales pedagógicos.

Ello responde a que, aún cuando las etapas o momentos por los que transcurre la OP no se corresponden exactamente con determinadas edades o niveles de enseñanza, sino que transcurren en dependencia del nivel de desarrollo de la personalidad logrado por los sujetos y el momento de su inserción en la enseñanza profesional; el ingreso de los estudiantes a la Educación Superior Pedagógica coincide con la etapa de *formación y desarrollo de intereses y habilidades profesionales*.

Esta etapa tiene como objetivo esencial la formación y desarrollo de intereses, conocimientos y habilidades profesionales que hagan al sujeto apto para el desempeño exitoso de una determinada profesión.

Los resultados de las investigaciones encabezadas por la doctora Viviana González y un colectivo de profesores del Centro de Estudios para el Perfeccionamiento de la Educación Superior (1989,1994,2000), permiten afirmar que los estudiantes que logran niveles superiores de desarrollo de sus intereses profesionales, evidencian una mayor calidad en su actuación profesional, que se manifiesta no solo en la obtención de altos rendimientos docentes sino también y fundamentalmente, en la calidad de su desempeño profesional expresado en la iniciativa, flexibilidad, persistencia, creatividad y actuación reflexiva en la solución de problemas de la actividad profesional.



Por consiguiente, se considera desde esta investigación, como otro de los conceptos básicos el de “intereses profesionales pedagógicos”. En este sentido en los últimos años son varios los investigadores que han abordado el tema, entre Acosta, E (1989), Medina, I (2005), González, J.M (2005), Alonso, E (2010), Barrera, I, (2014).

Al respecto Acosta, E (1989) se refiere a los intereses profesionales pedagógicos como “la orientación activa del sujeto, emocionalmente positiva, hacia el objeto y sujeto de la actividad pedagógica y hacia todas las relaciones y acción que implica ser un docente”. p.20

Los investigadores Alonso, E y Sánchez, M (2013) comparten el criterio anteriormente expuesto, aunque reconocen que al utilizar esta categoría, desde el punto de vista pedagógico, no es suficiente una actitud emocionalmente positiva para la familiarización con el objeto, sino que es necesario dirigir la influencia pedagógica a la formación de estados de ánimos positivos, y a la génesis de vivencias afectivas de mayor duración e intensidad como los sentimientos, expresados en la alegría, el gusto al interactuar con las tareas y funciones de la profesión, criterio que comparte plenamente la autora de esta tesis.

Por otra parte, el investigador Medina, I (2005) al definir los intereses profesionales pedagógicos expresa que estos “constituyen formaciones motivacionales que determinan la orientación del sujeto hacia el conocimiento del contenido y particularidades de la profesión pedagógica, a partir de la atracción emocional que despierta en él dicha profesión, constituyendo impulsos rectores para su actividad”. p. 41

De igual manera, González, J.M (2005) al definirlos expresa que estos constituyen “manifestaciones emocionales positivas que impulsan al sujeto a desear familiarizarse de forma profunda con la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje como objeto de la profesión pedagógica por serle esta significativa”. p.21

Este autor acota además, que en la formación inicial de docentes, estos intereses expresan necesidades cognoscitivas (refiriéndose así a la dimensión cognitiva), cuya satisfacción compensa las lagunas en el conocimiento de la profesión pedagógica, favorece la orientación profesional pedagógica, contribuye a la comprensión del contenido de esta profesión e incrementa la información acerca de los hechos y situaciones profesionales pedagógicas.

Para las autoras, en la formación de intereses profesionales pedagógicos, es necesario además que estas manifestaciones emocionales se tornen estables y no estén dirigidas solo a compensar las lagunas en el conocimiento, sino a utilizar las potencialidades, a aprovechar las vivencias personales y profesionales de los estudiantes para orientarlos hacia la búsqueda de información relativa al contenido de la profesión, en aras de lograr un adecuado nivel de satisfacción.



Resulta también importante hacer alusión a la definición aportada por (Barrera y Reyes, 2014) quienes consideran que se pueden identificar los intereses profesionales pedagógicos, en la formación inicial de docentes como:

Formaciones motivacionales positivas que orientan al sujeto hacia el contenido y estudio de la profesión pedagógica, a partir de la valoración y del desarrollo de sentimientos de atracción por dicha profesión, lo que dirige su actuación durante todo el proceso de formación. (p.5)

El análisis de las definiciones abordadas permite identificar elementos esenciales en los intereses profesionales pedagógicos, debido a que:

- ✓ Son formaciones motivacionales.
- ✓ Están dirigidos hacia el contenido de la profesión pedagógica.
- ✓ Posibilitan la valoración positiva de la profesión pedagógica.
- ✓ Impulsan, orientan y dirigen al sujeto en el estudio de la profesión.

En la presente investigación se asume la categoría formación en su relación con el desarrollo, como una de las acepciones con la que puede ser empleada. Esta se considera más *ligada a las propias regularidades del proceso educativo* y “...adquiere en ese momento una significación diferente, pues se está refiriendo a un proceso que tiene como medios a la instrucción y a la educación o formación en su sentido estrecho, y que orienta, según nuestro criterio teórico, al desarrollo” (Chávez, J. (2005: p.31).

De ahí que, se es consecuente con el planteamiento de Horrutinier, P. (2009, p.22), al referirse a la dimensión educativa del proceso de formación del profesional de la educación, el cual plantea: “(...) la labor educativa deviene elemento de primer orden en el proceso de formación, debe (...) abarcar todo el sistema de influencias que sobre el joven se ejerza desde que ingresa a la universidad hasta que se gradúe”.

Para el desarrollo de esta investigación se consideran los indicadores determinados para el estudio de la formación de intereses profesionales pedagógicos:

1. Nivel de dominio de los docentes sobre los contenidos teóricos-metodológicos para la formación de intereses profesionales pedagógicos.
1. Tratamiento de los contenidos de la disciplina Psicopedagogía para la formación de intereses profesionales pedagógicos.
2. Nivel de orientación a los estudiantes hacia la búsqueda de conocimiento sobre el contenido de la profesión.
3. Nivel de dominio de los estudiantes sobre el contenido de la profesión pedagógica.
4. Nivel de satisfacción de los estudiantes con la profesión pedagógica.

El análisis de los indicadores revela las siguientes regularidades:



- ✓ Necesidad de una mejor concepción de formas de trabajo metodológico, que favorezcan la preparación teórico-metodológica de los docentes, para organizar las influencias que ejercen sobre los estudiantes desde las clases, en función de la formación de intereses profesionales pedagógicos.
- ✓ Necesidad de rediseñar los métodos y vías que se utilizan en las clases, en correspondencia con las potencialidades que ofrece el contenido de la disciplina Psicopedagogía para la formación de intereses profesionales pedagógicos.
- ✓ Se evidencia poca sistematicidad en las actividades que orientan al estudiante hacia la búsqueda del conocimiento sobre la profesión.
- ✓ Es insuficiente el nivel de conocimientos de los estudiantes sobre el contenido de la profesión.
- ✓ La superioridad en el número de estudiantes que se sienten insatisfechos con la profesión que estudian.

Las insuficiencias detectadas, como brechas que aún no se han resuelto, evidencian la necesidad de proponer nuevas vías que favorezcan el tránsito de los niveles de desarrollo de los intereses profesionales pedagógicos identificados en los estudiantes, a los exigidos en el Modelo del Profesional.

Actividades pedagógicas para la formación de intereses profesionales pedagógicos desde la disciplina Psicopedagogía

Contenido. El diagnóstico pedagógico integral. Definición. Principios y funciones

Objetivo: analizar el diagnóstico integral a partir de su definición y funciones para su adecuada aplicación durante su futuro desempeño profesional.

Actividades

Al iniciarse el tema debe valorarse la importancia del diagnóstico integral, para el cumplimiento exitoso del rol profesional del maestro a partir de su conceptualización, principios y funciones. Para ello se sugiere al analizar las funciones del diagnóstico:

Explicar en la función de búsqueda, exploración e identificación, la necesidad de identificar las potencialidades que poseen o no, los estudiantes para el desempeño en una profesión como la pedagógica, en la que se precisa de capacidades y cualidades, ético pedagógicas, político ideológicas y de sentimientos de amor para ejercerla con calidad y que no repercutan en una frustración personal.

De igual manera, explicar que esta función permite conocer las posibilidades que ofrece el entorno, tanto familiar, escolar y comunitario para desarrollar las potencialidades y enfrentar las limitaciones.

Como trabajo independiente se sugiere orientar a los estudiantes:



- Realizar una autovaloración de su interés hacia la profesión a partir de los conocimientos que posee sobre la profesión pedagógica, así como los sentimientos hacia ella los que pueden ser expresados a través de una poesía cuento o un dibujo.

Nota: estos resultados pueden ser entregados para participar en el Concurso “Mi profesión es la Mejor” que convoca la cátedra “Manuel Ascunce Domenech” de la universidad de Guantánamo.

Contenido. Métodos y técnicas de investigación.

Objetivo: analizar las características y exigencias de los métodos de investigación en función de su correcta aplicación durante el diagnóstico integral.

Actividades

Para la elaboración de los instrumentos de investigación, se orientará como trabajo independiente:

- Diseñar instrumentos de investigación que permitan el diagnóstico de los intereses profesionales de los estudiantes.
- Aplicar los instrumentos elaborados, a un grupo de estudiantes donde realiza su práctica sistemática.
- Tabular e interpretar los resultados.
- Elaborar un resumen de la información recopilada, enfatizando en la orientación de los estudiantes hacia las carreras pedagógicas.
- Diseñar y aplicar guía de entrevista a profesores destacados de la Universidad con énfasis en la búsqueda de información acerca del vínculo afectivo que tienen los mismos con la profesión pedagógica.

Contenido. Estrategia educativa. Antecedentes. Caracterización

Objetivo: Analizar los elementos esenciales de la estrategia educativa en función de su adecuada elaboración durante su desempeño profesional.

Actividades

A partir de la definición solicitar a los estudiantes que ejemplifiquen diferentes aristas de la personalidad (morales e intelectuales) que precisen una proyección para su transformación en los modos de actuación.

Destacar que dentro de las principales problemáticas que hoy enfrenta la educación de la personalidad está la formación de intereses profesionales hacia las carreras declaradas como prioridad social, dentro de las que se encuentran las pedagógicas. Explicar la necesidad de diseñar actividades creativas que favorezcan el conocimiento de la profesión y promuevan el vínculo afectivo con ella, de acuerdo a los niveles de interés profesional diagnosticados en los estudiantes.



Ejemplificar las actividades que en la estrategia educativa de la brigada tributan a la formación de intereses profesionales pedagógicos. ¿Se corresponden estas actividades con sus necesidades en este orden?

Para el desarrollo de la actividad práctica sobre este contenido se sugiere, entre otras, las siguientes actividades:

- Realice un análisis de la estrategia educativa de su brigada e identifique la correspondencia de las actividades diseñadas en función de la formación de intereses profesionales pedagógicos y las necesidades individuales de los miembros de la brigada.
- Proponga otras actividades que usted considere necesarias para elevar su interés por la profesión pedagógica, teniendo en cuenta las potencialidades que les ofrece el entorno universitario.

Como trabajo independiente se sugiere orientar a los estudiantes las siguientes actividades:

- Realice una revisión de tesis de maestrías y doctorados que aportan estrategias dirigidas a la orientación profesional pedagógica
- A partir de las problemáticas que se presentan con la orientación profesional en la enseñanza preuniversitaria, diseñe actividades que favorezcan la formación de intereses profesionales pedagógicos.
- Realice una charla educativa con estudiantes de uno de los grupos de la escuela donde realiza su práctica sistemática y demuestre los conocimientos adquiridos sobre la profesión pedagógica.

CONCLUSIONES

- Los contenidos de la asignatura Pedagogía II, constituye un fundamento psicopedagógico esencial para contribuir a la formación de intereses profesionales pedagógicos en los estudiantes de la carrera Matemática-Física, a partir de concebir actividades que desde la clase promuevan su participación protagónica hacia la búsqueda de conocimientos sobre la profesión que generan un vínculo afectivo con la misma.
- El diagnóstico de la situación actual de la formación de intereses profesionales pedagógicos, evidenció las insuficiencias que presenta la dirección del proceso de enseñanza – aprendizaje de la asignatura Pedagogía II para el logro de este propósito.
- Las actividades pedagógicas que se proponen constituyen una alternativa de solución al problema profesional declarado, en tanto favorecen la preparación de docentes para dirigir el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Pedagogía II en función de la formación de intereses profesionales de los estudiantes.



- Los resultados de la triangulación de los métodos aplicados, permitió corroborar que la puesta en práctica de las actividades propuestas ha favorecido la formación de intereses profesionales pedagógicos por lo que puede concebirse como una respuesta de solución al problema formulado.

BIBLIOGRAFÍA

1. Acosta Corzo, E. Estudio sobre el desarrollo de los intereses profesionales en estudiantes de un centro pedagógico de nivel medio. *Pedagogía Cubana*. La Habana. Año I. no. 3 – 4: 8-10. oct. – dic., 1989.
2. Addine Fernández, Fátima. Experiencias acumuladas en la formación de profesores. La Habana, Pueblo y Educación, 1997.
3. Alonso Hernández, Elvira. La Formación de intereses profesionales en estudiantes de la carrera Licenciatura en Educación Preescolar. Tesis de Doctorado. Las Tunas, 2010.
4. Álvarez de Zayas, Carlos. Didáctica. La Escuela en la vida. La Habana, Pueblo y Educación, 1999.
5. Armas, Nerelys De y Alberto Valle. Resultados Científicos en la Investigación Educativa. La Habana, Pueblo y Educación, 2011.
6. Barrera Cabrera, Isbel y Ariel Caridad Reyes Torres. Los Intereses profesionales pedagógicos. Un acercamiento a la teoría. [En línea]. *Revista Científico Pedagógica Mendeive*. Pinar del Río. Año 12, no. 47. abr.-jun., 2014 Disponible en www.revistamendeive.rimed.cu/nfuentes/num47/pdf/Art_6_Isbel.pdf. Consultado 9 de marzo 2015.
7. Bermúdez Morris, Raquel y Lorenzo M. Pérez. Resultados del Proyecto “Modelo para la dirección de los procesos formativos en el primer año del Curso Regular Diurno de la Licenciatura en Educación”. La Habana, 2010.
8. Blanco Pérez, Antonio. Filosofía de la Educación. La Habana, Pueblo y Educación, 2003.

2.3. TÍTULO: LA ORIENTACIÓN PROFESIONAL A TRAVÉS DEL JUEGO DE ROLES DESDE LA INFANCIA PREESCOLAR

Autores: Dra. C. Liudmila Mengana Lorenzo. liudmilaml@cug.co.cu

Dra. C. Yuderkys Bell Speck. yuderkysbs@cug.co.cu

Dra. C. Zulema de la C. Matos Columbié. zulema@cug.co.cu

RESUMEN.

La Orientación Profesional debe desarrollarse desde la educación preescolar, la que se realizara a través del juego de roles como forma fundamental de la actividad del niño, ejerce gran influencia en la formación de sentimientos morales, en el desarrollo del colectivismo e influye de modo



decisivo en la preparación del niño para el trabajo. En este trabajo enunciamos las diferentes formas de juego del niño preescolar, resaltamos la importancia de tener un diagnóstico certero de las preferencias de los niños a la hora de jugar para de esta forma poder ir orientándolos profesionalmente esta etapa de la vida.

Palabras claves: Orientación Profesional, Infancia Preescolar, Proceso Educativo, Juego, Juego de Roles.

INTRODUCCIÓN

“El juego es el hijo del trabajo.

No hay ningún juego que no posea en sí
el prototipo de una forma de trabajo serio”

W.Wundt.

Uno de los principales problemas que enfrenta la educación de hoy, es la elección consciente de una profesión u oficio que visto desde el ámbito pedagógico lo denominamos como proceso de **Orientación Profesional**, dónde tenemos la tarea de encausar a las nuevas generaciones hacia la elección de una profesión, tarea de la que la educación preescolar no debe verse aislada, ya que es precisamente en esta etapa donde se forman los cimientos de la personalidad.

Como vía fundamental para fomentar la orientación profesional en la infancia preescolar podemos decir que es mediante el juego, viéndolo como vía fundamental de desarrollo, educar a los niños a través del juego resulta ser muy provechoso.

El juego es una forma de vida social del niño, su desarrollo promueve alegría, despierta sentimientos y sensaciones positivas de colectivismo, camaradería, el juego bien orientado se convierte en fuente de conocimiento que perdurará en el niño y podrá ser utilizado en etapas posteriores de aprendizaje y una de las formas fundamentales para este aprendizaje lo constituye el juego de roles.

El juego de roles como forma fundamental de la actividad del niño, surge en el curso del desarrollo histórico de la sociedad, ejerce gran influencia en la formación de sentimientos morales, en el desarrollo del colectivismo e influye de modo decisivo en la preparación del niño para el trabajo.

En los juegos de roles los niños reflejan el mundo que les rodea, que los motiva, mediante la observación que realizan de la vida y actividades de los adultos, se interesan por aquello que más les impresionó y son capaces de reproducirlo en su actividad lúdica, pero este juego no debe verse solo como diversión del niño sino que las educadoras de manera organizada y dirigida deben potenciar el desarrollo de los niños teniendo en cuenta sus preferencias e inclinaciones.

Llevando como baluarte la teoría pedagógica cubana que está fundamentada sobre la base de las ideas de Vigotski que parte del enfoque socio-histórico-cultural, teniendo como premisa el carácter



rector de la educación en su relación con el desarrollo: La personalidad no es innata, su formación y desarrollo se encuentran íntimamente ligados a las experiencias educativas y culturales en general que el individuo recibe, el hombre es educable.

Como resultado de la experiencia pedagógica profesional de la autora con 16 años de experiencia en la educación preescolar y teniendo en cuenta los resultados de algunas visitas realizadas a diferentes territorios de la provincia, el intercambio con docentes y directivos se ha podido determinar insuficiencias en la dirección pedagógica del juego que favorezca la orientación profesional desde esta etapa de la vida, al no tenerse en cuenta el diagnóstico de las preferencias de los niños al jugar.

Para contribuir a resolver esta problemática se establece como **objetivo de este trabajo**: proponer un sistema de acciones que permita la correcta introducción de argumentos y juegos que respondan a las preferencias lúdicas de los niños.

El trabajo que se presenta forma parte de una tarea del proyecto de investigación nacional “Una metodología socioeducativa para la Orientación Profesional Vocacional hacia carreras determinadas como prioridades sociales del territorio guantanamero”, y como resultado de tesis doctoral.

Palabras claves: juegos de role, orientación profesional, niños, infancia preescolar

DESARROLLO

La **Orientación Profesional** se debe trabajar desde la infancia preescolar e ir transitando por todas las etapas de la vida del individuo, hasta que sea capaz de elegir de forma consciente y autodeterminada una profesión. En la infancia preescolar la vemos como la detección temprana de aptitudes o inclinaciones del niño hacia determinada labor que permita formar o desarrollar posibles vocaciones y una vía esencial para realizar ese diagnóstico lo constituye el juego y dentro de este, el juego de roles.

El juego es una actividad presente en todos los seres humanos. Los etólogos lo han identificado con un posible patrón fijo de comportamiento en la ontogénesis humana, que se ha consolidado a lo largo de la evolución de la especie, no hay humanidad donde no exista el juego y si pensamos que el juego va unido a la infancia, profundizando sobre él llegaremos a considerar el papel de la infancia a lo largo de la historia, por lo que desde tiempos remotos el juego ha sido tema de análisis e investigaciones, en tiempos más recientes el juego ha sido estudiado e interpretado de acuerdo a los nuevos planteamientos teóricos que han ido surgiendo con la Psicología de Piaget que ha destacado la importancia del juego en los procesos de desarrollo del niño

Una de las características que define al niño de la infancia preescolar es que el juego ocupa un lugar privilegiado en su vida, convirtiéndose en su actividad fundamental.



Desde una perspectiva educativa este se convierte en una forma relajada y agradable de abordar campos de conocimientos, en los juegos se articulan elementos fundamentales que da a esta actividad especial valor de aprendizaje, comunicación e interacción con el medio.

El juego se caracteriza por:

- ❖ Permitir al niño implicarse globalmente, afectivamente, físicamente, emocionalmente, cognitivamente y relacionamente.
- ❖ Es una forma natural de adquirir conocimientos, de intercambiar experiencias, de ponerse en el lugar del otro,
- ❖ El juego evoluciona con la edad reflejando en cada momento la forma como el niño comprende el mundo.
- ❖ El juego favorece la responsabilidad porque el niño se fija unas limitaciones, hace sus propias reglas, se somete a ellas.
- ❖ El juego crea situaciones para compartir, colaborar, sentirse perteneciente de un grupo, para comunicarse, para adquirir habilidades sociales, interiorizar normas, regular el propio comportamiento.

Las actividades lúdicas dan al niño la oportunidad de:

- ❖ Practicar, elegir, imitar, imaginar, dominar.
- ❖ Adquirir nuevos conocimientos.
- ❖ Explorar, observar, experimentar, moverse, sentir, pensar.
- ❖ Comunicarse, interactuar con los otros.
- ❖ Conocerse y comprender sus posibilidades y limitaciones.

La pedagogía del juego en Cuba, los ha clasificado en:

❖ didácticos	❖ de dramatización
❖ recreativos o de entretenimiento	❖ de construcción
❖ con agua y arena u otros materiales de la naturaleza	❖ musicales
❖ de movimiento o competencia	❖ de roles

En el desarrollo de este trabajo daremos principal atención para el desarrollo de la Orientación Profesional a los juegos de roles debido a que las acciones e interrelaciones que se producen entre los niños surgen de la observación directa o indirecta que realizan de la vida y comportamiento de los adultos, ya sea en lo laboral o las relaciones que se establecen entre estos, afectivas, de orden y de jerarquía, además de incorporar en su juego a la hora de reproducir, elementos de su propia creación.

En este tipo de juego los niños asumen papeles de adultos y reflejan en su actividad lúdica las relaciones que se establecen entre estos.

Se coincide con Olga Franco cuando plantea que:



el juego ejerce gran influencia en la formación de sentimientos morales, en el desarrollo de rasgos de colectivismo y en la formación de las nociones de lo bueno y lo malo; en el desarrollo de la voluntad y el carácter. El juego, además, influye de modo decisivo en la preparación del niño para el trabajo. (Franco 1986, p.1)

A su vez referencia a Cristina Mónaco cuando plantea que:

mediante él, el docente debe favorecer el proceso de enseñanza-aprendizaje, orientando las acciones hacia el logro de los objetivos previstos (...) Requiere de la maestra, no solo un diagnóstico (...) y una planificación reflexiva de sus acciones, sino la creación de un “clima y una actitud lúdicos” que faciliten respuestas de este carácter durante su conducción. (Franco 2006, p.30)

Lo que nos hace reflexionar sobre la dirección pedagógica del juego en nuestros centros educativos; los niños no deben jugar por el solo hecho de jugar y cumplir con una actividad del proceso educativo de la educación preescolar, esta actividad lúdica debe de estar planificada, diseñada hacia el logro de uno o varios objetivos, además de tener presente el diagnóstico de “a qué le gusta jugar a mis niños”, para poder ilustrarlos, buscar materiales a fines con su desarrollo, intereses e incrementar de esta forma los atributos que serán utilizados por estos para desarrollar los diferentes roles del juego elegido.

En la observación directa realizada al juego de los niños nos percatamos que estos además de asumir los roles en los juegos que se le ofrecían, también desarrollaban otros que la educadora no había previsto, sobre todo en los círculos y escuelas rurales, juegos relacionados con la actividad económica fundamental del territorio en particular, debido esto a las vivencias que posee el niño sobre el trabajo de sus padres, familiares, vecinos o de la comunidad.

Todos nuestros centros poseen los juegos con los argumentos de la familia, la escuelita, el médico, el policlínico y otros de carácter general, pero muchas educadoras y maestras no tenemos en cuenta las vivencias reales de nuestros niños, ni tenemos un diagnóstico certero de qué le gusta jugar al niño y por qué.

No debemos limitar el juego de los niños por las carencias materiales que podamos tener a la hora de realizar determinado juego o introducir un nuevo rol, para lograr que el juego se convierta en un medio de educación y apropiación de nuevos conocimientos y que a su vez contribuya al desarrollo integral de la personalidad no debemos permitir que nuestros niños jueguen por jugar, sino que tenemos que hacer de este juego una actividad provechosa que estimule la independencia, la imaginación y que a su vez sin perder su carácter lúdico influya de alguna manera en el desarrollo de la vocación y si esta está aparejada al futuro desarrollo económico e industrial del territorio, estaríamos resolviendo o menguando un gran problema que afecta actualmente a nuestra provincia.



Para poder realizar los juegos de roles con valor productivo que respondieran a la actividad económica fundamental del territorio donde la institución infantil está enclavada y enriquecer de esta forma las áreas de juego, nos dimos a la tarea de desarrollar un sistema de actividades por etapas para lograr la correcta introducción de estos juegos y su adopción por el niño.

Para este sistema de acciones tuvimos cuenta los principios del proceso educativo que permitieran la articulación de cada una de las etapas entre las que se destacan:

- El centro de todo proceso educativo lo constituye el niño.

Al organizar el nuevo juego de roles, los métodos y procedimientos que se utilizaran, pensar primeramente en el niño como centro de todo este proceso, sus intereses, necesidades y posibilidades reales, verlo como un ente activo que sea capaz de desarrollar el rol seleccionado basado en las experiencias y vivencias adquiridas.

- El adulto desempeña un papel rector en la educación del niño.

En este caso, la educadora como responsable de esta actividad, conoce los intereses de los niños, sus preferencias en el juego, las vivencias que han adquirido, por lo que es quien determina que nuevo rol introducir, que métodos y procedimientos utilizar para ello, así como las acciones a seguir que propicie la participación conjunta con los niños en el desarrollo del juego.

- La integración de la actividad y la comunicación del proceso educativo.

Este principio debe verse en el transcurso de toda la actividad lúdica, la comunicación afectiva con el niño constituye un fundamento esencial de esta actividad, no solo con el adulto sino la libre comunicación entre los mismos niños que propicie el intercambio de experiencias, ideas, vivencias y enriquezcan de esta forma el juego que desarrollaran.

- La vinculación de la educación del niño con el medio circundante.

No se trata de sobrecargar al niño con todos los oficios o profesiones sino de vincularlo con el medio en el que se desenvuelve, aprovechar el juego para acercarlos a su realidad, que la comprenda y la haga suya, apropiándose de conocimientos elementales de determinada profesión.

- La unidad entre lo instructivo y lo formativo.

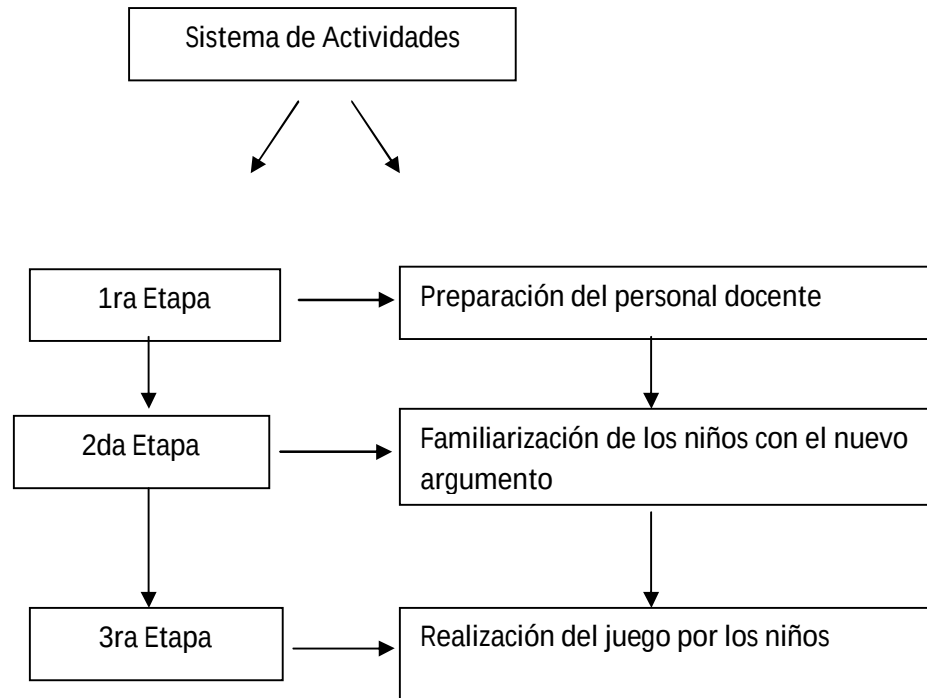
En este tipo de juego, se evidencia esta unidad, a medida que el niño vaya conociendo, descubriendo nuevas formas de juego, se vaya relacionando con las diferentes profesiones u oficios, en esa misma medida irá desarrollando sentimientos de amor, respecto hacia la labor que realizan las personas y la satisfacción de realizar tareas sencillas en correspondencia con lo ya aprendido.

- La vinculación de la institución infantil y la familia.

Las influencias que el niño recibe en el hogar se evidencian en la institución infantil por lo que para el logro de los objetivos propuestos estas deben trabajar en estrecha relación, muchas de las



vivencias entorno a oficios o labores los niños las adquieren en el hogar, por lo que la educadora debe saber indagar y explotar las potencialidades que presenta la familia para el desarrollo de los diferentes juegos que se propongan.



Preparación del personal docente

Temas de Capacitación.

- ❖ El Proceso de Orientación Profesional. Etapas.
- ❖ La Orientación Profesional en la Educación Preescolar.
- ❖ Taller sobre las profesiones prioridades sociales del territorio.
- ❖ La dirección pedagógica del juego en función de la orientación profesional.

Actividades

- ❖ Visualización de spot y documentales sobre el nuevo argumento.
- ❖ Visita a centro de trabajo seleccionado.
- ❖ Elaboración de medios para el desarrollo del rol.
- ❖ Creación de condiciones para el desarrollo del rol.

Familiarización de los niños con el nuevo argumento

- ❖ Conversaciones con los niños sobre el nuevo argumento.
- ❖ Proyección de spot, observación de láminas, de dibujos animados relacionados con el nuevo argumento.
- ❖ Visitas a los centros seleccionados y conversatorio con sus trabajadores.

En esta etapa se considera de vital importancia la utilización de los métodos orales (explicaciones, preguntas, proposiciones, conversaciones).



Utilizado este en todo el proceso de familiarización con el objetivo de enriquecer las acciones que realizarán los niños, utilizar sugerencias para orientar a los niños, proponiéndoles a qué jugar y cómo jugar, teniendo en cuenta sus intereses, nunca imponiendo el juego. Utilizar las preguntas para precisar la trama del juego, que papeles o acciones se pueden desempeñar en el rol elegido por el niño y así establecer una conversación de modo que los niños comprendan cómo organizar las diferentes situaciones en sus juegos y poder desarrollarlas.

Realización del juego por los niños

- ❖ Conversación con los niños sobre el nuevo juego de roles.
- ❖ Adopción de los diferentes roles en el nuevo argumento.
- ❖ Participación de las educadoras en el juego de los niños para: darles a conocer las formas correctas de trabajo, accionar con los atributos, interrelaciones entre los diferentes roles

El método práctico (participación directa del educador en los juegos) como uno de los métodos de trabajo pedagógico en la dirección del juego no debe estar desligado al desarrollo del juego por parte del niño, con la utilización del mismo, la educadora demuestra cómo realizar adecuadamente las acciones lúdicas, demostraciones que deben ser breves, participará de forma directa en juego desempeñando un rol de este y luego dejara a los niños que desempeñen el mismo.

Con la puesta en práctica de estas acciones y el logro del desarrollo de estos juegos se obtuvo como resultado que los niños se motivaran con juegos y acciones que eran de su conocimiento, por lo que su desempeño era fluido y con independencia, correspondió entonces al personal docente y en la participación directa de sus juegos ir formando una posible vocación que deberá seguirse trabajando en etapas posteriores como parte del seguimiento a la entrega pedagógica y continuidad del proceso de orientación profesional vocacional.

CONCLUSIONES

1. El proceso de orientación profesional debe desarrollarse desde la infancia preescolar y uno de los medios esenciales para ello dentro del proceso educativo es el juego de roles.
2. Con la introducción de estos nuevos juegos roles se pudo ampliar los conocimientos que poseen los niños sobre aquellas profesiones u oficios que le llaman la atención, potenciar el proceso de orientación profesional desde la infancia preescolar. Se pudo preparar a las educadoras en temas esenciales para llevar a cabo este proceso teniendo en cuenta las inclinaciones de los niños en el juego.

BIBLIOGRAFÍA

- Colectivo de autores.(1995). Estudio sobre las particularidades del desarrollo del niño preescolar cubano. La Habana. Ed. Pueblo y Educación.
- Elkonin, D. (1984). Psicología del juego. La Habana. Pueblo y Educación.



- Esteve Boronat, M. (1988). Estudio del juego como medio de educación, en investigaciones psicológicas y pedagógicas del niño preescolar. La Habana. Pueblo y Educación.
- Franco García, O. (1986). El juego en la edad preescolar. La Habana. Pueblo y Educación.
- (2006). Lecturas para educadores preescolares IV. La Habana. Pueblo y Educación.
- (2012). Selección de temas de la actividad lúdica y el juego. La Habana. Pueblo y Educación.
- P, Usova. (1979). El papel del juego en la educación preescolar. La Habana. Pueblo y Educación.
- Vigotski, L. S. (y) F.A. Sojin. (1983). El juego en la Pedagogía Preescolar. La Habana. Pueblo y Educación.

2.4. TÍTULO: LA REAFIRMACIÓN PROFESIONAL EN LA FORMACIÓN DE LOS PROFESORES: RETOS Y PERSPECTIVAS

Autores: Dra. C. Yanetsy García Acevedo, yanetsy.garcia@reduc.edu.cu

Dra. C. Silvia Colunga Santos, silvia.colunga@reduc.edu.cu

Dr. C. Jorge García Ruiz, jorge.ggarcia@reduc.edu.cu

RESUMEN

El desarrollo sostenible de toda sociedad depende en gran medida de los resultados del proceso formativo en las nuevas generaciones, para ello resulta indispensable alcanzar un egreso de alta calidad en la formación de profesores, con jóvenes realmente identificados con la profesión elegida según las demandas sociales. El presente trabajo constituye uno de los resultados de la investigación que aborda la reafirmación profesional en la formación del profesor. Pertenece al Proyecto de Orientación Profesional y a la sublínea de investigación que aborda la formación integral del estudiante, ambas se desarrollan en la Universidad de Camagüey (UC) "Ignacio Agramonte Loynaz". La actual propuesta pretende explicar los aspectos esenciales de una estrategia pedagógica para la reafirmación profesional en la formación del profesor y los principales resultados de su implementación desde la sistematización de la teoría que la sustenta. Ello se inscribe entre las posibles soluciones contemporáneas que permite develar retos y perspectivas en aras de mejores resultados en las carreras pedagógicas, lo cual constituye referente de obligatoria revisión para favorecer una formación cualitativamente superior en los futuros educadores. Se emplearon métodos teóricos (análisis-síntesis y sistémico estructural funcional), empíricos (análisis documental, entrevista, cuestionarios, análisis de los productos de la actividad, observación y pre-experimento) y estadístico-matemáticos (prueba no paramétrica de Wilcoxon, análisis porcentual, tablas y gráficos). Los resultados de la aplicación del pre-



experimento pedagógico, en un grupo de profesores en formación de curso diurno de la UC, demostraron su validez al promover la reafirmación profesional en la formación de estos.

Palabras claves: formación profesional del profesor, reafirmación profesional pedagógica, autodeterminación e identidad profesional pedagógica.

INTRODUCCIÓN

La comunidad científica especializada reconoce que el proceso de formación del profesorado es uno de los más importantes factores asociados a la calidad de la educación. Este se convierte en tarea priorizada de la sociedad cubana, la que requiere de una profunda visión social. Razón por la que la formación actual del profesor debe estar protagonizada por procesos que aseguren un egreso de alta calidad, a partir de las necesidades que la sociedad demanda.

A pesar de ello las licenciaturas en Educación siguen siendo de las carreras menos favorecidas en el ingreso. Muchos estudiantes aunque aprueban los exámenes para la Educación Superior prefieren no acceder a la Universidad con tal de no dedicarse luego a las tareas de instruir y educar. Luego de tal situación numéricamente afectada aparecen dificultades en la permanencia de los que deciden ingresar. Por último la calidad del egreso es en ocasiones cuestionada y en algunos casos los graduados no se incorporan a la vida laboral o abandonan la profesión.

¿Cómo transformar esta perspectiva? ¿Por qué debe hacerse de inmediato? ¿Qué importancia tiene no solo desbordar las aulas universitarias donde se forman profesionalmente los profesores, sino lograr su permanencia y un egreso de alta calidad con la preparación que se necesita? Son estas algunas de las interrogantes que merecen ser atendidas, pues aunque recurrentes aún no están resueltas, a pesar de los antecedentes teórico- metodológico con los que se cuenta.

En la sociedad de hoy el papel del profesional de la educación se hace cada vez más complejo. Ello se debe, entre otras razones, a los múltiples retos que se plantean a las nuevas generaciones, aparejados al avance y desarrollo social mediante la introducción de nuevas tecnologías y adelantos de la ciencia.

Aparece la necesidad de desarrollar la reafirmación profesional (RP) de los profesores que se forman, como garantía de la educación de la personalidad del educador a que se aspira. Para lo cual resulta indispensable asumir la escuela como el espacio más útil para el crecimiento humano. Es la Universidad ese espacio, siempre que sea cada vez más innovadora, científica, humanista y comprometida con el proyecto social como parte indisoluble. (Alarcón, 2016)

En igual medida es menester partir de los referentes teóricos que resultan consulta obligada cuando de reafirmación profesional pedagógica (RPP) se trata. Los investigadores que han abordado el tema desde la Pedagogía y la Psicología coinciden en que cuando la elección profesional ha sido adecuada y el proceso de estudio o preparación ha cumplido su rol en la orientación profesional, el sujeto se siente plenamente identificado con la profesión que elige,



estudia o ejerce.

De manera general la orientación es la actividad científica que implica ayudar con efectividad a alguien en un momento y un espacio dado para facilitarle el mayor nivel de crecimiento personal posible, según la etapa específica de desarrollo en que se encuentre y su situación social y personal concreta.

La orientación profesional pedagógica como un proceso continuo, prolongado y gradual, exige dirección científica y una obligatoria estructuración por etapas; no debe ser espontánea, por tanto es necesario que se desarrolle bajo un plan, concebido en atención a los múltiples factores que inciden en el aspirante a ser educador. En criterio de los autores del presente trabajo, desde las ideas de González y Mitjáns (1989, p. 202), los profesores en formación inicial, no solo durante su permanencia en la Universidad sino hasta dos años después del su egreso, responden a la etapa de RPP.

Con frecuencia, se identifican criterios equivocados acerca la orientación profesional pedagógica y la motivación profesional como procesos íntimamente relacionados. La motivación profesional pedagógica y la RPP se dan como procesos interdependientes. La orientación profesional pedagógica es una necesidad vital para los sujetos interesados en ser educadores, la misma facilita el desarrollo de los procesos cognoscitivos, afectivos, volitivos y motivacionales, lo que influye en la satisfacción de las necesidades e intereses profesionales relacionados con la profesión pedagógica. Pero no es el único aspecto a tener en cuenta en la RPP.

No caben dudas de que el fin de la orientación profesional de la personalidad en esta etapa es la autodeterminación profesional, como culminación exitosa del proceso formativo. Es, por consiguiente la RPP, una relación de ayuda que se establece con el profesor en formación para facilitar el proceso de desarrollo de su identidad profesional, a través de diferentes vías integradas al proceso formativo general, según la etapa evolutiva y la situación específica en que se encuentre.

Se reconoce el condicionamiento socio-histórico de la relación sujeto-profesión. Es a través del vínculo con otros, en un contexto social dado y en una historia personal concreta, que se construye la identidad profesional. Sólo una percepción de lo que Vigotsky (1982, 1995) llamó Situación Social del Desarrollo y la connotación de las vivencias, como unidad de análisis, permite llegar a claves teóricas-metodológicas para dirigir científicamente la RPP.

Por lo tanto, la orientación profesional pedagógica como proceso influyente en el proceso educativo de formación del educador, debe determinar los elementos conducentes a la RPP, etapa que se particulariza en función de la formación consciente con una actitud reflexiva, volitiva e independiente, que permite la autodeterminación de la profesión con un alto sentido de responsabilidad social y exigencia ética.



Desde lo antes expuesto se impone trabajar mancomunadamente en la RPP de los profesores en formación, desde propuestas que resulten contextualizadas, flexibles y novedosas. El objetivo de este trabajo es explicar los aspectos esenciales de una estrategia pedagógica para la RP en la formación del profesor y los principales resultados de su implementación en un grupo de profesores en formación de la UC.

DESARROLLO

De la RPP en la formación del profesor: reflexión ineludible.

La RP en la formación del profesor requiere partir del proceso de orientación profesional. Este ha sido objeto de múltiples estudios y experiencias desde disímiles perspectivas teóricas, enfoques y rasgo. Constituyen referentes teóricos las investigaciones de: González (1983, 2013); González y Mitjans (1989); Brito (1989); Domínguez (1992); González (1989, 1999 y 2011); González (1995); Del Pino (1999, 2003, 2009; 2011, 2013); D'Ángelo (2000); Matos (2003); Manzano (2005); Carmona, Sampedro y otros (2006); González (2005); Rojas (2010); Prado (2010); García (2010); Mayet (2012); Pardo, Cruz, Cruz, Suárez y Álvarez (2012); Escorcha (2012); Justiz y otros (2013); Daudinot (2013); Tejeda, Bacardí y Viamontes (2015); García, Colunga y García (2016). Algunos de los cuales abordan directamente la orientación profesional pedagógica y aspectos propios de la RPP.

Se parte del reconocimiento de la unidad dialéctica entre la naturaleza subjetiva- activa de la psiquis y su determinación histórico-social, lo que indica detenerse en el enfoque histórico - cultural. Los estudios se centran en dos temáticas esenciales: el problema de la elección profesional, y el abordaje de la motivación profesional como elemento determinante de la calidad de esa selección. El carácter personológico del proceso remite a entender el papel activo del sujeto en el proceso de selección, formación y actuación profesional.

La permanente activación de potencialidades (Zona de desarrollo potencial- ZDP) en el profesor en formación, desde la relación que se establece con el mismo para conocer su Zona de desarrollo actual (ZDA), a partir de diferentes técnicas, mecanismos, vías, es una prioridad. Lo que revela el valor innegable en este sentido de los "niveles de ayuda", la que está dada por el vínculo interpersonal en un contexto educativo que se facilita.

La orientación profesional es componente del proceso formativo para propiciar el desarrollo de motivos estables hacia la profesión. La RP, como la etapa en la que ocurre la consolidación de motivos e intenciones profesionales en el proceso de preparación para el futuro profesional y durante el ejercicio de la profesión, aún continúa siendo un tema polémico dentro de la Psicología y la Pedagogía.

Si se aprecia como proceso y resultado, es imprescindible la mirada hacia los propios impulsos que es capaz de tener el profesor en formación (su automotivación), con la generación de



expectativas que sean capaces de emocionarlo, involucrarlo afectivamente en función de alcanzar sus metas. Sin embargo, las ausencias de la atención al desarrollo afectivo en la Enseñanza Superior para la formación de profesores se dejan sentir y el énfasis en los aspectos cognitivos sigue eclipsando su importancia. Sobre el particular González (2013) defiende los conceptos de sentido y vivencia afectiva, unidos al reconocimiento de su carácter generador de las emociones. Es preciso apuntar la importancia del proyecto de vida personal- profesional para el desarrollo de la motivación, dada su valía como eje temático. También resulta significativo abordar que existe la necesidad de dirigir el proceso RPP, no solo al desarrollo de la esfera motivacional, sino también a la cognitiva de la personalidad del sujeto, es decir, al desarrollo de conocimientos y habilidades profesionales, así como al desarrollo de otras cualidades propias de la profesión pedagógica. Cada profesor que participa en el proceso formativo de los futuros docentes tiene el deber de cumplir con sus funciones. Todo profesor es tutor. El diagnóstico también es proceso determinante para el éxito de la labor del profesor universitario en la RPP del profesor en formación. Se adolece de una adecuada sistematización del diagnóstico, de la participación de otros agentes socioeducativos en el proceso, con el ejemplo personal como método necesario y, de la asunción de vías y técnicas, contextualizadas a la realidad de la situación social de desarrollo de estos jóvenes para que desde RPP se dinamice el proceso de formación profesional del profesor.

Los autores asumen que la *RPP* debe ser entendida como el proceso que conlleva a la expresión concreta de las transformaciones manifiestas en la consolidación progresiva de la personalidad del futuro docente, con énfasis en: su motivación, los conocimientos, las habilidades, así como las cualidades o formaciones profesionales y personales para la labor educativa; visto no solo durante el estudio y preparación para la profesión, sino en la actividad laboral inicial, lo cual se produce como resultado consustancial de la formación profesional del profesor, desde una adecuada implicación individual y grupal (García, Colunga y García, 2016a).

Asimismo, se concibe la formación profesional del profesor como proceso y resultado que sobreviene mediante la combinación coherente de un sistema de actividades en y desde la universidad, de manera que se alcance un desempeño dinámico, reflexivo y comprometido de los profesores que se forman; con asunción consciente, creativa y autorregulada del rol de educador profesional; mediatizado por la influencia coordinada de los diferentes agentes socioeducativos, responsables estos de seguir las insuficiencias y logros que se manifiestan, bajo el derrotero de la integralidad para un egreso de alta calidad según exige el encargo social (García, Colunga y García, 2016b).

Sobre la estrategia pedagógica para la RP: proposición necesaria.



Las estrategias pedagógicas deben propiciar la transformación del proceso pedagógico en aras de un objetivo común, bajo el desarrollo de acciones y las influencias que lo permitan. Se asume la definición de Sierra (2008) en el contexto de la formación profesional de profesores en la Universidad de Camagüey “Ignacio Agramonte”.

Se considera a la estrategia pedagógica para la RP en la formación del profesor como el sistema de acciones que direcciona el proceso pedagógico desde la integración de las influencias y contenidos profesionales, en función de lograr la autodeterminación identitaria profesional pedagógica.

La misma, permite concretar el desarrollo de la autorregulación reflexivo- movilizadora, la configuración relacional- actitudinal y la orientación metodológico-direccional como expresión del proceso formativo profesional del profesor. Posee premisas condicionantes para su concepción e implementación, así como características generales que la distinguen.

Resulta evidente la necesidad de determinar premisas condicionantes para la concepción e implementación de la estrategia. Se consideran imprescindibles las siguientes:

- 1- Partir del conocimiento reflexivo de todos, sobre “todo” lo referente a la realidad formativa profesional del profesor, lo que impone asumir el diagnóstico como proceso permanente y eminentemente participativo, desde la atención diferenciada.
- 2- Identificar a los profesores en formación como los actores fundamentales de la estrategia, de manera que demuestren el autoperfeccionamiento constante de su autonomía y autodeterminación, en íntima conexión con los necesarios procesos de socialización, compromiso y responsabilidad social.
- 3- Respetar la unidad entre lo cognitivo y lo afectivo en la actividad y la comunicación que llevan al desarrollo de la personalidad.
- 4- Concebir la preparación y sensibilización de los agentes socioeducativos, tiene un papel primordial el colectivo pedagógico de año; en aras de conformar expectativas positivas basadas en el desarrollo del Proyecto de vida profesional- personal de cada profesor en formación.
- 5- Programar su aplicación con una concepción educativa, humanista, participativa, interdisciplinaria, contextualizada, problematizadora, interventiva, proyectiva, sistémica; desde el vínculo de la teoría con la práctica pedagógica, de manera que los profesores en formación asuman una posición reflexiva, emotiva, valorativa y transformadora hacia sí mismos, hacia los otros y respecto a las situaciones que se presentan en los diferentes contextos de actuación profesional.
- 6- Ofrecer los debidos niveles de ayuda en cada situación de aprendizaje es responsabilidad de todos los agentes socioeducativos involucrados en el proceso, rectorado por el docente



universitario. Las relaciones empáticas, sistemáticas y de intercambio de opiniones resultan de gran importancia para el éxito de las acciones formativas propuestas.

- 7- Reconocer cada acción como parte de la orientación profesional pedagógica; visto este como proceso continuo, gradual, integral, participativo, que consolida las bases de la formación pedagógica.
- 8- Conservar la unidad funcional entre los conocimientos y la sistemática reflexión y debate de toda la información recibida en su aplicación en la práctica, para alcanzar un nivel adecuado de autodeterminación identitaria profesional en los estudiantes.
- 9- Mantener la coherencia en las acciones desde cada componente del proceso formativo, desde vías novedosas y bajo la consideración de que el grupo es contexto obligatorio donde el ejemplo personal de los profesores universitarios y de la microuniversidad favorece la reafirmación de su perfil profesional pedagógico.
- 10-Determinar el “fin” u objetivo del conjunto de actividades a desarrollar para cada uno de los niveles a los que alcanza la estrategia pedagógica para la reafirmación profesional.
- 11-Determinar y dominar los indicadores del control y evaluación de la RPP para ser empleados desde los primeros años hasta al menos dos años luego del egreso, proyectado desde el colectivo de carrera.
- 12-Garantizar las condiciones materiales mínimas de conectividad, bibliografía, uso de las tecnologías que permitan el apoyo al proceso de formación profesional del profesor.

Por consiguiente, la estrategia para la RPP debe contener como características generales:

- ✓ Carácter sistémico y flexible.
- ✓ Carácter socializador y contextualizado.
- ✓ Carácter integrador e interdisciplinario.
- ✓ Carácter intencional, protagónico y consensuado.
- ✓ Carácter diversificado y desarrollador.

El objetivo general es favorecer la RP desde la formación del profesor, en función de minimizar las insuficiencias que se presentan. Consta de tres etapas interrelacionadas dialécticamente, contentiva cada una de objetivos, acciones fundamentales y orientaciones metodológicas generales para la instrumentación de las acciones correspondientes a la etapa. Las mismas se resumen a continuación.

Primera etapa: Diagnóstico de la realidad del proceso formativo referente a la RPP y sensibilización de los agentes socioeducativos. Permite determinar el estado inicial de la RP en la formación del profesor, al tiempo que se implica a los agentes socioeducativos involucrados en el proceso desde el llamado a su comprensión y sentimientos afectivos con la profesión pedagógica.

Objetivos:



- Diagnosticar el estado actual y potencial de RP en la formación del profesor.
- Asegurar las condiciones previas (objetivas y subjetivas) para la ejecución de la estrategia pedagógica.

Acciones fundamentales: Determinación de los indicadores e instrumentos para evaluar el estado de la reafirmación profesional en la formación del profesor. Aplicación posterior de los instrumentos de diagnóstico, según García (2010). Procesamiento y análisis de los resultados con la visión de elaborar los pronósticos individuales y grupales. Identificación de los niveles de desarrollo de los indicadores establecidos para determinar la marcha de la reafirmación profesional en la formación del profesor. Discusión de los resultados con el colectivo pedagógico de año y con los profesores en formación (individual y grupalmente), se utilizan mecanismos comunicativos eficaces como el diálogo reflexivo. Valoración de la realidad educativa en la Universidad, la familia, la comunidad y la microuniversidad de manera específica; así como de las condiciones objetivas y subjetivas (recursos materiales y espirituales existentes) que posibilitan o entorpecen (insuficiencias y potencialidades) el cambio deseado en la reafirmación profesional del profesor en formación. Proyección conjunta de los pronósticos de transformación progresiva tanto a nivel individual como grupal. Desarrollo de diálogos de saberes y sesiones de trabajo metodológico, con los docentes universitarios de los colectivos pedagógicos de carrera y año, y tutores, con el empleo fundamentalmente de la clase metodológica instructiva y talleres metodológicos para la planificación consensuada de las líneas del trabajo. Desarrollo de talleres vivenciales con el resto de los agentes socioeducativos que permita sensibilizarlos y prepararlos para incidir en la reafirmación profesional en la formación del profesor.

Segunda etapa: Planificación conjunta y ejecución de las acciones pedagógicas para la RPP. Consiste en proyectar de manera conjunta (todos los agentes involucrados) las acciones de la estrategia pedagógica para la RPP; de manera que se puedan ejecutar desde una concepción previa en función del objetivo general.

Objetivos:

- Diseñar las acciones (individuales y/o grupales) que posibiliten la implementación de la estrategia a partir de los resultados del diagnóstico inicial y de la sensibilización lograda.
- Implementar en la práctica educativa las acciones estratégicas diseñadas para la reafirmación profesional en la formación del profesor, con una adecuada distribución de tareas específicas entre los agentes implicados en el proceso.

Acciones fundamentales: Definición de los objetivos para el año desde los objetivos del Modelo del profesional y de cada disciplina, puestos en concordancia con la RPP, de manera que se logre imbricar este al proceso de formación profesional del profesor. Proposición de las acciones estratégicas desde el rol profesional de los profesores y tutores, con la implicación activa de los



profesores en formación, sobre la base de la estrategia educativa del grupo y los proyectos de vida personal-profesional de los futuros docentes. Las acciones estratégicas relacionadas directamente con los profesores en formación pueden ser consideradas como *situaciones formativas experimentales*. Elaboración las *tareas formativas experimentales* atendiendo a las situaciones propuestas desde cada asignatura, a partir de las pautas de la disciplina a la que corresponden, y bajo la conducción de las disciplinas FPG y FLI. Elaboración del plan de la práctica laboral, bajo las nuevas condicionantes según el resultado del diagnóstico, en aras de la RPP. Implementación de las acciones estratégicas propuestas. Realización de actividades docentes con todo el enfoque profesional requerido y verdadera atención a las diferencias individuales, que garantice la formación de las cualidades personales y profesionales pedagógicas desde las exigencias declaradas en el Modelo del profesional. Planificación, en el colectivo de año, de actividades de orientación profesional pedagógica para que sean desarrolladas por los profesores en formación durante su práctica laboral, de manera que establezcan nuevas vivencias afectivas positivas hacia la profesión. Intensificación del movimiento de los Alumnos Ayudantes, desde la evaluación y divulgación sistemática del resultado de su trabajo y la preparación profesional pedagógica que alcanzan; así como la participación en los exámenes de premio y otros eventos y/o jornadas estudiantiles, con la implicación de las organizaciones estudiantiles, así como del movimiento de la Pre reserva Especial Pedagógica (Pre-REP) para que asuman un rol más activo y protagónico en las actividades de la brigada, el reconocimiento a aquellos que más se destaquen, así como la crítica oportuna. Potenciación del aumento gradual de las exigencias, en el orden académico y modos de actuación, según lo establecido en la Resolución Ministerial 210/07, de manera que se refuerce además la formación en valores en correspondencia con el educador revolucionario y patriota que se aspira formar, vista la evaluación en su carácter integral. Seguimiento, desde los diferentes órganos de trabajo metodológico (carrera, año, disciplinas y asignaturas), del desarrollo progresivo de la motivación profesional, conocimientos de carácter profesional pedagógico, habilidades pedagógicas y cualidades, a través de las actividades académicas, investigativas y laborales. Sistematización del control al desarrollo de las acciones estratégicas, de manera que pueda evaluarse el avance alcanzado en la RPP desde la visión que se obtenga de la formación.

La ejecución de las acciones estratégicas planificadas para los profesores en formación (situaciones formativas experimentales) se concretan desde la solución a las tareas formativas experimentales con el desarrollo procedimental del método propuesto: experimento diagnóstico interventivo. Los procedimientos a seguir son:

Los procedimientos de este método son:



- Orientación de las tareas formativas experimentales a desarrollar: Independientemente del componente formativo al que responda la tarea, es necesario que el profesor en formación comprenda para qué va a realizar la tarea, qué va a hacer, cómo lo va a realizar, con qué recursos (personales, colectivos, materiales etc.) cuenta para hacerlo, cómo y cuándo se le evaluará, todo ello antes de la ejecución.
- Solución y/o respuesta a las tareas formativas experimentales en cada situación, con apertura a la posibilidad de expresión del profesor en formación. Implica que el educador profesional que acompaña la ejecución de las tareas propicie el intercambio y la libre expresión de cada docente en formación, de manera individual y grupal, lo que debe contribuir a afrontar la realidad de manera reflexiva y se constituye en el espacio contextual más trascendental de crecimiento individual-grupal. Es posible expresar nuevas ideas o incluso sus propias necesidades de tareas a desarrollar teniendo en cuenta su autoconocimiento. De esta manera que va dando respuesta a las tareas formativas desde cada situación.
- Seguimiento al desempeño del profesor en formación por parte de los agentes socioeducativos (bajo una guía consensuada del educador profesional o tutor): Los agentes socioeducativos se encargan de seguir el desempeño del profesor en formación durante la solución de las tareas formativas experimentales. El educador profesional o tutor es el responsable de preparar y guiar dicho seguimiento luego de llegar a consensos de actuación con dichos agentes. Se debe registrar el protocolo de desempeño del profesor en formación.
- Aplicación de tareas formativas experimentales análogas o con otros niveles de ayuda, con fines interventivos generadores de posibles transformaciones: Dada la necesidad de intervenir para alcanzar transformaciones en el proceso que acontece, es necesario que esto ocurra con el empleo de diferentes niveles de ayuda, dado el caso, o con tareas similares que requieran de otros niveles de desempeño. La ayuda profesional también puede implicar diferentes contactos de colaboración, no sólo con los profesores, sino también entre los propios profesores en formación.
- Socialización de los resultados formativos, a partir de la resolución de las tareas: Es el proceder que garantiza en mayor medida una actuación de crecimiento grupal, dado que no sólo permite llegar a conclusiones e intercambiar de lo hecho; sino que debe revelar la convocatoria para lograr nuevas metas desde el nivel alcanzado, de manera que cada profesor en formación autodetermina su actuación profesional pedagógica, demuestra las ganancias o insuficiencias que posee en su identificación con la profesión. Los resultados se exponen en plenaria, de forma que se establezca una comunicación efectiva.

Tercera etapa: Valoración del resultado y perfeccionamiento de la estrategia para la RP en la formación del profesor. Se considera en esta propuesta que la evaluación es proceso permanente



a lo largo de toda la aplicación de la estrategia; pero se destaca la necesidad de la valoración final de la efectividad de la estrategia y la posibilidad de su evolución paulatina, en aras de que se cumpla el fin propuesto.

Objetivos:

- Comprobar el estado final de la reafirmación profesional en la formación del profesor, luego del estímulo que representa en la realidad educativa la implementación de las acciones estratégicas.
- Valorar el desarrollo de la estrategia, y realizar adecuaciones pertinentes para su perfeccionamiento.

Acciones fundamentales: Aplicación de instrumentos para el diagnóstico de los resultados de la implementación de la estrategia pedagógica para la reafirmación profesional en la formación del profesor. Ejecución de la coevaluación, la heteroevaluación y la autoevaluación de los profesores en formación en lo individual y lo grupal, con el fin de determinar desarrollo alcanzado en estos a partir de la realización de las acciones estratégicas. Participación en espacios de intercambio entre profesores de la Universidad pertenecientes al colectivo pedagógico de año, familiares de los profesores en formación, docentes de las microuniversidad, los propios profesores en formación y otros agentes socioeducativos; con el fin de exponer las experiencias, resultados más trascendentes, así como los criterios de los principales logros e insuficiencias de la intervención estratégica. Se propone entrevista grupal con los profesores en formación. Valoración de los resultados con responsables claves de la formación profesional del profesor (Jefe de colectivo de carrera y Profesor principal de año académico), para contrastar el antes y el después con respecto a la implementación de la variable independiente. Valoración cuali-cuantitativa de los resultados alcanzados de manera general. Intercambio de ideas con otros docentes para tratar propiciar la socialización y el enriquecimiento de la estrategia (en reuniones de departamento, colectivos de año, colectivo de las disciplinas FPG y FLI, entre otros). Rediseño perfeccionado de las acciones necesarias para optimizar el logro del objetivo general propuesto en la estrategia pedagógica, sobre la base de los criterios provenientes de los diferentes agentes socioeducativos que intervienen en el proceso de formación profesional del profesor.

Principales resultados de la aplicación de la estrategia pedagógica para la RP: una contribución meritoria.

Para la implementación parcial de la estrategia pedagógica y la valoración de los resultados experimentales obtenidos se selecciona, de manera intencional, el grupo de tercer año, de curso regular diurno, perteneciente a la carrera Licenciatura en Educación, especialidad Educación Laboral- Informática, de la UC "Ignacio Agramonte Loynaz". La muestra es de 23 futuros docentes



del referido grupo y 12 profesores del colectivo pedagógico de año y tutores. Se desarrolla durante una etapa del curso 2015-2016.

Se recurre a un pre-experimento, que corresponde al tipo de estudio pre-test y pos-test. A través de la intervención en la práctica se desarrollan las acciones estratégicas, se compara el estado inicial con respecto a los resultados de la constatación final, luego de la implementación de la propuesta.

El pre-experimento se organizó en tres momentos, bajo la lógica de las etapas diseñadas para la propia estrategia pedagógica: Momento I: Diagnóstico-sensibilización de los profesores universitarios y demás agentes socioeducativos. Momento II: Ejecución de la estrategia para la RP en la formación del profesor. Momento III. Evaluación de la estrategia para la RP en la formación del profesor.

La valoración de los resultados experimentales obtenidos con la implementación de la estrategia pedagógica para la RP en la formación del profesor permite reconocer que se producen transformaciones. De los 23 profesores en formación que participan en el pre-experimento, en 19 que representan el 82,6%, se produjo un ascenso de nivel. Inicialmente 13 profesores en formación (57%) se encuentran en nivel bajo y dos en nivel alto (4%). Luego de la implementación de la estrategia pedagógica, 9 (39%) se ubican en nivel alto y solo dos (9%) en nivel bajo.

Se puede asegurar que existen avances significativos en la RP en los profesores en formación que participan el pre-experimento. Estos resultados se constatan al aplicarse además la prueba no paramétrica de rangos señalados y pares igualados de Wilcoxon para muestras pequeñas, donde se toman hipótesis estadísticas. Los puntajes relativos a la RP en los profesores en formación, antes y después de aplicada la estrategia pedagógica, difieren significativamente.

De manera general la aplicación de la estrategia pedagógica para la RP conllevó a que:

- Los profesores en formación manifiesten intereses cognoscitivos y generen expectativas positivas hacia la profesión pedagógica. Además, desarrollen habilidades y cualidades profesionales.
- Se favorezca una autovaloración desde el autoconocimiento.
- Se emitan valoraciones acertadas y positivas.
- Se consolide la integración entre los procesos formativos.
- Se fortalezca la formación profesional del profesor.
- Los agentes socioeducativos se integren al proceso de formación profesional del profesor, expresen su satisfacción con la estrategia pedagógica, así como ideas valiosas en aras de la RPP los futuros educadores.

También, se determinaron los aspectos que constituyen entropías en el proceso de RPP: La lejanía de algunas familias y no colaboración de algunas de ellas por considerar sus hijos



mayores, el bajo nivel de implicación de dos de los profesores en formación y también la enfermedad y muerte de una de las familiares.

CONCLUSIONES

El presente trabajo permite reflexionar en torno a que:

- La RPP es proceso permanente dentro de la formación del profesor, su existencia apunta a mejorar la permanencia y el egreso de los docentes que se forman, desde el desarrollo personal y profesional por lo que constituye un reto lograr el desarrollo de ambos procesos de manera consustancial.
- La estrategia pedagógica para la RP en la formación del profesor que se propone consta de tres etapas y se desarrolla a partir de acciones estratégicas. Esta favorece la RPP en función de lograr mayor permanencia en la carrera y un egreso de más alta calidad como perspectiva a seguir en el proceso de formativo profesional del profesor.
- Los resultados alcanzados con la implementación de la estrategia pedagógica para la RP fueron positivos; posibilitaron corroborar la efectividad preliminar de la misma. La valoración de dichos resultados permite avizorar la posibilidad de influir en la formación profesional del profesor en aras de resolver problemáticas latentes que constituyen un reclamo social.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alarcón, R. (2016). Universidad innovadora por un desarrollo humano sostenible: mirando al 2030. Conferencia Inaugural Universidad 2016 10mo Congreso Internacional de Educación Superior. Ministerio de Educación Superior. La Habana, Teatro Karl Marx, 15 de febrero de 2016.
2. Brito, H. (1989). Consideraciones en torno a la efectividad de la motivación. La Habana: Pueblo y Educación.
3. Carmona, B, Sampedro, R. y otros. (2006). Proyecto. Estrategia provincial de orientación profesional pedagógica. UCP José Martí Pérez. Camagüey. Cuba.
4. Domínguez, L. (1992). Caracterización de los niveles de desarrollo de motivación profesional en jóvenes estudiantes. Tesis Doctoral. Universidad de La Habana. En soporte digital.
5. D'Angelo, O. (2000). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. Revista Cubana de Psicología Vol. 17, No. 3. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas. La Habana.
6. Daudinot, J. (2013) La reafirmación profesional pedagógica desde el trabajo con la familia en la Universidad de Ciencias Pedagógicas. Tesis de Doctorado inédita. Universidad de Ciencias Pedagógicas "Enrique José Varona", La Habana, Cuba.
7. Del Pino, J. L. (1999). La orientación profesional desde el ámbito educacional. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba.



2.5. TÍTULO: LA MÚSICA EN EL PROCESO FORMATIVO DEL INSTRUCTOR DE ARTE.

Autora: MSc. Yaima de las Mercedes Mariño Camejo.yaimamc@ult.edu.cu

Dra. C. Aleida Best Rivero. aleidabr@ult.edu.cu

RESUMEN

El proceso de enseñanza-aprendizaje en el nivel superior requiere de su perfeccionamiento a partir de las nuevas transformaciones que se desarrollan. En la práctica pedagógica se evidencian limitaciones en la preparación de los docentes acerca de cómo se imparte la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música en la carrera de Instructores de Arte, lo cual nos conduce a la realización de esta investigación. La propuesta define métodos y procedimientos que permiten preparar al profesor en la elaboración de ejercicios para lograr el abordaje de los contenidos con un enfoque integrador.

Palabras clave: taller, Instructor de Arte, preparación del docente

INTRODUCCIÓN

La enseñanza universitaria requiere que los profesionales en formación dominen un conjunto de conocimientos y habilidades que les permita transitar por todos los niveles para alcanzar metas superiores. En este sentido, la autora considera que a través de la preparación de los docentes con un enfoque integrador puede lograrse un aprendizaje significativo en el campo artístico pedagógico.

Para cumplimentar esta meta es preciso fortalecer la preparación de los docentes al nivel que demanda el desarrollo de la educación cubana en la actualidad, que contribuya al desarrollo de estrategias de aprendizaje y estilos de pensamiento integradores en los estudiantes, que les permitan aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser.

La preparación de los docentes ha sido objeto de diversas investigaciones en las ciencias pedagógicas entre las que se distinguen: Addine, F. (2002,2004), Morales, X. (2012), García, G. (2004), Remedios, J. M. (2005,2006), Cueto, R. (2006), Achiong, G. (2006,2007,2008), Vidal, C. (2008), Suárez, M. (2008), como idea rectora en estos estudios se observa coincidencia en el carácter de proceso que debe tener la preparación, la necesidad de lograr elevados niveles de motivación intrínseca de modo que el docente se implique en los cambios, el rol de la auto preparación y de la autoevaluación.

La autora, con 13 años de experiencia en el sector educacional, 7 en la Escuela de Instructores de Arte y 6 en el nivel superior con la Licenciatura en Educación: Instructor de Arte, a partir de la revisión del plan del proceso docente, de las disciplinas, las orientaciones metodológicas de la carrera, el modelo del profesional y las exploraciones realizadas, entre ellas entrevistas, encuestas, observaciones a talleres, actividades político-culturales, evaluaciones de talleres finales, pudo constatar que existen limitaciones en la preparación de los docentes en torno a la



metodología del taller como forma de organización docente, en función de la enseñanza de los contenidos con enfoque integrador.

Lo antes expuesto evidencia la contradicción que se establece entre los requerimientos actuales que se plantean a los docentes para la enseñanza de la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música sobre el tratamiento a los contenidos con enfoque integrador y las insuficiencias que se revelan en la práctica pedagógica, lo que limita la calidad del egresado si se consideran las exigencias del modelo del profesional.

Para solucionar la problemática referida se consideró pertinente fundamentar desde la teoría el taller como forma de organización docente y las potencialidades que ofrece para el proceso formativo del Instructor de Arte.

DESARROLLO

En el campo de la Pedagogía y la Didáctica el taller se categoriza como método, o como procedimiento, o como técnica y/o forma de organización del proceso pedagógico.

Las formas organizativas constituyen el componente integrador del proceso de enseñanza-aprendizaje, en ellas se interrelacionan todos los componentes del proceso. Las formas responden a la pregunta ¿cómo organizar el proceso de enseñanza aprendizaje?

Labarrere, G. (1988) plantea que las formas de organización de la enseñanza son: las distintas maneras en que se manifiesta externamente la relación profesor-alumno, es decir, la confrontación del alumno con la materia de enseñanza bajo la dirección del profesor.

Álvarez de Zayas, C. (1989), define las formas de organización como: la organización, el orden que adopta el proceso para alcanzar el objetivo, en el que se destaca primero que todo, la relación profesor-estudiante. Así, el proceso docente educativo puede llevarse a cabo de una forma tutorial, en el que el profesor atiende a un solo estudiante, o se puede desarrollar también con un grupo de estudiantes.

En estas definiciones se destacan las formas de organización, como lo externo del proceso, su manifestación más visible. Es importante tener presente la concepción dialéctico- materialista de la unidad del contenido y la forma, en que se demuestra que esta última se manifiesta como un reflejo de procesos internos profundos y complejos que se originan en la actividad y comunicación que se produce entre lo sujetos y objetos que se implican.

El docente tiene el reto de estimular en sus estudiantes una posición activa y transformadora; lo que significa un esfuerzo intelectual que exige orientarse en la tarea, reflexionar, valorar, suponer, llegar a conclusiones, argumentar, utilizar el conocimiento, generar nuevas estrategias; desde una elevada motivación intrínseca por ese aprendizaje.

El logro de tales propósitos requiere que en la preparación se reflexione en la necesidad de organizar y desarrollar actividades de enseñanza aprendizaje que propicien las condiciones para



potenciar la unidad cognitivo afectiva desde posiciones desarrolladoras. Se debe enfatizar en el rol del docente durante la fase de orientación, para evitar la tendencia a la ejecución, y garantizar el protagonismo del estudiante en los diferentes momentos de la actividad.

En la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música se debe prestar especial atención a las formas de organización de la docencia. Por excelencia se utiliza la clase-encuentro, pero otras como el taller hacen de la clase un espacio productivo.

En la resolución 210/07, reglamento para el trabajo docente y metodológico en la Educación Superior en Cuba, artículo 110, se plantea que el taller es el tipo de clase que tiene como objetivo específico que los estudiantes apliquen los conocimientos adquiridos en las diferentes disciplinas para la resolución de problemas propios de la profesión, a partir del vínculo entre los componentes académico, investigativo y laboral.

El taller contribuye al desarrollo de habilidades para la solución integral de problemas profesionales en grupo, para el grupo y con la ayuda del grupo, donde primen las relaciones interdisciplinarias.

En este sentido, por las características en la que se desarrolla la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música y las particularidades de las asignaturas que la conforman y los contenidos que se abordan, el docente los desarrolla a partir de la forma de organización taller.

Actualmente, se denomina taller a las diversas actividades pedagógicas, dígame taller científico, taller de artes, taller de educación sexual. Frecuentemente, en las actividades de postgrado, también se le llama taller a las actividades donde se exponen experiencias acerca de una temática específica.

Castilla, Ilianet (2013), en su artículo: Lo artístico, lo pedagógico para la orientación profesional en Instructores de Arte hace alusión a quela palabra “taller”, tiene su origen en el vocablo francés “atelier” que significa estudio, obrador, obraje, oficina. Esta palabra ha sido utilizada en las más diversas formas y por lo tanto ha propiciado la existencia de muchas definiciones sobre el término. Expresa, además, que existen disímiles formas de talleres, con distintos objetivos y es utilizado en diversos niveles.

Refiere, además, que un taller es una metodología de trabajo en la que se integran la teoría y la práctica. Se caracteriza por la investigación, el descubrimiento científico y el trabajo en equipo que, en su aspecto externo, se distingue por el acopio (en forma sistematizada) de material especializado acorde con el tema tratado teniendo como fin la elaboración de un producto tangible. Un taller es también una sesión de entrenamiento o guía de varios días de duración. Se enfatiza en la solución de problemas, capacitación, y requiere la participación de los asistentes.



Por otra parte, Castro, Ana C., Reyes, Milton (s/f) en su artículo: Consideraciones teóricas-metodológicas generales sobre los talleres que conciben y conducen los Instructores de Arte, brindan fundamentos que a continuación se enuncian y que son válidos para la investigación que se realiza:

El taller es una de las formas de organización práctica y desarrolladora del proceso de enseñanza – aprendizaje que más flexibilidad y riqueza ofrece en sus alternativas didácticas. Se caracteriza por ser un espacio interactivo, de construcción conjunta, en el que se desarrollan capacidades y habilidades en un clima abierto, de confianza y libertad compartidas, de plena participación. Es un espacio para la elaboración en el grupo, en el que se estimula la realización individual y colectiva de los talleristas y se refuerza la formación en valores a través del intercambio de saberes y de la expresión de las formas de sentir, pensar, decir y actuar de cada participante.

De acuerdo con la selección de sus contenidos, sus métodos y procedimientos, los talleres deben garantizar siempre el protagonismo de los participantes. Es la participación, el eje fundamental de todo taller, en el que se articulan otros ejes no menos importantes como la circulación continua de información, la generación constante de acciones individuales o colectivas, la permanente comunicación entre todos y la elaboración teórica y/o práctica.

En su desarrollo se debe propiciar un ambiente afectivo donde se produzca una comunicación dialógica y se reconozcan los roles propios de la dinámica grupal, con el docente como facilitador o guía de la elaboración colectiva de los conocimientos teóricos y/o prácticos, que no deja de ser conductor del proceso, pero que estimula constantemente el protagonismo de los talleristas, a los que se integra con naturalidad, sin imposiciones, con espíritu orientador y cooperativo.

A propósito, la Argentina, Reyes Gómez, Melba (1977) plantea que: El Taller... es una realidad integradora, compleja, reflexiva, en que se unen la teoría y la práctica como fuerza motriz del proceso pedagógico, orientado a una comunicación constante con la realidad social.

Ander-Egg, Ezequiel (1988): ..."el taller es esencialmente una modalidad pedagógica de aprender haciendo y se apoya en el principio de aprendizaje formulado por Froebel (1826) cuando dice: aprender una cosa viéndola y haciéndola es algo mucho más formador, cultivador, vigorizante que aprenderla simplemente con comunicación verbal de las ideas.

A partir de los elementos abordados por los autores citados, coincido con lo planteado por la Argentina, Reyes Gómez, Melba (1977), pues ofrece elementos que se consideran fundamentales y responden a la estructura que se utiliza en los Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música, donde se sistematizan e integran conocimientos y habilidades, se realizan análisis, reflexiones, se exponen vivencias entorno a un tema específico desde la teoría y la práctica.

Teniendo en cuenta lo abordado, se desarrollaron talleres para la preparación del docente sobre cómo elaborar ejercicios integradores, se toma como referente la metodología que ofrece



Proenza, M. (2017) y se adapta a las condiciones concretas del objeto de la investigación. A continuación, se enuncia la propuesta de talleres a realizar:

Taller I Organización y planificación del proceso de enseñanza aprendizaje de la disciplina con enfoque integrador.

Objetivo: identificar los nodos internos entre los contenidos de la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música para la enseñanza con enfoque integrador.

En este taller se desarrollan acciones que están directamente vinculadas con la preparación del claustro de profesores para la organización y planificación del proceso de formación sobre la base del enfoque integrador, de manera que se logre identificar los nodos internos en la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música.

Se preparan los docentes del colectivo a partir de los contenidos y de las indicaciones metodológicas de la carrera, en las vías para instrumentarlos a partir de las asignaturas de la disciplina. Se establecen las relaciones inter, intra y transdisciplinarias y se contextualiza el proceso de formación a partir de las exigencias de la carrera.

Teniendo en cuenta lo anterior se desarrollan las siguientes acciones:

1. Determinación de los niveles de implementación, en el modelo de formación, del modo de actuación a alcanzar en el año académico: nivel de conocimiento, nivel de desarrollo de cualidades de la personalidad y nivel de expresión en modos de actuación.
2. Determinación de los objetivos, problemas profesionales y cualidades de la personalidad que constituirán el núcleo integrador en el año académico para el desarrollo del trabajo educativo a partir de los niveles de implementación del modo de actuación profesional. Análisis de su concreción en los objetivos de las asignaturas.
3. Determinación del potencial que representa el contenido de las asignaturas del año académico al cumplimiento de los objetivos, la solución de los problemas profesionales identificados y la formación de cualidades de la personalidad.
4. Determinación de relaciones inter, intra y transdisciplinarias.
5. Identificar los nodos internos.

Taller II. Determinación de las habilidades y conocimientos de las asignaturas de la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música.

Objetivo: identificar el nodo integrador de la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música.

Este taller está encaminado a determinar las habilidades y conocimientos que atraviesan las fronteras de las asignaturas, luego identificar el eje central para elaborar la situación de aprendizaje del ejercicio integrador y seleccionar la asignatura desde la cual se va a orientar el ejercicio integrador.



Para ello se realizan las siguientes acciones:

1. Revisión de los programas analíticos de las asignaturas, con énfasis en los objetivos, contenidos, habilidades y valores a los que tributa para el aprovechamiento de las potencialidades educativas.
2. Identificación de objetivos, contenidos, habilidades y valores que contribuyen al logro de los objetivos formativos definidos para cada año académico.
3. Revisión y aseguramiento de recursos bibliográficos, tecnológicos y materiales en general que se requieren para su implementación.
4. Concepción del sistema de evaluación y de trabajo independiente de los estudiantes con carácter sistémico e integrador. Inclusión de indicadores a utilizar para su evaluación. Definición de etapas para su evaluación.
5. Concreción en los diferentes componentes de formación (académico e investigativo) de las acciones de instrumentación para el trabajo educativo. (Estrategia educativa)
6. Teniendo en cuenta las acciones anteriores se identifica el nodo integrador.

Taller III: Ejercicios integradores.

Objetivo: Elaborar ejercicios integradores según el año académico.

Este taller está encaminado a la preparación de los docentes en la elaboración de ejercicio integradores, de manera que garantice el protagonismo de los estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico de Música. Se realizan las siguientes acciones o procedimientos:

1. Determinación de la asignatura a través de la cual se va a orientar el ejercicio integrador.
2. Determinación de los contenidos que se desean integrar.
3. Determinación del nodo integrador: es aquel contenido que se manifiesta a través de habilidades y conocimientos y que atraviesa las fronteras de las asignaturas, permitiéndole al profesor su sistematización e integración y sirve de eje central.
4. Determinar los objetivos para el ejercicio integrador.
5. Elaboración del ejercicio integrador.

El desarrollo de los talleres debe promover el debate de las experiencias relacionadas con el tema tratado y se pueden presentar propuestas de solución a las orientaciones a partir del conocimiento adquirido.

El objetivo consiste en propiciar un ambiente adecuado entre los docentes a partir de dejar planteada la situación problémica que guiará el taller, se precisa el rol de cada participante.

Durante su desarrollo es factible emplear técnicas grupales de presentación que permitan despertar la motivación de los docentes hacia el taller, así como el uso de actividades que



contribuyan al protagonismo de los participantes, a partir del análisis y la reflexión, el intercambio de criterios y experiencias sobre el problema que se presenta.

Es importante, además, utilizar la auto evaluación de los docentes, enfatizando en sus aciertos y desaciertos, a partir de expresar qué debe cambiar, por qué y cómo hacerlo y también, trabajar con la coevaluación para lograr mayor nivel de socialización.

Al concluir cada taller se debe solicitar a los participantes opiniones personales y colectivas en relación con la actividad, de modo que se expresen los criterios de satisfacción o insatisfacción. En tal sentido es posible aplicar técnicas de dinámica grupal que permitan recoger los criterios grupales.

CONCLUSIONES

- La preparación de los docentes de la carrera de Instructores de Arte en la especialidad de Música constituye un reto en el proceso de integración de los contenidos en la disciplina TPAM, en aras de formar un profesional capacitado integralmente. Esto motiva la necesidad de enrumbar la preparación de los docentes como un proceso sistemático en los planos curricular y didáctica, hacia el cómo enseñar los contenidos de la disciplina con enfoque integrador.
- El diagnóstico de los docentes de la disciplina TPAM evidencia que, aunque poseen experiencia docente y preparación en sus perfiles específicos, manifiestan insuficiencias en el dominio de los contenidos integrados en los cuales no fueron formados como especialistas y los elementos didácticos vinculados con la enseñanza de esos contenidos con enfoque integrador.
- La respuesta a las necesidades de cambio en la preparación de los profesores de la disciplina Talleres de Perfeccionamiento Artístico Música para enfrentar las transformaciones curriculares expresadas en las insuficiencias detectadas requiere la aplicación de talleres metodológicos.
- Los talleres elaborados posibilitarán la preparación de los docentes con enfoque integrador, a partir de la investigación científica, en ella se pondera la autopreparación como forma básica que orienta la apropiación de los conocimientos conceptuales, procedimentales y actitudinales que debe poseer el docente.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez de Zayas, C. M. (1989). Fundamentos teóricos de la dirección del proceso docente-educativo en la Educación Superior Cubana. La Habana: Editorial MES.
2. Ander Eng, E. (1988). "Enfoque Participativo de Trabajo en Grupos. Fundación Alemana para el Desarrollo". En: B. González. *El Taller una nueva modalidad pedagógica*.



3. Castilla, I. (2012). Lo artístico, lo pedagógico para la orientación profesional en Instructores de Arte. En revista electrónica de Pedagogía Odiseo. ISSN 1870-1477 Año 10 No. 19, julio-diciembre 2012.
4. Castro, Ana C., Reyes, Milton (s/f). Consideraciones teóricas-metodológicas generales sobre los talleres que conciben y conducen los Instructores de Arte.
5. Labarrere, G. y. V., G. E. (1988). Pedagogía. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
6. Proenza, M. (2017) La comunidad universitaria del año académico como agencia movilizadora de la formación integral del profesional. En revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores. ISSN 2007-7890 Año IV No. 3 Mayo 2017.
7. Resolución 210 (2007).Reglamento para el Trabajo Docente y Metodológico en la educación superior.
8. Reyes Gómez, M. (1977). Reinventar la Escuela, una perspectiva desde la Educación Popular. Buenos Aires, Argentina: Centro de Investigación y Promoción Educativa y Social.

2.6. TÍTULO: RETOS Y PERSPECTIVAS EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN ARTÍSTICA DE LA UNIVERSIDAD LAS TUNAS

Autores: MSc. Elizabeth López Morales elizabethlm@ult.edu.cu

Dr. C. Aleida Best Rivero aleidabr@ult.edu.cu

RESUMEN

Ante la connotación del desarrollo acelerado de las ciencias y la técnica, ocupan un importante lugar las ciencias de la educación y en este contexto la formación inicial del personal docente es esencial, por su compleja misión de potenciar en el mundo la intervención de un hombre creador, transformador, capaz de resolver problemas, un individuo que acepte los retos de la sociedad moderna y que a su vez tire del desarrollo. Asumir la realidad anterior reconoce que una de las vías eficaces para alcanzar niveles superiores de profesionalidad de quienes dirigen el proceso de enseñanza - aprendizaje es el diseño de productos audiovisuales para el desarrollo del conocimiento, una inversión para el avance económico y social y una apuesta segura y justa hacia proyectos de desarrollo sostenible. La falta de bibliografías al alcance de los Instructores de Arte ha provocado poca preparación de los mismos en sus talleres y en los Colectivos Técnicos. De esta forma presentan bajos resultados en las comprobaciones de los conocimientos, así como dificultades en la explicación y solución en el proceso de enseñanza y aprendizaje. La investigación es de gran importancia teniendo en cuenta que al hacer una detallada valoración teórica y práctica del trabajo de los Instructores de Arte en el modelo educativo cubano, constituyendo de hecho un material de consulta, tanto para otras investigaciones como para la



aplicación práctica de la misma; que rinda la posibilidad y aportes que favorezcan su actualidad en otros momentos y contextos.

Palabras claves: tecnología, educación artística, enfoque de género

INTRODUCCIÓN.

Las sociedades actuales enfrentan enormes retos para elevar el nivel de vida, la educación y la cultura. El desarrollo científico tecnológico experimenta un ritmo de crecimiento sin precedentes, la época en que vivimos se caracteriza por el desarrollo alcanzado por las tecnologías que, basadas en los adelantos informáticos, las telecomunicaciones y la industria audio visual que ha devenido en llamarse Tecnologías de la Información y de las Comunicaciones, está produciendo saltos cualitativos que influyen en todos los sectores y en especial en la Educación.

En el Lineamiento 163 de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución, aprobados en el VI Congreso del Partido Comunista de Cuba, se expresa: “Continuar fomentando la defensa de la identidad, la conservación del patrimonio cultural, la creación artística y literaria y la capacidad para apreciar el arte. Promover la lectura, enriquecer la vida cultural de la población y potenciar el trabajo comunitario como vías para satisfacer las necesidades espirituales y fortalecer los valores sociales”, de este modo se reconoce la importancia de la educación artística y específicamente musical en la política del país, a la vez que se traza de manera general, la meta a alcanzar en este campo. En el documento programático se enfatiza: “Continuar fomentando el desarrollo de investigaciones sociales y humanísticas sobre los asuntos prioritarios de la vida de la sociedad, así como seguir perfeccionando los métodos de introducción de sus resultados en la toma de decisiones a los diferentes niveles”.

Todo lo que está relacionado con la preparación que nos corresponde brindar a nuestros estudiantes para que se inserten en un mundo donde predominan los avances de la revolución Científica – Técnica. De los cuales la escuela contemporánea cubana cuenta con la presencia de la informática y diversas tecnologías de novedad.

El desarrollo de la educación artística como filosofía de mejora del ser humano y política en las condiciones de la sociedad socialista ha sido expuesto desde los clásicos del marxismo, y se encuentra presente en la teoría y la praxis revolucionaria cubana.

Un tema recurrente es que son los propios medios de difusión, incontrolados en su diversidad, los que han contribuido a la degeneración de esta capacidad, o en los menos críticos, estos medios no contribuyen al logro de la meta formativa a nivel social.

De manera tal que la escuela no puede sustraerse al desarrollo de la ciencia y la técnica: está en la obligación de utilizar los avances científico-técnicos con vistas a ser eficientes en la formación del hombre del siglo XXI.

En Cuba, desde que nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro decidió la formación de los Instructores de Arte, lo pensó con el objetivo de realizar un cambio social en nuestro pueblo,



necesario para lograr uno de los fines de la Revolución; el enriquecimiento cultural y espiritual de este, mediante el arte y la cultura.

El Instructor de Arte tiene como función, la de estimular, promover y desarrollar en la población cubana el amor y respeto por la cultura universal y principalmente la nuestra. Por ende, la necesidad de mantener y elevar sus conocimientos y habilidades con el objetivo de lograr su labor. La Música, como las demás manifestaciones del arte contribuyen a la formación de una cultura general integral, por esto es necesario buscar estrategias que le permitan a los Instructores de Arte educar artísticamente desde los diferentes escenarios donde estos interactúan profesionalmente, ya que tienen dificultades con los materiales bibliográficos para desarrollar sus talleres y por ende, los materiales que aquí se incluyen van dirigido a ellos.

En estos días, las tecnologías informáticas ayudan, como utensilio para la recopilación y comunicación de la información. El uso de la computadora brinda grandes posibilidades a los Instructores de Arte propiciando la formación y desarrollo de su autopreparación.

La existencia en las escuelas de este medio informático, posibilita la unificación de bibliografías existentes de dicha manifestación, permitiendo al Instructor de Arte prepararse para impartir sus talleres y adquirir conocimientos. Teniendo como base los presupuestos aquí trazados, el presente trabajo tiene como **objetivo** valorar la importancia de la relación de las nuevas tecnologías y la educación contemporáneas, desde la perspectiva del empleo de Multimedias en la educación artística.

DESARROLLO

La tecnología y la Educación Artística: una conceptualización necesaria

La ciencia y la tecnología constituyen en la actualidad un importante objeto de investigación, en virtud del papel fundamental que les corresponde en la sociedad contemporánea.

De igual modo que la ciencia experimenta profundas transformaciones en su evolución, la técnica ha sufrido un proceso de diferenciación que originó la tecnología. En esta definición Núñez Jover refiere que aunque la técnica en mayor o menor medida está respaldada por conocimientos, su sentido principal es realizar procedimientos y productos y su ideal es la utilidad.

La tecnología "constituye aquella forma (y desarrollo histórico) de la técnica que se basa estructuralmente en la existencia de la ciencia"². La tecnología representa un nivel de desarrollo de la técnica en la que, la alianza con la ciencia, introduce un rasgo definitorio.

Ciencia y tecnología son fenómenos socioculturales complejos que poseen fuerzas motrices internas, por lo que su condicionamiento social no es lineal y mecánico. Tanto la ciencia como la

² Agazzi, E. El bien, el mal y la ciencia. Editorial Tecnos, S.A., Madrid. 1986. Citado por Núñez Jover en La ciencia y la tecnología como procesos sociales. Lo que la educación científica no debería olvidar.



técnica poseen sus especificidades, su influencia sobre las restantes actividades e instituciones sociales.

Un ejemplo fehaciente de la interrelación entre ciencia, técnica y tecnología se percibe en el surgimiento y evolución de la tecnología educativa, definida por Gómez, M (1997) como “arte aplicado, capaz de favorecer en la comunidad escolar la movilización de la información, el surgimiento y desarrollo de potencialidades individuales y colectivas, la participación crítica, constructiva y responsable dentro de una visión, métodos de trabajo, la rapidez y la inmediatez en la información”. A lo que añade que en ninguna medida podrán sustituir el carácter eminentemente humano y ejemplificante de su función educativa.

Investigadores, entre los que se destacan: Villarroel, C (1990), Bravo, C (1993), Fernández, B. e Isel Parra (1995), I: identifican la tecnología educativa, indistintamente como el conjunto de procedimientos, aplicación de conocimiento científico, como concepción, un enfoque sistemático. Otros como A. Gutiérrez (2009) y J. Rodríguez (2010) la han relacionado con la didáctica, pero si es necesario puntualizar que al integrarse al proceso de enseñanza aprendizaje, resulta inevitable analizarla desde la educación artística.

Para la autora de este trabajo la tecnología educativa es un resultado de un proceso contemporáneo de integración de los conocimientos científicos, cuyos propósitos están dados en optimizar la educación, resolver problemas pedagógicos teniendo en cuenta la aspiración que se desea lograr en los educandos, el rigor científico en el campo educativo, la mayor eficiencia y eficacia en los sistemas educativos y más efectividad y equidad en la educación.

En nuestro país se trabaja por introducir las tecnologías en las escuelas para ser utilizadas como objeto de estudio, como herramienta de trabajo y como medio de enseñanza. Mucho se ha escrito acerca de la utilización de las computadoras en la educación y no son pocas las clasificaciones que sobre su uso se han hecho. Se han identificado cuatro formas de utilizar la computadora como medio de enseñanza en el proceso educativo:

1. Para lograr el dominio de aprendizajes por reforzamiento y ejercitación.
 2. Para realizar procesos de aprendizaje por descubrimiento, a la manera de una interacción socrática.
 3. Para generar procesos de búsqueda en contextos de interacción eclécticos.
- Esta no es una clasificación rígida, cada una de estas formas tiene sus variantes y se suelen presentar combinadas en dependencia de los objetivos que se persiguen, los contenidos de aprendizaje, los recursos a emplear.

La llegada de las TIC a los centros educacionales posibilitó la aplicación de estos poderosos medios dotados de múltiples aplicaciones, los cuales al usarse convenientemente pueden constituir una herramienta útil a todas las materias docentes y en particular a la escuela misma.



Estos nuevos medios, reclaman la transformación del proceso didáctico y metodológico tradicionalmente usado en nuestros centros, y el Instructor de Arte juega un papel fundamental en la búsqueda de su superación y actualización de métodos, procedimientos y medios que propicien el desarrollo artístico y creador de los escolares.

Su efecto en el ámbito educativo fundamentalmente se da en:

La educación informal: a través de los medios de comunicación social y muy especialmente Internet. Aunque en algunos casos las informaciones adquiridas a través de estos medios muchas veces se desestructuran y llegan a ser poco precisos, la cantidad de tiempo que las personas les dedican y las infinitas posibilidades de acceso a atractivas informaciones multimedia que proporcionan no son suficientes, siendo estas una de las principales fuentes de preparación.

Las Tecnologías de La Información y las Comunicaciones (TIC) en su incesante desarrollo están ocasionando cambios en todas las esferas de la sociedad actual y la educación no es ajena al progreso de las tecnologías; estas se muestran como una necesidad en la evolución de la sociedad donde los vertiginosos cambios, la ampliación de los conocimientos y las demandas de una educación de alto nivel continuamente renovada se convierten en una exigencia permanente.

La utilización e integración de las Tecnologías de Información y Comunicación en el proceso educativo, es un reto enorme, no sólo para el docente sino también para los escolares y para las instituciones educativas. El uso de la tecnología facilita y potencia de manera importante el proceso de aprendizaje, proporciona dinámicas pedagógicas y metodológicas basadas en la colaboración, la comunicación y el acceso a una inmensa cantidad de recursos de información.

El docente puede contar con una gran variedad de herramientas o recursos tecnológicos para llevar a cabo su acción pedagógica y hacer que el proceso de enseñanza y de aprendizaje sea más significativo para el escolar.

Esta herramienta utilizada en la enseñanza, facilita el aprendizaje, el desarrollo de habilidades y distintas formas de aprender, estilos y ritmos en los escolares, es utilizada tanto para acercar al escolar al mundo, como el mundo al escolar, en investigaciones realizadas por pedagogos, psicólogos se ha podido comprobar que la implementación de La Multimedia Educativa como medio de enseñanza en las aulas ha arrojado como resultado un cambio favorable en la calidad del aprendizaje.

El maestro de la escuela cubana actual no puede olvidar cómo con la introducción de los nuevos Programas de la Revolución (existencia del Programa Audiovisual, la introducción de la Computación como disciplina desde la primaria y en todos los niveles de la Educación Básica, el Programa de Universidad para Todos y el Programa Libertad, dirigido a reactivar las bibliotecas escolares) el papel de los medios de enseñanza adquiere un redimensionamiento incalculable,



desde el punto de vista didáctico, que lo obliga a meditar cómo actuar en las nuevas condiciones para dar el salto cualitativo en la calidad del aprendizaje de los escolares.

Uno de los grandes retos de la escuela contemporánea es el adecuado uso de los medios audiovisuales y los medios técnicos en la era de la Tecnología, la Informática y la Comunicación. En la escuela cubana se han creado condiciones excepcionales, con una dotación de televisores, videos, laboratorios de computación, para llevar al escolar una educación acorde con su tiempo. Si los avances tecnológicos son cada vez mayores, los avances en la educación también deben serlo, contando con medios de enseñanza innovadores, actualizados, que logren motivar a los escolares al estudio por el conocimiento y la preparación autodidacta, en la clase o fuera de ella. Sin dudas, una vía eficaz para lograr la motivación por el conocimiento de materias es la multimedia.

El taller de apreciación es una de las formas fundamentales de organización del proceso de enseñanza aprendizaje que utiliza el Instructor de Arte, y por ser un espacio abierto donde se construyen conocimientos, capacidades, habilidades y hábitos y donde el escolar es el protagonista principal, facilita la reafirmación, de lo nuestro, lo autóctono, y lo distintivo en la escuela cubana actual como asunto de gran importancia para quienes educan.

Una de las vías para el logro de lo expresado lo constituye el elemento visual, lo que permite adquirir esta cultura para apreciar integralmente los objetos y fenómenos del medio circundante, lo que hace más profundo, diverso y completo el proceso del conocimiento, la multimedia constituye una vía esencial para lograr este objetivo.

La integración de las TIC, especialmente de los software educativos y la educación artística se erige en una problemática concreta que expresa necesidades prácticas de la sociedad y determina la búsqueda de nuevos resultados, pues en el contexto cubano no debe seguir la concepción mistificadora de que las tecnologías en general y los software en particular van a resolver los problemas, solo por el hecho de su novedad y enormes potencialidades, se precisa una integración bajo postulados que garanticen la formación integral del estudiante, usarlas para aprender a aprender, pero también para aprender a sentir; es decir, que no pueden aislar al ser humano, ni quitarle lo más preciado, que son sus sentimientos y valores sociales adquiridos.

Dentro de la tecnología educativa actual, en el contexto cubano se destaca la inserción de los software educativos en el proceso de enseñanza aprendizaje. Software diseñados en la modalidad de hiperentornos educativos y con un carácter curricular.

La inserción de los software educativos se hace con el propósito de mediar. Solo así estos recursos tecnológicos constituyen un medio y no una finalidad. Un medio que contribuye a optimizar la actividad y la comunicación de los profesores con los estudiantes, de estos entre sí, y de ellos con el contenido de enseñar.



Aunque hoy en día el término software educativo es uno de los más tratados en el campo de la tecnología educativa, en muchos de los trabajos que abordan el tema no aparece explícitamente definido, sin embargo, en este caso asumiremos la definición dada por Galvis cuando considera software educativo “*aquellos programas que permiten cumplir o apoyar funciones educativas*” (Galvis, 2000, p. 38) Es decir son programas informáticos que fueron diseñados para el cumplimiento de funciones dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los software educativos cubanos están organizados en colecciones para los diferentes niveles educacionales, así la Colección Multisaber está diseñada para la Educación Primaria, El Navegante para la Educación Secundaria Básica, Futuro para la Educación Media Superior. Entre los servicios informáticos que se ofrecen en estas colecciones se pueden citar la búsqueda y extracción de información, la ayuda en línea, impresión de documentos, el trabajo en red, efemérides, premios, consejos que acercan al estudiante tanto al currículo de las asignaturas como a la vida social de su comunidad y del país.

La educación artística brinda grandes oportunidades para el desarrollo de los estudiantes, está en las manos del personal docente la importante misión de formar un individuo que pueda determinar, buscar alternativas y solucionar problemas.

La educación artística, incluida en todos los niveles de enseñanza de la escuela cubana, juega un papel fundamental en la formación de esa cultura general que se quiere alcanzar en nuestro pueblo.

Las relaciones entre la tecnología y la educación artística evidenciadas en la utilización de multimedias está en el objetivo que se persigue con la inserción de la tecnología en la escuela. Mientras que, para los investigadores cubanos del tema, la simple dotación de hardware, software, cables, aparatos no convertirá a nuestros escolares en más inteligentes y productivos, para muchos de los investigadores, los países que conforman la **Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico**, por ejemplo, las tecnologías se erigen en un fin en si mismas, no las asumen como lo que realmente son: una herramienta poderosa para lograr el desarrollo acelerado de la educación, la ciencia, la producción de cualquier país.

El proceso de utilización ordenada y masiva de las tecnologías en nuestro país, tiene como objetivos la satisfacción de las necesidades de información y conocimiento de todas las personas y esferas de la sociedad, buscar más eficacia y eficiencia que permitan una mayor generación de riquezas que hagan sustentable el aumento sistemático de la calidad de vida de todos los cubanos.

En el caso específico de la educación cubana como expresión del desarrollo social, la escuela dispone de novedosas y variadas fuentes de conocimientos, entre las que se destacan por su impacto en el aprendizaje escolar, los software educativos, que necesitan de organización y



estructuración para la adquisición por los estudiantes de los conocimientos, ello debe conducir al perfeccionamiento del sistema educativo para ofrecer respuesta a los problemas que genera el desarrollo vertiginoso de los conocimientos.

En consecuencia debemos tener en cuenta las relaciones que se establecen entre la presencia de la tecnología y el aprendizaje escolar, entre la preparación del maestro y la eficiencia que se logre en el proceso de enseñanza aprendizaje, debe considerarse como contenido transversal al currículo y una responsabilidad de todos los educadores, independientemente de que existan asignaturas específicas (que sí deben existir), cualquier maestro o profesor puede desde su área de conocimiento abordar el estudio y el desarrollo de habilidades y actitudes relacionadas con las TIC.

Los software requieren integrarse al proceso de enseñanza aprendizaje mediante planes integrales basados en el análisis, la crítica y el desarrollo metodológico que necesite. Si el estudiante accede a ellos debe estar preparado para distinguir el conocimiento, criticar lo que lee, asumir una posición de principios ante la información y eso debe enseñarlo la escuela. Pero no en todas las escuelas la integración se pone en práctica de la misma manera y bajo las mismas condiciones, lo que influye en que sea esta una problemática compleja.

CONCLUSIONES

Es de gran importancia para el trabajo del Instructor de Arte, su preparación técnico -metodológica ya que los convierte en profesional es de su manifestación con conocimientos sólidos y altamente calificados para la impartición de talleres de apreciación y creación a cualquier edad.

Al comenzar la investigación existía un escaso nivel de preparación técnico- metodológico por parte de la mayoría de los Instructores de Arte de la especialidad de Música. Por lo que la multimedia tiene como fin erradicar estos elementos faltantes de su preparación, permitiéndole el acceso fácil y rápido a una gran cantidad de información en diferentes formatos, para mejorar su forma de concebir sus talleres.

Con el diseño de Multimedia se logran significativos cambios ante su variedad, reorganización, estructuración, regulación y control al planificar, además de reconocer, sus propias opiniones en la variedad de la Multimedia realizada; así como su influencia favorable en el comportamiento de sus expectativas, el cual logrará realmente la influencia educativa para la solución de algunos problemas existentes.

BIBLIOGRAFÍA

1- BORGES, M, A. BECERRA. (2012), Realidad y perspectivas de la educación musical en la escuela primaria en Cuba, Revista del Instituto Latinoamericano y Caribeño de Ciencia Pedagógicas.



2-Castañón, T.I. (2012), La Ciencia , la técnica y el desarrollo social en Cuba, Las Tunas, Revista Opuntia Brava.

3-CONGRESO DEL PARTIDO COMUNISTA DE CUBA.(6to. La Habana), (2011), Lineamientos de la política, económica y social, Editora Política.

4-FERNÁNDEZ, M. (2012) La Educación musical y las relaciones interdisciplinaria en la escuela primaria, Revista del Instituto Latinoamericano y Caribeño de Ciencia Pedagógicas.

5-HERNÁNDEZ RAMÍREZ, JOSÉ A. (2013), Los Avances de la Revolución Científico Técnico en la creación danzaria y su influencia en la formación del gusto estético, Material mimeografiado.

6-GONZÁLEZ CASTRO, VICENTE. (1979), Los Medios de enseñanza como componente del proceso de enseñanza-aprendizaje, La Habana, Ed...Pueblo y Educación.

7-MARX, CARLOS. (1976), contribución a la crítica de la Economía Política, en dos tomos, La Habana, Ed. Ciencias Sociales.

8-MENDOZA M.B, A.B CAMPANIONI. (2012) Realidad y perspectiva de la educación musical en la escuela primaria en Cuba, Revista del Instituto Latinoamericano y Caribeño de Ciencia Pedagógicas.

9-MERINO ÁLVAREZ, ELEMNIA. (2012), Los avances de la revolución científico técnica en la música y su influencia en la formación de la identidad musical local, Material mimeografiado.

10-NÚÑEZ JOVER, JOSÉ. (2007), La Ciencia y la tecnología como procesos sociales. Lo que la educación científica no deberá olvidar, La Habana, Ed. Pueblo y Educación.

11-SÁNCHEZ ORTEGA, PAULA (2012), Educación musical y expresión corporal, La Habana, Ed. Pueblo y Educación.

12-www.monografias.com/trabajos12/ciencia/ciencia.shtml

13-www.monografias.com/...ciencia.../conceptos-ciencia-clasificacion.shtml

14-www.significados.info/tecnologia



Capítulo III

Deporte



3.1. TÍTULO: PROCEDIMIENTO DIDÁCTICO ALTERNATIVO PARA LA PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO TÁCTICO DE LOS LUCHADORES JUVENILES TUNEROS.

Autores: MSc. Benjamín Blas Thorfe Blanco. Prof. Asistente

MSc. Pedro Menandro Calzado Vargas. Prof. auxiliar

Lic. Carlos Pedroso Martínez. Prof. auxiliar

RESUMEN

En la investigación abordamos los argumentos teóricos relacionados con el papel de la actividad en la comprensión y estudio de los procesos psíquicos del deportista que justifican la necesaria determinación de las acciones didácticas- metodológicas que sustenta el diagnóstico táctico de la lucha competitiva. Se presentan nuevas fases para el estudio de los fundamentos de la preparación táctica del luchador.

El principal aporte del trabajo radica en la exposición de las acciones didácticas- metodológicas para el desarrollo de la preparación táctica en los luchadores, de manera que pueda cumplirse con el sano fin de formar un deportista más inteligente, creativo e independiente, en contraposición con el actual, en el que prevalece lo físico y lo volitivo. Es mediante el empleo de los métodos tácticos bien fundamentados que se logrará este fin.

Dentro de los métodos científicos de orden teórico empleados aparecen el analítico - sintético, el inductivo – deductivo, histórico – lógico y el de modelación, así como el experimento, encuestas y test psicológicos dentro del nivel de conocimiento empírico.

Palabras claves: diagnóstico táctico, preparación táctica, acciones didácticas- metodológicas, dimensión, métodos, rendimiento.

INTRODUCCIÓN

Siempre han existido concepciones novedosas que han contribuido al ascenso a un plano cualitativamente superior en los resultados deportivos, por tal razón las exigencias del deporte de alto rendimiento, requiere de un presupuesto más objetivo, basado en la modelación como una forma más sistemática de control.

Los fundamentos teóricos -metodológicos de este trabajo son, en primer orden, la concepción materialista dialéctica del conocimiento científico, partiendo del enfoque sistémico y sobre esta base, en lo particular, nos apoyamos en las posiciones teóricas metodológicas aportadas por Kuznetsov, 1979 y Platonov 1990, los que definen la idea de “que para la exitosa dirección del proceso entrenamiento y de la selección de los deportistas con perspectivas, es necesario crear modelos del estado de los atletas preparados para lograr grandes resultados deportivo. La comparación de los modelos del mejor deportista con el estado actual del atleta, permite, de forma racional, dirigir la preparación táctica y confeccionar el programa de entrenamiento y realizar sus correcciones” (2).



Por la gran implicación que tiene las acciones didácticas metodológicas en la labor investigativa de nuestra esfera y en particular en el presente trabajo, este es abordado en la fundamentación teórica en estrecha relación con los aspectos fundamentales de la planificación, control y evaluación, como forma de lograr una mayor eficiencia en la dirección del proceso de la preparación táctica de las atletas.

DESARROLLO

Luego del estudio teórico y la revisión documental realizada, así como los resultados históricos vinculados al rendimiento de los luchadores tuneros de la categoría juvenil de la EIDE “Carlos Leyva González” de Las Tunas durante el proceso del desarrollo de la actividad deportiva y en particular el de la preparación táctica en las sesiones de entrenamientos y competencias, sumado al comportamiento del proceso de enseñanza - aprendizaje de la táctica, como componente interdependiente del entrenamiento deportivo, marcaron la necesidad científica del establecimiento de una caracterización y diagnóstico sobre el estudio de los siguientes aspectos.

- Características del programa integral de preparación del deportista del deporte de Lucha en Cuba y modernización científica de los planes de preparación de los deportistas en la EIDE “Carlos Leyva González” de Las Tunas.
- Disposición de los profesores de Lucha referente a las bases teóricas que sustentan la preparación táctica de los luchadores, como componente particular e interdependiente del entrenamiento deportivo, donde desempeña un papel importante la sensomotricidad.
- Características del proceso de enseñanza - aprendizaje de la táctica de los luchadores tuneros de la categoría juvenil de la EIDE “Carlos Leyva González” de Las Tunas y su expresión sintetizada en los entrenamientos y las competencias.
- Predominio teórico y práctico de los luchadores instruidos acerca de la preparación táctica para la actividad práctica-combativa en entrenamientos y competencias.

Para la caracterización y diagnóstico fueron aplicados distintos métodos y técnicas de investigación científicas, que facilitaron la compilación de la información requerida en el proceso de justificación del estudio, en tal dirección se distinguen: revisión de documental, observación científica, encuesta, entrevista, así como la triangulación de fuentes.

Referente a la comprobación de la actualización científica del programa de preparación del deportista y de los planes de entrenamientos desarrollados, como documentos rectores y metodológicos del proceso de preparación deportiva de los luchadores en los centros del alto rendimiento, en particular de la EIDE “Carlos Leyva González” de Las Tunas.

La revisión exhaustiva del programa integral de preparación del deportista, quien establece, nacionalmente, el sistema de trabajo a desarrollar para el proceso formativo integral del luchador cubano, presenta inconsistencias teóricas y metodológicas referente a los objetivos generales y



específicos de la preparación táctica de los educandos, toda vez que no expresa claridad entorno a la didáctica de la preparación táctica como componente particular del entrenamiento de los luchadores. En tal sentido se comprueba que los objetivos, contenidos, métodos y formas de evaluación; son coincidentes con los de la preparación técnica del deportista, por cuanto no se vislumbra claridad metodológica, ni la organización científica de la preparación táctica requerida.

En el programa analizado por un grupo de especialistas entre los que se incluyen los autores, se comprueba que no aparecen formas o instrumentos para la evaluación táctica de los educandos, ni recomendaciones metodológicas referente al sistema evaluativo de la táctica en general, el carácter integrador e individualizado que lo debe distinguir, destacándose sólo, apreciaciones generales al respecto; cuestión que limita la calidad integral del proceso pedagógico y el resultado ulterior de los luchadores.

Los aspectos señalados son coincidentes con los criterios compilados a partir de la aplicación de encuesta a profesores deportivos y las entrevistas a directivos y funcionarios, por cuanto, la triangulación de la información efectuada, permitió a los autores corroborar la validez y pertinencia de los datos.

Al efectuar la revisión y valoración de los planes de preparación del deportista de la categoría juvenil de los curso escolares 2011 – 2012, 2012 – 2013 y 2013-2014; sobresalen las siguientes cuestiones:

1. La fundamentación escrita del plan no respalda desde la teoría y desde la didáctica particular del entrenamiento, el proceso de preparación táctica de los luchadores.
2. No emergen objetivos generales y específicos vinculados directamente al desarrollo de contenidos tácticos, sino estos vinculados a los contenidos de otros tipos de preparaciones, con mayor gradiente hacia la preparación técnica.
3. Es limitado la precisión de los contenidos específicos de la preparación táctica para los distintos periodos y etapas de la macroestructuras, aspecto que permite aseverar insuficiencias teórico – metodológicas de los profesores deportivos al respecto.
4. Los planes gráficos no incluyen un volumen de trabajo específico para la preparación táctica de los luchadores, sino que aparece incorporado al de la preparación técnica, cuestión que afecta el total del tiempo requerido por la primera. Este aspecto es incongruente con el criterio expresado por los profesores, directivos y funcionarios, respecto al carácter eminentemente táctico del luchador, pues la realidad no muestra la concreción de esta afirmación en el sistema de planificación, limitación comprobada además, al triangular la información obtenida a partir de la aplicación de las observaciones a las unidades de entrenamiento.
5. En los planes no se incorporan tests o pruebas orientadas hacia el desarrollo táctico de los luchadores, a diferencia de otras direcciones de entrenamiento, cuestión que corrobora la



inexistencia de formas o pruebas de control y evaluación, como componente didáctico imprescindible para garantizar la calidad integral del proceso docente – educativo y de hecho, el rendimiento ulterior de los educandos.

CONCLUSIONES

1. Al profundizar en la relación que se establece en forma de unidad, entre el deporte y el deportista, resalta el papel que desempeña tal tipo de actividad en el estudio de los fundamentos tácticos, argumentos que justifican la necesidad de la elaboración de las acciones didácticas- metodológicas que sustenta el diagnóstico fáctico del deporte de lucha deportiva.
2. Las acciones didácticas- metodológicas que sustenta el diagnóstico fáctico de la Lucha competitiva definido en nuestro trabajo, constituye una vía metodológica y de aplicación práctica de gran importancia para la confección de los planes encaminados a potenciar la preparación táctica de los luchadores; por cuanto los criterios y argumentos que brindamos al respecto, ofrecen la posibilidad de garantizar una mejor organización y consecución de los objetivos competitivos propuestos.
3. Las acciones de control de las dimensiones e indicadores más generalizados del desempeño táctico de los luchadores a partir del diagnóstico fáctico presentan objetividad y factibilidad de aplicación, constituyendo vías eficaces para controlar y evaluar la preparación táctica de los sujetos en el proceso de su preparación y competición.
4. De acuerdo con los argumentos descritos, los análisis realizados por cada una de las técnicas y métodos aplicados, así como por el desarrollo mostrados en el control de evolución, concluyentes del experimento pedagógico; y el carácter histórico de los resultados alcanzados en la Lucha tunera, queda probada la importancia y factibilidad de aplicación de las acciones didácticas- metodológicas que sustenta el perfil de exigencias concebido para potenciar la preparación táctica de los luchadores objeto de nuestro estudio.

BIBLIOGRAFIA

- 1-Alonso, R.F. y Pila, H. (1985) Experiencias de un método para preparación de atletas. La Habana, Editorial Ciências Medicas, p.14.
- 2- Andrade, M.M. (2001) Como preparar trabalhos para cursos de pósgraduação: noções práticas - 4.ed.- São Paulo, Atlas.
- 3- Apunts. Educación física y deportes. (1996) La variación de movimientos rápidos y coordinados. Su interrelación y capacidad de selección de talentos deportivos, revista n. 46, 4 trimestre. Instituto Nacional de Educación Física de Catalunya, Barcelona., p.53.
- 4- Araújo,C.G.S.; Oliveira, A.C.C. (1985) Fundamentos biológicos, medicina esportiva. Rio de Janeiro, Livro técnico.



- 5- Avilés, M.I. (1999) Sistema de selección deportiva en la gimnasia rítmica para los centros de alto rendimiento. Tesis de grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) La Habana, ISCF "Manuel Fajardo"., pp.7-9.
- 6- Avilés, M.I., y Díaz, I.F. (2001) Sistema de selección deportiva para la gimnasia rítmica en Cuba. Disponible en: www.efdeportes.com.htm Consultado el 02 de noviembre 2002.
- 7- Barbanti, Valdir. (1997) Teoria e prática do treinamento desportivo. São Paulo, Edgard Blucher.
- 8- Benda, R.V. (1996) Iniciação esportiva universal. Da aprendizagem motora ao treinamento técnico, vol.2. Minas Gerais: FMG.
- 9- Berdasco y Col. (1991) Segundo estudio nacional de crecimiento y desarrollo. Valores de Peso y Talla para la edad. *Revista cubana de pediatría*. (La Habana) 63: 21.
- 10- Bergamo,V.(1992) Talento, treinamento e rendimento no basquetebol feminino. Tesis de maestrado. Piracicaba, UNIMEP. p. 17
- 11- _____. (1993). Da iniciação a competição. Clinica de atualização em basquetebol. Matão, Danbasque Promoções.
- 12- Bohme, M.T.S. (1994) Talento esportivo I- Aspectos teóricos. *Revista Paulista de Educação Física-Universidade de São Paulo* (São Paulo)

3.2. TÍTULO: ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA DEPORTIVA, EN ATLETAS ESCOLARES DE CAMAGÜEY.

Autores: Dr. C. Hirbins M. Dopico Pérez hirbinsdp@cug.co.cu

Dra. C. Idalmis Fernández Téllez. Idalmisfdez@cug.co.cu

RESUMEN.

Uno de los temas contemporáneos del deporte moderno es conocer las debilidades y fortalezas de los contrarios para poder prepararse sin que ellos conozcan las nuestras, en busca de actualizarnos, este tema constituye no solo una de las problemáticas que centra la atención de la comunidad científica y del INDER, sino también se considera que es uno de los servicios científico-técnico que la universidad de ciencias de la Cultura Física debe prestar al deporte en las provincias y a los equipos nacionales en la preparación de los entrenadores para ofrecer métodos, medios y otro elementos que propicien ventajas en el entrenamientos y competencias de los atletas. Prestando cuidado a ese reclamo necesario y con la utilización de la ciencia, este trabajo aporta una estrategia para la llevar a cabo una tendencia moderna dentro del deporte, "La inteligencia deportiva." apoyado en una experiencia con el ciclismo escolar en la provincia de Camagüey. Los resultados fueron valorados a través de la dirección de actividades deportivas y docencia de la dirección del sectorial provincial de deportes en la provincia, lo que ha permitido comenzar a desarrollar primeramente un sistema de superación con entrenadores y directivos



para probar según las características de los diferentes deportes experiencias que se adecuen a cada uno según sus particularidades., cuya labor sintetiza los resultados competitivos.

Palabras clave: Inteligencia deportiva. Estudio de contrarios. Inteligencia competitiva.

INTRODUCCIÓN.

El mundo contemporáneo le ha exigido al Deporte de altas marcas, cambios que lo hacen más espectacular, comercial y profesional, además de su carácter discriminatorio, selectivo e invasivo que por su naturaleza se ha desarrollado en el devenir del tiempo.

En la actualidad se ha desarrollado un nuevo concepto en el Deporte, "**Inteligencia Deportiva**", este concepto no se refiere a inteligencia emocional, ni inteligencias múltiples, ni depende del coeficiente de inteligencia, es un nuevo término que responde entre otras cosas al estudio de contrarios y una preparación personalizada en función de fortalezas y debilidades del atleta y el contrario.

Este se retoma del mundo empresarial, quizás de la feroz competencia entre empresas y corporaciones multinacionales en el cual se le denomina Inteligencia Empresarial o competitiva.

En un primer momento las empresas solo pensaron en la recolección de información y el análisis de la misma, pero el fenómeno es más complejo, porque después de ese paso de recibir y analizar todo el caudal de información necesariamente hay que llevar a cabo un grupo de acciones para lograr objetivos y metas realmente exitosos.

Necesariamente hay que partir de algunas definiciones como la que tomamos del texto "*Inteligencia Tecnológica Competitiva. Una visión pragmática*" el cual la define como: "La inteligencia competitiva es un programa sistemático para identificar, coleccionar y analizar información sobre el entorno y las actividades propias de una organización, así como para hacer uso oportuno de tal información para la toma de decisiones. La inteligencia tecnológica competitiva (ITC) es una rama especializada en aspectos científicos y tecnológicos que afectan el desempeño competitivo de la organización. Así, la ITC es una herramienta de gestión que permite a los directivos de una institución tener la sensibilidad sobre oportunidades, amenazas y desarrollos científicos y tecnológicos externos que pueden afectar su situación competitiva en función de los recursos con los que cuenta, con el fin de elaborar planes, programas y proyectos relevantes" (J. L. Solleiro y R. Castañón, 1998).

En el Deporte podríamos definir la inteligencia aplicada al deporte o deportiva como "Conjunto de acciones que pretenden prever los cambios necesarios, para organizar los procesos esenciales en el aseguramiento de la instrucción para el entrenamiento y las competencias, y la obtención del éxito en los objetivos propuestos".

Para este autor no basta con la obtención de información, es necesario procesarla y tomar decisiones acordes a las debilidades y fortalezas que poseemos, para prepararnos en las



debilidades además de mantener y ocultar aquellos aspectos o elementos donde poseemos fortalezas de las cuales puede depender nuestro éxito en la competencia.

En el texto *“Inteligencia Tecnológica Competitiva. Una visión pragmática”* se plantea que en el contexto empresarial se tiene en cuenta de la siguiente forma “...contrariamente a lo que plantean diversos autores, afirmamos que el concepto no solamente debe limitarse al análisis de eventos externos, sino también a su comparación con la situación interna de la organización en cuestión, pues solamente a partir de la combinación de ambos contextos, puede llegarse a la toma de decisiones...”

Desafortunadamente, la definición de inteligencia tecnológica competitiva se utiliza frecuentemente como sinónimo con los términos de datos o información. Lo mismo pasa con la inteligencia deportiva, en realidad muchos especialistas de la actividad deportiva se limitan a hablar de estudio de contrarios, lo que por supuesto lo consideramos que es una visión muy estrecha, en este artículo más adelante hablaremos de etapas y acciones que permiten tener un espectro más grande de este nuevo término en el mundo del Deporte.

Otro elemento a tener en cuenta es el objetivo de la inteligencia, en el caso de la Inteligencia tecnológica competitiva ITC el objetivo es entonces ***reforzar la competitividad de una organización proporcionando los medios para tener respuestas oportunas y racionales a las señales que ofrece el entorno.***

Pero no basta con la obtención de información, es necesario procesarla y tomar decisiones acordes a las debilidades y fortalezas que poseemos, para prepararnos en las debilidades además de mantener y ocultar aquellos aspectos o elementos donde poseemos fortalezas de las cuales puede depender nuestro éxito en la competencia.

Por tanto la inteligencia deportiva tiene que estar encaminada a ***fortalecer la competitividad del atleta o el equipo, a partir de la adquisición y manutención de la forma deportiva acorde a los medios, para tener respuestas oportunas y racionales a las situaciones que se puedan presentar en las competencias.***

Objeto de estudio: Desarrollo de una estrategia de inteligencia deportiva.

DESARROLLO

Para este trabajo se escogieron como muestra los dos equipos de ciclismo escolar de la EIDE de Camagüey, que consta de 5 varones y 5 hembras constituyendo el 100% de la población.

Metodología

Se realizaron

Encuestas a entrenadores para comenzar a elaborar la estrategia.

Observación mediante protocolo durante varios toques y competencias preparatorias, sobre todo la copa Agustín Alcántara en Ciego de Ávila.



Mediciones constantes de los aspectos que se llevarían a cabo como estrategia en los juegos escolares.

Para llevar a cabo la Inteligencia Deportiva (ID) elaboramos un grupo de principios, los cuales también funcionan de forma sistémica los que aparecen a continuación:

1. **Principio de la información plena:** Nuestro colectivo (atletas, entrenadores y personal de apoyo) debe conocer todas las debilidades y fortalezas de los contrarios, por supuesto por la vía de búsqueda de información, estudio de contrarios o como se el denomine en otras literaturas.
2. **Principio de la preparación adecuada:** Nuestros esfuerzos deben estar encaminados a mejorar nuestras debilidades y utilizar las fortalezas en los momentos idóneos, para lograr superar al contrario.
3. **Principio de la sorpresa:** Debemos tratar, bajo cualquier circunstancia, hacer lo que el contrario no espera, para nosotros este es un aspecto que determina en muchos casos y de alguna forma lo relacionamos a la táctica.

Este último principio sustenta la aparición de funciones, fases, acciones y un objetivo que no se limitan solo al estudio del contrario, podemos tener la mayor información de los participantes en la próxima competencia, utilizar la mejor y más sofisticada tecnología con ese fin, incluso hacer debates con el colectivo técnico, pero los pasos a seguir y las acciones utilizadas en el momento adecuado, constituyen una cadena que permite evaluar la eficacia de nuestra planificación para obtener logros mediante la utilización de la ID.

Por tanto precisamos para cumplir estos principios en la actividad deportiva, es necesario cumplir con funciones propias de la **Inteligencia Deportiva (ID)** que para nosotros deben estar dirigidas a:

1. **Estudiar al contrario**, mediante la obtención, procesamiento y evaluación de toda la información adquirida.
2. **Prepararse para engañar al contrario**, mediante la preparación sistemática, personalizada y flexible de todos los involucrados en los resultados deportivos.
3. **Engañar al contrario**, mediante la realización siempre o casi siempre de lo inesperado por el contrario durante las competencias preparatorias y las fundamentales.

Estas funciones deben llevarse a cabo en forma de sistema, es decir se relacionan unas con otras, una da paso a la siguiente, así tendrán relaciones de interdependencia (Sinergia) y al final vuelve al inicio, comenzando el ciclo nuevamente por lo que cumplirá con la (Recursividad).

Para nosotros la esencia de este nuevo concepto de Inteligencia Deportiva, lo constituye burlar al contrario, con una estrategia eficiente que permita sacar siempre ventajas de los errores del



contrario y cometer lo menos posibles, recordemos que gana el que menos errores cometa, y nos referimos a errores en el más amplio sentido de la palabra.

Pero para concretar estas funciones es necesario llegar a una estrategia trazada por el colectivo técnico del deporte en cuestión, recordemos que las estrategias parten del ámbito militar, retomadas por el empresarial y ahora en el deporte, la educación, la dirección, etc. En todos los casos es una forma de planificar el ataque y la defensa anticipadamente, con posibles variantes para lograr el objetivo trazado.

Entonces debemos partir de una estrategia que se conforma en objetivos tareas, fases y acciones, las cuales exponemos a continuación.

Como **objetivo**: Desarrollar una estrategia para la Inteligencia Deportiva en atletas escolares de ciclismo de pista.

Resultados alcanzados y conclusiones

En la actualidad existe un proyecto que involucra diferentes deportes en dicho centro de alto rendimiento de Camagüey con resultados satisfactorios. Además se introduce como tema en el currículo de la carrera de Licenciatura en Cultura Física en la facultad de Guantánamo, forma parte de un postgrado en la provincia para el alto rendimiento y constituye una tarea del proyecto de investigación “El deporte guantanamero, retos y perspectivas”.

A continuación se presentan un grupo de acciones, pero sin detalles, porque , recordemos que las acciones específicas en la inteligencia deportiva no se dan a conocer , porque pueden ser copiadas u manipuladas en el estudio e contrarios.

Las tareas.

- Diseñar las fases y acciones de la estrategia.
- Elaborar instrumentos teniendo en cuenta las dimensiones e indicadores para evaluar los aspectos a tener en cuenta en la estrategia.
- Aplicar la estrategia durante el tiempo determinado (uno o varios macros).
- Valorar los resultados de la estrategia para perfeccionar su accionar.

Fases de la estrategia.

1. **Estudio de la situación** (Escauteo) En esta fase se desarrolla un estudio minucioso del contrario por todas las vías posibles y al alcance de nuestro colectivo técnico. Utilizando la tecnología y los medios más eficientes.
2. **Trabajo para mejorar debilidades** (Fortalecimiento) Aquí se le da cumplimiento al plan de preparación según los aspectos que todavía nos faltan por mejorar, sea en cualquiera de los componentes o direcciones de trabajo del entrenamiento (físico, técnico, táctico, teórico y psicológico).



3. Tratamiento de las fortalezas (Artificio) Para esta fase es necesario probar nuestros baluartes, pero teniendo en cuenta que no es necesario darlos a conocer a los posibles contrarios que aparecerán en las competencias.
4. Retroalimentación de los resultados (Feedback) Al finalizar todo el sistema de fases y acciones que anteceden a esta, es necesario y dialéctico que evaluemos como nos ha ido saliendo todo lo que hemos previsto, por supuesto con un carácter flexible, transformador y dinámico, porque en esta fase podemos reelaborar cualquier acción de las anteriores que no halla sido eficiente. Pero en la evaluación para emitir un criterio es necesario tener en cuenta los resultados deportivos, es decir la verdadera evaluación de cualquier estrategia de inteligencia deportiva tiene que apoyarse en los resultados que se obtienen en competencias, pero no solo debe concretarse en medallas o lugares, es necesario tener en cuenta los resultados específicos y personalizados, nos referimos a tiempo, peso al levantar, errores cometidos, etc .

Las acciones por fases.

Acciones de la primera fase.

1. Elaboración de los instrumentos con sus dimensiones e indicadores. Nos referimos a guía de observaciones, entrevistas indirectas, mediciones, etc de aspectos que nos den la medida de cómo se comporta el contrario.
2. Análisis del contrario. Aquí es preciso determinar de acuerdo a los datos obtenidos en la acción anterior, cuáles son nuestras posibilidades.
3. Valoración de los medios con los que contamos. Nos referimos a todos los recursos materiales y humanos para establecer posibles metas.
4. Fijar objetivos y metas. Establecerlas a corto, mediano y largo plazo.

Acciones de la segunda fase.

1. Determinar posibles debilidades. En esta fase es necesario dejar claro cuáles son los puntos débiles en cada una de las direcciones o componentes de la preparación que tienen nuestros atletas e incluso desde el punto de visto como colectivo.
2. Establecer acciones para contrarrestar nuestras debilidades. Por supuesto crear las tareas para cada una de las debilidades encontradas, se individuales o colectivas.
3. Seguimiento a la manifestación de cada debilidad. Nos referimos a la evaluación constante de las debilidades y como van superándose.

Acciones de la tercera fase.

1. Análisis de las fortalezas determinantes en posibles victorias. Aquí se analizan nuestras potencialidades y como debemos utilizarlas acorde a las situaciones que se pueden presentar.



2. Determinar las metas estratégicas que no muestren las fortalezas. Esta acción es de suma importancia, puesto que uno de los objetivos de nuestra estrategia es que el contrario no descubra nuestro puntos débiles y tampoco nuestras fortalezas, para poder engañarlos y poder sacar ventajas en el enfrentamiento, donde el factor sorpresa marque la diferencia al igual como lo hacen los militares en las emboscadas, aquí se necesita desarrollar la capacidad no solo de solucionar situaciones, sino también la capacidad de engaño que desarrolle no solo el atleta sino también el colectivo técnico del deporte.
3. Evaluar las acciones de artificio. También aquí es necesario ir evaluando los resultados de los engaños, para seguir trabajando en desarrollar esa habilidad o capacidad, y corregir nuestra dirección en tal sentido.

Acciones de la cuarta fase.

1. Análisis de posibles errores cometidos durante cada etapa. Los análisis son a los errores no a las personas para no causar aspectos que afecten el clima psicológico de todo el equipo de trabajo y además deben ser precisos en datos(%, repeticiones, Volúmenes, Intensidad, etc.)
2. Evaluar la efectividad de cada etapa. Para esta evaluación es necesario establecer escales de evaluación, esto le da un carácter más científico a toda la estrategia y sus acciones, por tanto hay que validarlas con todo el rigor, para que nos dé la medida de la efectividad con que trabajamos.
3. Emitir un resultado final que permita corregir las fallas de la estrategia. También aquí es necesario tener en cuenta que las fallas pueden subsanarse y por tanto no deben ser las personas las que se analicen ni se evalúen, todo lo contrario de los errores debemos sacar la experiencias que nos permitan poner en práctica el carácter flexible de la estrategia y de sus acciones, por lo que también puede elaborarse una escala de evaluación general que debe ser validada.

La actividad deportiva es en la actualidad, una esfera muy dinámica en estos aspectos, teniendo en cuenta el factor económico que mueve a mucho personal y muchos intereses asociados a los resultados deportivos, por esto es necesario plantear nuestra propuesta que parte de que solo como antes hemos mencionado, lo más importante no es la información del contrario, sino ¿qué hacer con ella?

CONCLUSIONES.

- Inteligencia Deportiva es un término que incluye muchos aspectos a tener en cuenta, y responde entre otras cosas al estudio de contrarios y a una preparación personalizada en función de fortalezas y debilidades del atleta y el contrario.
- Aunque es una nueva concepción dentro del deporte contemporáneo, existe muy poca bibliografía donde se pueda profundizar desde el punto de vista teórico y este trabajo tiene la



intención de organizar un grupo de categorías como son el concepto, principios, funciones y una estrategia conformada por etapas y acciones dentro de estas, que pueden alinear a los especialistas que laboran en la alta competencia.

- La utilización de esta forma de trabajo durante los últimos 5 años en los juegos escolares permitieron obtener 13 Medallas en los en juegos escolares, Descender en la tabla de posiciones en los juegos escolares (8vo, 5to, 2do...), En los últimos juegos escolares record nacional y medalla de oro.(2011)

BIBLIOGRAFÍA.

1. Asthon, B. And Klavans, R. (editors) (1997). *"Keeping abreast of science and technology"*. Battelle Press.
2. Castañón, R. (1996). *"Sistema de Monitoreo Tecnológico como herramienta para la planeación empresarial: una propuesta metodológica basada en el estudio de casos"*. Tesis de Maestría. Facultad de Ingeniería, UNAM, México.
3. Diclcoco, R.L. (1988). *"Sourcing technology from small firms in chemical field"*. Les Nouvelles; pp. 196-199.
4. Kahaner, L. (1996). *"Competitive intelligence"*, Simon & Schuster, New York.
5. Kokubo, A. (1992). *"Japanese competitive intelligence for I&D"* Research and Technology Management, Febrero.
6. Morales, V. y Castañón, R. (1994). *"La gestión de la información en la empresa: su manejo y protección por medio de títulos de propiedad intelectual"*, en Sbragia et al. (editores), *"Gestao da Inovacao Tecnológica. Anais do XVIII Simposio de Gestao da Inovacao Tecnológica"*, Universidade de Sao Paulo, Sao Paulo. 459-469.
7. Pavón, J. E Hidalgo, A. (1997). *"Gestión e innovación. Un enfoque estratégico"*. Ediciones Pirámide, Madrid.
8. Solleiro, J. y Castañón, R. (1998). *Inteligencia Tecnológica Competitiva: Una visión pragmática*. En Revista de Economía y Empresa Nro. 34. vol. XII (2da época), 3er. Cuatrimestre. pp. 93-113.
9. Solleiro, J.L. Y Castañón, R. (1998). *"Manual de inteligencia tecnológica competitiva"*. Universidad Nacional Autónoma de México e Instituto Mexicano del Petróleo, México. reporte no publicado.



3.3. TÍTULO: LA ORIENTACIÓN VOCACIONAL DEPORTIVA: UN PROCESO DE AYUDA PARA LA SELECCIÓN DE TALENTOS.

Autores: MSc. Osniel Echevarría Ramírez. osnieler@ult.edu.cu

MSc. Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez. yerenistr@ult.edu.cu

Est. Felix Bader. fbader@ouhook.de

RESUMEN

El Talento constituye una de las condiciones fundamentales para acceder a la excelencia en el deporte de alto rendimiento. Su identificación representa el primer paso para seleccionar sujetos con las aptitudes necesarias para conseguir las más altas cuotas del perfeccionamiento deportivo a través de un complejo proceso de especialización. El presente trabajo se enmarca en la problemática de la orientación vocacional y uno de los aspectos fundamentales para el logro de resultados competitivos y deportivos. La motivación del presente estudio se basa en el conocimiento que debe tener un entrenador deportivo sobre la orientación vocacional para poder determinar con éxito la selección de talento teniendo en cuenta aspectos de índole coordinativo, condicionales, medio de vida, alimentación y características física del individuo sustentadas sobre la base de pruebas físicas, biológicas y psicológicas, la motivación del individuo por la actividad. Se brindan herramientas que le permiten al entrenador poder orientarse sobre la detección de Talentos, se dan a conocer además distintas definiciones relacionadas con la temática que permiten un mejor entendimiento.

Palabras Claves: orientación vocacional, selección y detención de talentos, entrenador deportivo, proceso de selección, motivación.

INTRODUCCIÓN.

La Orientación Vocacional es una actividad importante, dinamizadora dentro del proceso formativo deportivo y en la búsqueda del mejoramiento de la calidad del deporte que se practique. La elección de una disciplina deportiva es una importante decisión para los niños, jóvenes y adolescentes, éstos en su gran mayoría, no saben las características del deporte, puede ser porque no se han puesto a pensar en ello, no conocen sus aptitudes e intereses o no tienen suficiente información al respecto. Es primordial destacar la orientación como un proceso fundamental para la dirección de la vida de las personas y el logro de resultados del deporte, de manera tal que de sentido a su estilo de vida y herramientas para enfrentar el mundo cambiante y globalizado del deporte.

Para el logro de resultados satisfactorios en el rendimiento deportivo y competitivo en cualquier deporte, resulta de gran importancia, en primer lugar, tener conocimiento sobre la orientación vocacional, realizar una correcta detección y selección de los futuros atletas de la especialidad, conocer sus motivaciones e intereses, tratar que estos sean los más capaces y que cuenten con



las aptitudes y actitudes necesarias para la práctica deportiva, un talento mal orientado, carente de vocación y que no cuente con esto último no aportará a los objetivos y metas del deporte en cuestión, lo que lleva consigo que tenga que existir un grupo de medidas dirigidas a la orientación, capacitación y formación especializada de entrenadores y directivos para que los atletas que integren sus equipos, clubes e instituciones sean los de mayor probabilidades de cumplir con las exigencias del deporte.

La detección y selección de Talentos para la práctica deportiva es uno de los temas que posee mayor cantidad de estudios realizados por parte de los científicos en el ámbito deportivo, en muchos países, cada día se busca cómo mejorar este proceso de gran complejidad. En el mundo, por más de tres décadas se utilizan diferentes conceptos para referirse a una misma acción, lo que ha hecho que se haga más complejo entender lo que es el Talento, cómo se detecta y cómo se selecciona.

Muchos criterios, conceptos y experiencias se han escrito sobre la temática que abordamos, por ello se hace necesario comenzaremos por una definición general de lo que significa la palabra ***“Talento”... del latín “taléntum” , gr “tálaton”, capacidad para obtener resultados notables con el ejercicio de la inteligencia, habilidad o aptitud para una cosa determinada : “tiene talento para los trabajos de mecánica.”...”conjunto de dones con que Dios enriquece a los hombres...***, el talento existe, el potencial está en cualquier población, territorio, escuela, sentado en un aula o simplemente jugando en un parque o instalación deportiva, el problema es cómo hallar la forma, la manera para poderlo evaluar, detectar y seleccionar.

Beethoven fue un talento en la música, Picasso lo fue en la pintura y pudiéramos citar en cada una de las manifestaciones de la cultura, la ciencias y el deporte, etc., muchos ejemplos que pueden ilustrar lo sobresaliente en el concepto donde siempre prima una aptitud sobresaliente del ser humano.

Diferentes autores plantean términos como Detección, Captación, Identificación etc., por lo que es necesario entender cómo difiere cada uno del otro. La necesidad de seleccionar, captar, identificar, detectar los posibles Talentos en el deporte, se ha vuelto más que nunca de suma importancia, debido al nivel que ha alcanzado el deporte contemporáneo a nivel internacional. Algunos autores han establecido diferentes formas de cómo detectar a los sujetos que mejores condiciones reúnan para iniciarse en los diferentes deportes.

En diferentes países se aplican pruebas para medir el desarrollo alcanzado por los atletas y de manera continua se han establecido normas para evaluar cada una de ellas. Una de las pruebas más conocidas es la de Eficiencia Física que surgió como una forma de control de la preparación militar en los Estados Unidos de América, y a lo largo de todos estos años se ha extendido al campo del deporte.



Países como Alemania debido al desarrollo científico y tecnológico alcanzado han dado pasos de avance y establecido su propio sistema de evaluación de la Eficiencia Física, detección y selección de posibles Talentos en sus poblaciones, mientras que otros no han logrado establecer un sistema propio de detección de Talentos acorde con las características de su población dentro de los cuales aparece Uganda, país de África oriental que en la época colonial fue una sociedad estratificada económica, política y socialmente, lo que determinó comportamientos particulares de la clase dominante (colonial) procedente de Gran Bretaña.

DESARROLLO

Un entrenador deportivo debe poseer conocimientos de anatomía, cinesiología, fisiología del deporte, biomecánica, medicina deportiva, psicología, física, estadística, matemática y computación. Además, deberá estar al día en los conocimientos profesionales y las tendencias dominantes en el mundo. No se pretende describir detalladamente el esquema de la figura, sino destacar el hecho de que las líneas verticales buscan las partes científico teóricas principales de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo (programación del proceso de entrenamiento, su organización, control y corrección en el tiempo) y las debidas nociones metodológicas (principios de estructuración del entrenamiento y sus modelos de principios, métodos de control y de corrección del proceso de entrenamiento).

Antes de hablar de la detección y selección de Talento es imprescindible ser bien consciente de para quién (o para qué) está destinada esa selección, y quién (o qué) es el objeto a transformar a través del estímulo del entrenamiento. Por ello, se pretende familiarizar al lector con aquellas particularidades específicas y propiedades funcionales del organismo humano y su aparato locomotor que son relevantes para el entrenador en el proceso de entrenamiento y a las que irá dirigido su estímulo. Además se propone hacerlo no sólo de modo descriptivo como suele suceder en los manuales académicos de anatomía y fisiología, sino también mostrando cómo se manifiestan y emplean esas particularidades y propiedades en condiciones de comportamiento motriz que exijan un esfuerzo extremo de las posibilidades motrices y psíquicas del hombre.

Para el entrenador deportivo es importante no sólo tener conocimiento, por ejemplo, de en qué lado de una persona está el corazón, sino también saber muy bien cuál es su papel en el mantenimiento de la capacidad de trabajo del deportista en relación con éste o aquel aspecto del deporte. Debe conocer con exactitud cómo están conformados y cómo trabajan los músculos en las condiciones de ejecución de un difícil ejercicio motriz, dónde y cómo consiguen la energía para el trabajo, a cuenta de qué mejora la eficacia de su trabajo en el resultado del entrenamiento de ésta o aquella tendencia determinada.

También es importante que sepa cómo están organizadas las actividades motrices complejas, a cuenta de qué y cómo se produce su perfeccionamiento, qué son las capacidades motrices del



hombre y cuáles son las formas específicas de la capacidad de trabajo y, por último, en qué se concreta el proceso de perfeccionamiento funcional del organismo humano en un proceso prolongado de entrenamiento.

Sin estos conocimientos, todas las disposiciones de la teoría y metodología actual del entrenamiento deportivo expuestas con posterioridad carecerán de fundamento, parecerán abstractas y privadas de todo valor práctico y por su puesto será un obstáculo en la selección y captación de Talentos.

Definiciones relacionadas con el concepto selección de Talentos

Schuler, citado por Bohme, (12,91), defiende que el Talento depende tanto de la constitución de herencia (tipo de constitución corporal) y disposición motora, cognitiva y afectiva favorable, así como, en relación al desarrollo de condiciones sociales y ambientales propicias.

Moskotova, (57), tiene la opinión que las manifestaciones de las capacidades motoras son bastantes variables en función de las particularidades de la constitución genética, edad, sexo, maduración de las funciones psicomotoras, definiciones sociales, culturales y de los grupos y poblaciones demográfica.

De acuerdo con Carl, citado por Bohme, (12,91), "Talento deportivo es una denominación de una persona, en la cual se acepta, con base en su comportamiento/aptitudes o con fundamento en sus condiciones de comportamiento de herencia y adquiridas, que posee una aptitud especial, o una gran aptitud para el desempeño deportivo."

Para Marques (50), Talento es un individuo que presenta factores endógenos especiales, los cuales con la influencia de condiciones exógenas optimas, deja prever la posibilidad de obtención de prestación deportiva elevadas.

Mientras que Kunst y Florescu, citado por Bompa,(13,291), clasifican la capacidad motora, la capacidad psicológica y las cualidades biométricas, como los principales factores para todos los deportes, su énfasis difiere de un deporte a otro y de su especificidad, soslayando entonces los principales factores de selección de Talentos basados en este análisis.

Sin embargo existen aspectos que pueden dificultar la selección de talentos como son:

- Falta de voluntad política
- Perfil cultural
- Factor socio económico
- Factor familiar (desinterés de los padres, no colaboración)
- Factor nutricional
- Inicio prematuro (temprano)

Aspectos que influyen en el talento deportivo



- 1- Requisitos antropométricos, la talla, el peso, la proporción entre el tejido muscular y grasa, centro de gravedad corpóreo, la armonía entre las proporciones, etc.
- 2- Características físicas: el aeróbico y la resistencia anaerobia, velocidad de reacción y de movimiento, resistencia, velocidad, fuerzas estática y dinámicas, fuerza de la resistencia, flexibilidad, la coordinación entre los movimientos, etc.,
- 3- Condiciones tecno-motrices: el equilibrio, la percepción espacial y de distancia, sensibilidad para la pelota y acústica, musicalidad, capacidades expresivas, rítmico y de resbalar, etc.
- 4- La capacidad de aprendizaje: entendiendo, capacidades de la observación y análisis, velocidad de aprendizaje.
- 5- La predisposición para el rendimiento, diligencia en el entrenamiento, disposición para el esfuerzo corpóreo, perseverancia, la aceptación de la frustración.
- 6- La dirección cognoscitiva: la concentración, inteligencia motriz, creatividad y capacidades tácticas.
- 7- Los factores afectivos: la estabilidad psíquica, superación de la tensión, la disposición para la competición, etc.
- 8- La condición social: la percepción de un papel, la superación dentro de un equipo, etc.

¿Qué es la selección deportiva?

La selección deportiva no es otra cosa que el proceso a través del cual, se individualizan personas dotadas de talentos y aptitudes favorables para el deporte, con la ayuda de métodos y test científicamente válidos Nadori, citado por Soto (74).

Gomes (36), considera la selección deportiva como un sistema de organización metodológica de las medidas y también de los métodos de observación pedagógica, sociológica, psicológica, médico, biológica, en base de lo cual revelan las aptitudes y las capacidades de los niños y de los adolescentes para la especialización en determinado tipo de deporte. El objetivo principal es el estudio total y la revelación de las capacidades, que deben corresponder, en gran escala a las exigencias de uno u otro tipo de deporte. Por lo tanto, entiéndase el sistema de determinación de los métodos y la evaluación de las aptitudes y capacidades del individuo, lo que es de gran significado para la especialidad en cuestión.

Para Gaya (33), por selección de talentos representa el conjunto de procedimientos utilizados para la confirmación de las capacidades de desempeño deportivo del joven atleta, como para encaminar los atletas hacia etapas más exigentes de desarrollo.

Sin embargo, Rozin, citado por Avilés (6), indica los siguientes aspectos metodológicos a tener en cuenta para la selección deportiva:



1- En la selección es indispensable la determinación de las principales características morfofuncionales y del desarrollo de las capacidades motrices esenciales para cada deporte, en los diferentes períodos de preparación.

2- Para la selección inicial tienen preferencias los indicadores más estables, ya que encierran la mayor validez de pronóstico.

Kunst y Florescu, citado por Cuadro (21,15), concluyeron que los principales elementos del rendimiento, a descubrir con motivo de la selección de un atleta son:

1- La capacidad motriz.

2- La capacidad psicológica.

3- Las cualidades biométricas (somatotipo y medidas antropométricas).

Para Manso (34,71), en la selección recomienda tener en cuenta los siguientes criterios:

1- Herencia.

2- Edad biológica.

3- Edad óptima de selección.

Indicadores que determinan la edad biológica

1- El desarrollo antropométrico, es decir si se han producido estirones, o fases aceleradas de crecimiento, tanto en altura como en desarrollo muscular.

2- El desarrollo hormonal, teniendo presente que el crecimiento se produce gracias a la acción de un conjunto de hormonas que el organismo segrega en períodos determinados y sus efectos se manifiestan externamente. Así por ejemplo, tenemos la aparición de los caracteres sexuales secundarios como el cambio de la voz, el crecimiento de vellos en la zona próxima a los genitales, el desarrollo de los pechos o senos y la primera menstruación o inicio de la menarquía, que son indicadores significativos.

3- El grado de osificación de los huesos, este estudio consiste en la realización de radiografías de la muñeca y en un análisis posterior se puede determinar el grado de desarrollo óseo, así como si el niño va a crecer mucho más. En la actualidad se considera el método más exacto, pero por lo costoso de su utilización, se hace necesario buscar métodos alternativos.

Etapas del proceso de selección de Talentos

1- Etapa de selección preliminar (primaria) de niños y adolescentes.

2-Etapa de comprobación de la correspondencia (secundaria), del grupo seleccionado, con los requisitos necesarios para la modalidad en cuestión.

3- Etapa de orientación deportiva.

4-Etapa para integrar los clubes, selecciones municipales, provinciales, regionales o nacionales (esta etapa realizada fuera de las escuelas deportivas).

Métodos de selección de talentos según Bompá



Natural o/y científica

Selección natural, es la forma más sencilla, el medio más común de desarrollo del atleta en un deporte por varios factores y esto ocurre frecuentemente con el desempeño que tiene una evolución lenta, muchas veces en virtud de la selección errónea del deporte a ser practicado.

Selección científica, en la cual el entrenador escoge jóvenes con rendimientos. En la cual, no podemos olvidar los criterios importantes de selección, entre ellos, buena salud, con alguna habilidad natural para el deporte, por el proceso científico, siendo más rápido y con resultados más positivos. Por lo tanto, la identificación científica de Talentos, es vital el desarrollo de altas cualidades biométricas o medidas antropométricas y tener en cuenta también la herencia, son todas fundamentales.

Fases o etapas definidas por Blom y Calvo

➤ Primera fase

Son los padres y profesores los que notan “una especie de Talento” en general en el niño, así como unas cualidades específicas en un área determinada. Durante esta primera fase, el profesor (entrenador) no tiene que ser de un gran nivel, sino fundamentalmente atraer al niño hacia la especialidad; mientras que los padres deben ayudar al niño a tomar conciencia de la responsabilidad de su actividad y compartir con él su entusiasmo. Durante este periodo inicial, el rendimiento será más positivo como resultado de un aprendizaje divertido y del apoyo constante de la familia y profesores.

➤ Segunda fase

El deportista empieza a practicar con mayor precisión técnica, normalmente debido a la aparición de un nuevo entrenador con un conocimiento superior. La competición empieza a servir como medida del progreso, y la orientación hacia el éxito y el resultado es más elevado. El entrenador adquiere un papel fundamental y los padres asumen grandes sacrificios limitando sus actividades. La población de deportistas jóvenes disminuye como consecuencia de que los resultados obtenidos no se corresponden con las expectativas creadas.

➤ La última fase

El deportista está obsesionado por su actividad que domina su vida. El deportista comienza a tener una base de conocimientos y adquiere su propia responsabilidad acerca de su desarrollo, por encima de los entrenadores.

El respeto hacia el entrenador es más elevado, así como sus exigencias son más rigurosas. Como consecuencia de esto, el esfuerzo requerido para alcanzar un nivel de excelencia aumenta considerablemente. Los padres van perdiendo su importancia a medida que el deportista adquiere mayor responsabilidad.

Formas reconocidas para detectar y seleccionar talentos



1. Primera: Es la que se produce cuando los entrenadores deportivos asisten a las competencias que se desarrollan en el ámbito escolar, en ellas observan los rendimientos o la participación destacada de los competidores y eligen de esta manera los elementos que integrarán la selección para sus grupos de trabajo.
2. Segunda: Esta forma tiene en cuenta la opinión del profesor de Educación Física, cuando el entrenador de un deporte se le acerca a preguntarle si posee algún alumno que reúna ciertas y determinadas características requeridas para su deporte en cuestión y el profesor de Educación Física que conoce el desarrollo en capacidades y habilidades de la matrícula que atiende, le señala particularmente aquellos que se acercan a los requerimientos planteados.
3. Tercera: Se trata de la más empírica de las formas y es aquella en la que el entrenador deportivo simplemente en cualquier lugar, en la calle, un parque o una actividad social, observa en un niño o adolescente alguna características somatotípica, disposición o aptitud que le hace determinar un posible desarrollo en su deporte.

Estas son las tres formas que actualmente se aplican en cualquier latitud, todas empíricas y carentes de rigor en valoraciones con carácter científico de evaluación, que permita una consideración en proyecciones y perspectivas sobre bases sólidas para establecer un diagnóstico adecuado. No estamos en contra de que se apliquen dentro de un sistema estas formas, pero si debe considerarse la inclusión de otras que permitan un perfeccionamiento en la eficiencia de la detección y selección, la Cuarta, que se sustenta sobre bases más científicas y parte de un principio masivo en su aplicación. Las pruebas de valoración física o de rendimiento motor que se aplica por los profesores de Educación Física en las escuelas, estas permiten a través de sus normas de evaluación, establecer un sistema de clasificación de las potencialidades motrices y somatotípicas para una adecuada iniciación en la práctica de los deportes. En esta cuarta forma es que basamos nuestro trabajo, (63,71).

La experiencia cubana

Surge a partir de 1976, con la creación del **C.E.D.A.** (Centro Experimental de Desarrollo Atlético "Manuel Permuy"), de Ciudad de la Habana, lugar donde por primera vez se puso en práctica un sistema masivo de detección y selección de talentos para la iniciación deportiva, experiencia que surgió con la aplicación de normas y patrones percentilares, como un aspecto inicial de selección a partir de las normas de Crecimiento y Desarrollo de la población cubana, con la utilización del 97 percentil en estatura como primer aspecto a tener en cuenta para la detección de posibles talentos, anualmente se medían todos los alumnos matriculados en las escuelas del sistema de Enseñanza General del Ministerio de Educación Cubano, (MINED), se visitaban todas las aulas y se medían todos los alumnos que tenían o cumplían en el año fiscal los 12 años de edad, la Ciudad de la Habana ha contado casi siempre con una población de alrededor de dos millones de habitantes y en los tres años que mantuvimos la experiencia, cada año detectábamos alrededor



de 5000 niños que cumplían ése primer requisito de la estatura, luego de aplicarles otros test de rendimiento motor y valoraciones antropométricas, quedaban matriculados 500 alumnos clasificados potencialmente como talentos en condición física.

Un pensamiento inspiró la creación de nuestro Sistema de Detección y Selección de Talentos para la Iniciación Deportiva, fue el planteado por nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, al inaugurar la EIDE. (Escuela de Iniciación Deportiva Escolar “Mártires de Barbados” de Ciudad de la Habana), el 6 de Octubre de 1977, donde expresó:

...“Las pruebas se deben hacer en todas las escuelas y entre todos los alumnos de la provincia. No es lo mismo seleccionar entre 40 mil que seleccionar entre 120 mil. Es necesario organizar las pruebas con todos, para que no perdamos una sola facultad, para que no vayamos a perder un solo campeón”... (19).

Aspectos que se deben conocer para llevar a cabo la selección de un talento para un deporte.

Ejemplo:

Característica del Ciclismo

El ciclismo es uno de los deportes más duros y exigentes, requiere de mucha fuerza y resistencia. Es beneficioso para la salud, permite mejorar la coordinación motriz, fortalece los huesos y músculos, disminuye la posibilidad de padecer hernia discal, favorece el sistema inmunológico y aumenta la capacidad aeróbica.

Para su práctica es importante escoger la bicicleta más adecuada. (La talla del ciclista, así se ajusta a nuestro cuerpo y el nivel de dificultad). En dependencia del tipo de ciclismo que queremos practicar, de montaña, carretera o por ciudad, nos decantaremos por un tipo de bicicleta u otro.

La ropa de ciclismo es otro elemento fundamental a tener en cuenta para la práctica de este deporte. (Un maillot de corte ergonómico, que se ajuste a nuestro cuerpo y sea elástico, un culote también ceñido y, sobre todo, transpirable, calcetines transpirables, guantes finos y cómodos, un casco y gafas de sol).

Es importante además para la práctica de este deporte tener conocimientos básicos sobre la resistencia, ya que esta capacidad es la que mas predomina.

Se ha considerado que la resistencia se desarrolla tan sólo cuando durante la actividad se lleva al organismo hasta un alto grado de cansancio. No resulta difícil darse cuenta de que estos enfoques relacionaban la resistencia con la fatal inevitabilidad de la reducción de la capacidad de trabajo como resultado del desarrollo del cansancio. De ello se desprendía de una forma u otra, hablando en general, una relación pasiva de cara al desarrollo de la resistencia. Esto último se traducía en la formación de una orientación motivadora de «aguantar», confiando en la potencia y la capacidad de los sistemas reguladores del organismo. Del mismo modo, la orientación final del



entrenamiento se reducía a la habilidad de superar las sensaciones no deseadas que acompañan al desarrollo del cansancio, en vez de buscar de forma activa aquellos medios y métodos de entrenamiento que permitiesen en la práctica la reducción del grado de cansancio, el aplazamiento de su momento de aparición y la disminución de su gravedad

La limitación de la capacidad de trabajo en las modalidades deportivas que exigen resistencia era relacionada principalmente con la hipoxia de trabajo de los músculos y, en consecuencia, con el aumento del nivel de concentración del lactato y otros productos del metabolismo anaeróbico en la sangre, lo cual conduce a una reducción de las propiedades contráctiles de los músculos. La mejor resistencia al trabajo submáximo se explicaba por el CMO más alto y el aumento del riego de sangre y oxígeno a los músculos que trabajaban. De todo ello se desprendía un enfoque unilateral y bastante primitivo de la resistencia como función fundamentalmente correspondiente a los sistemas respiratorio y cardiovascular que garantizaba la distribución de oxígeno a los músculos de trabajo (el llamado «entrenamiento vegetativo»). Se consideraba que la potencia aeróbica (CMO) era el índice fundamental del entrenamiento vegetativo, y en calidad de factor que limitaba el consumo de oxígeno se tomaba la potencia del músculo cardíaco y el volumen de sangre por minuto. Y por cuanto que las diferentes modalidades de trabajo muscular prolongado desarrollan con eficacia estos índices funcionales, el papel fundamental en el perfeccionamiento de la resistencia lo pasaron a desempeñar los medios de entrenamiento basados en la distancia.

El lema «para correr, hace falta correr» hasta el momento presente coarta el pensamiento creativo de los entrenadores y dirige su búsqueda de métodos de entrenamiento. El resto de medios, incluyendo también los de fuerza, pasaron a considerarse parte de la preparación física llamada «general», complementarios o auxiliares y, en realidad, insignificantes para el desarrollo de la resistencia. Se distinguía entre resistencia general y especial. Se consideraba que el fundamento de la resistencia general era un entrenamiento aeróbico poco específico y caracterizado por una amplia «transferibilidad». Se sostenía que la «transferibilidad» del entrenamiento entre las funciones vegetativas podía transcurrir en una amplia gama de modalidades de actividades deportivas. Se denominaba especial a la resistencia relativa a una modalidad deportiva determinada. De ahí que para el desarrollo de la resistencia general (aeróbica) se recomendara emplear cualquier medio, incluyendo los más alejados de la modalidad deportiva en cuestión (carreras campo a través, natación, esquí de fondo, etc.). Para el desarrollo de la resistencia especial se recomendaban los ejercicios en los que competía el deportista (carreras para los corredores, natación para los nadadores, etc.) o medios especializados de preparación técnica y táctica (en los deportes de equipo o las artes marciales). El desarrollo de la resistencia especial al trabajo submáximo se relacionaba con el perfeccionamiento del rendimiento glucolítico del organismo. Puesto que en este caso se acumulan en los músculos de trabajo los productos



finales de los procesos de intercambio, el cansancio muscular local era visto como un factor que limitaba la capacidad de trabajo del deportista. De ahí que para el desarrollo de la resistencia especial se recomendara ejecutar una parte importante del trabajo específico a un alto nivel de concentración de lactato en la sangre, para «acostumbrarse» a la acidosis metabólica y desarrollar la potencia y la capacidad de los sistemas reguladores del organismo. El perfeccionamiento de la resistencia se contemplaba en gran medida como el aumento del CMO, puesto que se consideraba que este índice proporcionaba una estimación generalizada del nivel de desarrollo de las funciones fisiológicas que garantizan la adquisición, el transporte y la utilización del oxígeno en el organismo. Incluso, a pesar de la presencia de extensos datos experimentales que demostraban que en la temporada de competición el CMO por lo general disminuía, al igual que su correlación con el resultado deportivo, que deportistas con niveles diferentes (e incluso relativamente bajos) de CMO alcanzaban resultados igual de altos y, por último, que durante la última década el crecimiento de los logros deportivos no ha venido acompañado de un aumento del CMO de los deportistas más destacados, la fe en el «entrenamiento vegetativo» como factor fundamental en la determinación de la resistencia nunca ha vacilado. Tal es a grandes rasgos el enfoque de la resistencia que durante mucho tiempo ha determinado los principios metodológicos de su desarrollo. A continuación trataremos de los actuales avances de la fisiología y la bioquímica de la actividad muscular que han aportado nuevos conocimientos a los postulados de la teoría del deporte junto a ello recordaremos también algunos hechos que han pasado inmerecidamente desapercibidos en los últimos años.

CONCLUSIONES

- Se aprecia falta de preparación en los entrenadores, directivos y profesionales del sector, por lo que se hace necesaria la orientación, superación y capacitación para evaluar con calidad el Talento deportivo.
- En el análisis bibliográfico, se comprobó que existen diversidad de criterios relacionados con la detección y selección de Talentos, posibilitando como resultado la adopción de nuestro criterio investigativo sobre una base sólida y objetiva.
- No invertir tiempo ni dinero en talentos que no tengan actitud y aptitud para la actividad específica.

BIBLIOGRAFÍA

- 1- Alonso, R.F. y Pila, H. (1985) Experiencias de un método para preparación de atletas. La Habana, Editorial Ciências Medicas, p.14.
- 2- Andrade, M.M. (2001) Como preparar trabalhos para cursos de pósgraduação: noções práticas - 4.ed.- São Paulo, Atlas.



- 3- Apuntes. Educación física y deportes. (1996) La variación de movimientos rápidos y coordinados. Su interrelación y capacidad de selección de talentos deportivos, revista n. 46, 4 trimestre. Instituto Nacional de Educación Física de Catalunya, Barcelona., p.53.
- 4- Araújo, C.G.S.; Oliveira, A.C.C. (1985) Fundamentos biológicos, medicina deportiva. Rio de Janeiro, Livro técnico.
- 5- Avilés, M.I. (1999) Sistema de selección deportiva en la gimnasia rítmica para los centros de alto rendimiento. Tesis de grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".pp.7-9

3.4. TÍTULO: ORIENTACIÓN PARA EL DESARROLLO DE MOTIVOS PROFESIONALES DEL ESTUDIANTE-ATLETA HACIA LA CARRERA PEDAGÓGICA DE CULTURA FÍSICA.

Autores: Dra. C Nerely de los Dolores de Armas Ramírez. ndearmas@uclv.cu

Dr. C. Francisco Javier Lunar Águila

MSc. Osniel Echevarría Ramírez. osnieler@ult.edu.cu

MSc. Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez. yerenistr@ult.edu.cu

RESUMEN

El objetivo del trabajo consiste en ofrecer una propuesta de talleres que responda a las necesidades de superación para la preparación teórica-metodológica de los profesores y entrenadores de la EIDE "Héctor Ruíz Pérez" en conocimientos y actividades de Orientación Profesional que les facilite la elaboración de una estrategia dirigida a lograr el desarrollo de motivos profesionales en los alumnos hacia las carreras pedagógicas del Deporte y Educación Física. Los métodos empleados para desarrollar el diagnóstico se centraron en métodos del nivel teórico: analítico-sintético, modelación y de lo abstracto a lo concreto. Del nivel empírico: revisión documental, observación, entrevistas y encuestas a docentes y estudiantes sobre problemas de la profesión; los que arrojaron la necesidad de preparación de los profesores en temas importantes sobre la orientación profesional

Palabras claves: orientación profesional, Formación Vocacional, motivos profesionales, autodeterminación profesional, selección profesional.

INTRODUCCIÓN

El objetivo fundamental de la educación cubana es la formación multilateral de la personalidad de las nuevas generaciones. En esta misión, una tarea fundamental es la formación vocacional (FV) y orientación profesional (OP) de los niños, adolescentes y jóvenes hacia aquellas esferas de la actividad laboral priorizadas por el país. Entre ellas se destaca la profesión docente que tiene como colofón asegurar el relevo de los educadores con el fin de preservar una de nuestras conquistas esenciales: la educación.



La problemática de la orientación profesional hacia las carreras pedagógicas del Deporte y la Educación Física constituye un tema de actualidad indiscutible, lo que ha sido una preocupación constante del Estado y de las políticas sociales. El proceso de formación de deportistas y docentes con altos niveles de calidad, es un aspecto que solo se logra cuando el proceso de formación vocacional de los estudiantes que ingresan en la Facultad de Cultura Física, se haya trabajado desde edades tempranas, sin embargo una significación especial la adquiere el preuniversitario por la proximidad a la necesidad de elegir el futuro profesional. En los momentos actuales esta problemática tiene un mayor valor, por las dificultades que ha presentado el país con la estabilidad laboral de un sector profesional que ha sido uno de los más afectados por la situación económica de nuestro país a partir de los últimos años.

En documentos emitidos por el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) sobre el trabajo de Orientación Profesional (OP) hacia el ingreso de a la Licenciatura de Cultura Física, aparecen aspectos en los que se destacan: la referencia a la calidad y cantidad como tarea principal que deben enfrentar los profesionales de este sector para lograr el desarrollo de motivos e intereses en los atletas como formadores de las nuevas generaciones, al insuficiente trabajo de formación vocacional y orientación profesional realizado y a que esta labor y las influencias pedagógicas de los profesores para que los estudiantes se motiven por la carrera Cultura Física, carece de una estrategia programática y de acciones efectivas.

Se ha constatado calidad insatisfactoria del proceso de orientación profesional en el período que antecede al ingreso a la carrera por la insuficiente preparación de los profesores sobre el tema, esto lleva a que un considerable porcentaje de estudiantes que ingresan, causen deserción en la carrera y otros obtengan bajos rendimientos académicos. Entre las deficiencias de la FV y la OP, de mayor importancia se encuentran que la función informativa predomina sobre la formativa, el insuficiente reconocimiento del papel del profesor desde su materia como una vía para la orientación profesional, la falta de preparación de los docentes en cuanto a los conocimientos, los medios y los recursos a emplear para desarrollar la orientación profesional desde el proceso de enseñanza aprendizaje (Prado, 2010; Hernández, 2003)

Las estrategias de formación vocacional que se elaboran en las escuelas no responden a las exigencias que hoy las transformaciones reclaman y sobre todo aquellas que lleven a que los alumnos se inclinen hacia la vocación pedagógica, pues se observan las deficiencias siguientes: poca preparación del personal docente para enfrentar un trabajo de orientación profesional pedagógica científicamente planificado, por lo que se requiere sistematizar el trabajo de la orientación profesional hacia la carrera de Cultura Física, de manera que los docentes proyecten acciones con las que logren motivar a los educandos desde las clases que imparten según sus especialidades, hacia el perfil del profesional de Cultura Física y en el que no falta la necesidad de



potenciar su carácter pedagógico (De Armas, 1996; Otero, 1997; Tejeda, et al 2007; Sánchez, 2013; Maidique, Rodríguez & Martín, 2011).

Por tal razón, la superación de los profesores es de gran importancia por el papel que desempeña la labor educativa en la formación de motivos profesionales en los estudiantes hacia las a las carreras pedagógicas del Deporte y la Educación Física.

Ha sido insuficiente el trabajo de orientación profesional, el cual ha tenido un carácter asistemático e incoherente, no propiciando el desarrollo de la vocación hacia la actividad pedagógica, lo que ha traído como consecuencia que en estos momentos exista incumplimiento del ingreso a las carreras pedagógicas en cantidad y calidad así como en otras carreras como la de Cultura Física, por no desarrollar en ellas un trabajo sistemático que contribuya a despertar la vocación de los alumnos desde edades tempranas Son muchos los lineamientos establecidos por el MINED para la labor de orientación profesional pedagógica, así como las investigaciones que se han realizado al respecto; de ellas se han derivado modelos, estrategias y otras alternativas para el logro de una eficiente motivación hacia esta carrera. En esta dirección se destacan los trabajos desarrollados por González F. (1982), Domínguez, L. y Zabala, M. (1987), De Armas, N. (1990), González Serra, D. J. (1995), Del Pino J. (1996), Gómez, M. (1997), González, V. (1997) Otero, I. (1997) y otros.

Como se puede apreciar se han realizado investigaciones que abordan la problemática de la Orientación Profesional Pedagógica, se han defendido tesis dirigidas al trabajo con los alumnos para el desarrollo de intereses profesionales, con vista al ingreso a carreras pedagógicas, sin embargo a partir de la revisión bibliográfica realizada no existe un trabajo sistemático encaminado a la preparación mediante cursos de superación de los profesores para elaborar las estrategias de orientación profesional hacia las carreras pedagógicas del Deporte y la Educación Física. Son escasos los trabajos que abordan la capacitación de los profesores en esta temática (Tejeda, et al, 2007)

Algunos trabajos destacan el papel que desempeña la auto preparación del docente en la preparación de la asignatura. En esta auto preparación, un aspecto fundamental lo constituye la preparación de la clase, que representa el momento para concretar las actividades que darán salida a la formación vocacional y la orientación profesional (Carbó, Concepción & Laurencio, 2011). Sin embargo, para lograr esto es necesario que el profesor esté preparado con los conocimientos que se requieren para abordar dicha temática.

Todo lo anteriormente expresado guió el presente estudio hacia la formulación del siguiente *problema científico*.



¿Cómo proyectar una superación que permita una preparación teórico metodológico para que el profesor de la EIDE “Héctor Ruíz Pérez”, sea capaz de elaborar y organizar una estrategia de orientación profesional con sus alumnos?

El *Objetivo General* consiste en: Proponer un programa de talleres de superación teórico – metodológica para que los profesores sean capaces de elaborar, organizar y controlar una estrategia de O.P. en lo docente, principalmente a través de la clase, en lo extra docente y en lo extracurricular.

El proceso investigativo del presente trabajo consta de las siguientes tareas:

- 1.-Análisis de los fundamentos teórico-metodológicos sobre la formación vocacional y la orientación profesional que sirvan de base al proceso investigativo.
- 2.-Aplicación de una exploración diagnóstica para la determinación de las principales insuficiencias en el trabajo de Formación Vocacional y Orientación Profesional por parte de los profesores de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”.
- 3.-Elaboración de la propuesta del programa de talleres de superación teórico metodológica, y las acciones determinadas de forma participativa para la planificación de las estrategias por parte de los profesores
- 4.-Valoración de especialistas de la propuesta del programa con los talleres de preparación teórico metodológica

Métodos empíricos.

Observación: para comprobar si los docentes trabajan la O.P. en las clases y si este tema lo tratan en la reunión de los colectivos para el trabajo metodológico.

Análisis de documentos: que contienen indicaciones para el trabajo de orientación profesional: Resolución 25/2000 y los documentos del centro donde se constata la proyección de acciones en función de la formación vocacional y la Orientación Profesional en la preparación de los docentes y directivos en lo relativo a esta temática, así como otros documentos que aportan información..

Entrevista a directivos y entrevista grupal a profesores

Encuesta a los profesores: para diagnosticar el nivel de preparación y trabajo que realizan los mismos en la orientación profesional de sus alumnos.

También se aplicarán a un grupo de alumnos técnicas como: *los diez deseos, la composición* y un cuestionario sobre aspectos de la futura profesión

Criterio de especialistas: para intercambiar con aquellos que tienen implicación en la enseñanza y gozan de prestigio profesional para aportar con sus consideraciones acerca de la superación proyectada.

Métodos Teóricos:

Análisis y síntesis. Para la determinación de los aspectos fundamentales de la problemática planteada. Además se tuvo en cuenta durante todo el proceso investigativo



Modelación: se utiliza en el diseño teórico y en la elaboración de la propuesta de talleres que incluyen un conjunto de acciones dirigidas a la preparación de los profesores.

Sistémico-estructural para la orientación de la estrategia a elaborar por los profesores.

El *método de lo abstracto a lo concreto*, permitió expresar la conexión interna y la interdependencia del proceso de orientación profesional y su relación con el proceso educativo en la clase.

Métodos estadísticos-matemáticos: utilización de los recursos de la estadística descriptiva para realizar análisis porcentual de los datos y su representación en gráficos.

Población y Muestra. Se seleccionará una muestra intencional de 25 profesores de la EIDE para constatar las necesidades de superación en la temática objeto de estudio. Además se aplicaran algunos instrumentos a los estudiantes del octavo grado como medio para explorar de forma general sus intereses profesionales y conocer el lugar que ocupa la Cultura Física.

DESARROLLO

La superación de los cuadros constituye un proceso de formación que posibilita la adquisición, ampliación y perfeccionamiento continuo de los conocimientos y habilidades básicas y especializadas requeridas para un mejor desempeño de sus responsabilidades y funciones laborales y de esta forma contribuir a la efectividad y calidad del trabajo que se requiere en nuestro sistema educacional actual.

Significado de la superación teórico metodológica de los profesores del preuniversitario de la EIDE “Héctor Ruíz Pérez”

Contribuir a la formación vocacional y dirigir la orientación profesional, requiere planificar y controlar el trabajo del colectivo de alumnos a través de la clase y las actividades prácticas propias de la FV y la OP. Para el logro de este propósito el profesor debe comprender la importancia que reviste para un profesional de la educación su constante superación y poseer visión para su correcta planificación, de manera que se satisfagan sus necesidades y se propicie el óptimo desarrollo de sus funciones (Maidique, Rodríguez & Martín, 2011).

Como una de las formas principales de la superación de los profesores, tenemos la preparación teórico metodológica a través de cursos, talleres en los que se desarrollan un conjunto de temas articulados entre sí, sin embargo en esta escuela se aprecia que dentro de ellos no se han considerado los temas relacionados con la formación vocacional y la orientación profesional pedagógica que les servirían de base para la planificación de esta tarea en sus clases.

La preparación de los profesores de los diferentes niveles de la EIDE constituye un objetivo de primer orden, dentro de éstos, los profesores de Secundaria Básica y Preuniversitario juegan un rol muy importante por la poderosa influencia que se puede ejercer en beneficio de la orientación profesional hacia la Cultura Física como carrera pedagógica, así como en los Deportes ya que al



graduado de Cultura Física le puede corresponder realizar funciones de profesor o entrenador y en ambas funciones se necesita una correcta orientación profesional pedagógica. De ahí que los profesores de la enseñanza general de la EIDE, en la que los alumnos se especializan en deportes, deben estar preparados para desarrollar el proceso de orientación profesional pedagógica hacia la Cultura Física de manera adecuada, logrando que sus alumnos aspiren a ser profesionales que amen su profesión y reconocen el valor de su función educativa.

Este trabajo no solo es importante dentro del marco de la escuela, sino también con la cooperación de la familia, pero para ejercer esta labor los profesores tienen que estar preparados convenientemente, desde el punto de vista pedagógico como profesional. Se podría contribuir a dar solución a esta necesidad, si se implementara un conjunto de acciones de superación y se incluyeran en la escuela, que les permita diseñar una estrategia dirigida a lograr la orientación profesional de sus estudiantes, con la participación de la familia y la comunidad, no solo en función del deporte seleccionado, sino también de la formación de intereses profesionales pedagógicos. Esto facilitaría la transformación social que exige esta importante actividad en nuestra sociedad, al contribuir a formar profesionales identificados con el rol de educadores también en Cultura Física.

Apartir de la década del 80 se aprecia un marcado avance en lo referente a los fundamentos teóricos y metodológicos de las actividades de formación vocacional y orientación profesional. Varios investigadores se han dedicado a tan importante tarea entre los que se destacan F. González; V. González; D. J. González; G. Torroella; L. Domínguez y M. Zabala; N. de Armas; I. Otero; M. Gómez; A. M. Caballero y otros.

Por primera vez en la década del 80, se desarrolla una investigación ramal sobre este tema con la participación de grupos de investigadores de todas las provincias del país, al frente de E. Baxter bajo la dirección de J.R. Fernández, entonces Ministro de Educación.

La formación vocacional y la orientación profesional constituye un proceso complejo y continuo que debe tener sus bases en el proceso pedagógico, para garantizar el desarrollo de la motivación profesional en los jóvenes que ingresan en la educación superior en este caso en la carrera de Licenciatura en Cultura Física.

Razones que justifican la orientación profesional pedagógica hacia la Cultura Física.

La orientación profesional pedagógica hacia la Cultura Física, presenta deficiencias en la planificación y cumplimiento de estrategias organizadas para orientar a los alumnos en la asimilación consciente que les permita asumir en el futuro el ejercicio de la docencia en esta carrera, lo que revela insuficiencias en el trabajo de formación vocacional al constatarse la falta de motivación en los estudiantes por esta carrera (Maidique, Rodríguez & Martín, 2011).



La carrera de Cultura Física requiere de motivaciones que debe tener el estudiante que opte por ella; pero no basta solamente que le guste el deporte, porque esto sería una motivación importante, pero muy reducida porque en la carrera se preparan también para ejercer como profesores de Educación Física. Por esta razón el profesor debe estar preparado para contribuir a la formación integral de los educandos mediante la orientación de las potencialidades del contenido de la Cultura Física como profesión, que tiene el propósito de enseñar y preparar a las nuevas generaciones no solo en el ámbito de ser deportistas, sino también de educar valores, saber cuidar la salud, formar una personalidad multifacética en todos los ámbitos de la vida y en todo esto juega un papel importante el proceso pedagógico que el profesor dirige (Iznaola, 2009.) De ahí, que la formación vocacional y orientación profesional siga siendo una problemática en los estudiantes de preuniversitario ya que ingresan a la enseñanza superior con desconocimiento de las características y exigencias de la carrera y con actitudes y motivaciones poco favorables a una formación profesional exitosa (Carbó, Concepción, & Laurencio, 2011)

Papel de la motivación en la selección de la profesión durante el proceso de autodeterminación profesional.

Como se puede apreciar existen dos aspectos fundamentales de orden teórico, que es necesario tenerlos en cuenta en el trabajo de FV y OP para la Cultura Física, que son la selección de la profesión y la motivación hacia esta profesión y este último aspecto considerado como un elemento esencial en dicha selección.

La motivación en sí es un proceso complejo en el que intervienen múltiples factores, que determinan la inclinación, orientación y la perseverancia de los sujetos hacia determinada esfera de la actividad, al tiempo que se expresa en las expectativas, los intereses, las aspiraciones, las intenciones, las cualidades de la personalidad y los esfuerzos volitivos dirigidos a lograr los resultados vinculados con aquello que se erige en el objeto de la motivación, en estrecha relación con la esfera cognitiva en la que participan los conocimientos, las habilidades, la meta cognición y las capacidades de los estudiantes.

Lo anteriormente expuesto confirma lo expresado por González F. cuando planteó que estos factores se convierten: (...) “en un instrumento esencial, que manifiesta un conocimiento de la profesión, su aplicabilidad, utilidad social y una orientación personal cognitiva o científica hacia el contenido expresado” (1983.p.34). Esta idea indica que es importante que el estudiante asuma una actitud reflexiva, volitiva e independiente para que la selección profesional sea auto determinada.

A partir de los retos que el nuevo milenio le plantean a las Ciencias de la Educación en general y a la escuela preuniversitaria en particular, se debe considerar como aspecto esencial lo relacionado con la orientación profesional, para que los egresados del nivel preuniversitario estén



preparados para una actuación consciente y creativa basada en el desarrollo de conocimientos, habilidades y capacidades, así como de motivaciones que les posibiliten ser capaces de elegir conscientemente su profesión como resultado de una verdadera autodeterminación.

Cuando la elección de la profesión en el estudiante, no resulte de una plena autodeterminación profesional, y no sea producto de ese carácter consciente, su futuro profesional no se verá implicado como personalidad en la decisión tomada y ejercerla profesión para él, cuando se gradúe de los estudios correspondientes, resultará un fracaso y lo llevará a un sentimiento de insatisfacción (Caballero, et al .2009, p.23). Es por ello que esta consideración impone un reto a la institución educativa pues su misión es que el joven vaya preparándose para la elección de la carrera y que ello constituya un verdadero acto de autodeterminación.

La formación vocacional y la orientación profesional ha sido definida por diferentes autores, como: “sistema de influencias sociales y pedagógicas científicamente fundamentadas, encaminadas a preparar a los jóvenes para su auto determinación profesional, el que ha de corresponderse con las necesidades y capacidades de cada cual”. (Caballero y otros, 2008).

Gómez al referirse a la FV y OP la define como: (...)” la actividad estructurada con el fin de lograr que el educando conforme conscientemente, todos los conocimientos, relaciones afectivas, valores y juicios personalizados necesarios para la autodeterminación profesional”. (1994).

Por otra parte, Del Pino plantea que es: “(...) la relación de ayuda que establecemos con los estudiantes, para facilitar el proceso de desarrollo de la identidad profesional del mismo a través de diferentes técnicas y vías integradas al proceso educativo general, según la etapa evolutiva y en la situación específica en que se encuentre (1994).

En el análisis de estas definiciones observamos, que se plantea con gran fuerza la prioridad de una orientación profesional que permita al alumno decidir sobre su continuidad de estudio, es decir que contribuya a su autodeterminación profesional como proceso consciente a la hora de seleccionar su profesión, lo que es ratificado por González, F. cuando expresa: “...una adecuada educación de la personalidad en el aspecto profesional contribuye a que la elección de la profesión sea un acto de autodeterminación para adolescentes y jóvenes, quienes se sienten verdaderamente comprometidos e implicados como personalidad”(1992).

Importancia de la planificación, ejecución y control de estrategias de FV y OP en el nivel preuniversitario.

A pesar de los esfuerzos que se han realizado, entendemos que las estrategias de formación vocacional que se elaboran en las escuelas no responden a las exigencias que hoy las transformaciones en la educación están reclamando y sobre todo que lleven a que los alumnos se inclinen y seleccionen de forma consciente determinadas profesiones. En este sentido el profesor de preuniversitario pudiera conformar una estrategia pedagógica en la que se inserte un trabajo



educativo de la orientación profesional a través de las potencialidades que ofrece su materia en lo docente, lo extra docente y lo extraescolar.

Se han constatado insatisfacciones en el proceso de orientación profesional en el período que antecede al ingreso a la carrera y la insuficiente preparación de los profesores sobre el tema, esto lleva a que un considerable porcentaje de estudiantes que ingresan, causen deserción y otros obtengan bajos rendimientos académicos (Prado, 2010; Hernández, 2003) En la práctica se ha demostrado que en la actualidad existen insuficiencias en las actividades que realiza el profesor de preuniversitario para desarrollar con éxito la actividad de orientación profesional y formación vocacional, sobre todo, con respecto a la carrera de Cultura Física, en la que se aprecia un considerable número de bajas e insuficientes índices de ingreso.

El reconocimiento del papel activo y transformador de la escuela implica la necesaria capacitación psicopedagógica de los profesores sobre la educación de la orientación profesional de la personalidad del adolescente, lo que conduce a poner en práctica amplias y variadas formas de preparación teórico metodológica que orienten al profesor sobre la proyección de estrategias dirigidas a estos fines en el desarrollo del proceso pedagógico.

Se hace difícil encontrar en los jóvenes el desarrollo de intereses profesionales, de manera tal que puedan expresar su intención debidamente fundamentada de estudiar una u otra carrera, por tal razón la formación vocacional y la orientación profesional es una actividad que juega un rol importantísimo y que debe ser tarea priorizada en todos los niveles educacionales, es decir, desde la enseñanza primaria hasta el preuniversitario, siendo este último fundamental para acelerar el trabajo de formación vocacional y orientación profesional hacia la carrera de Cultura Física (Terrero, Toledo, & Rodríguez, 2014.)

M. Luisa Rodríguez Moreno, Profesora de Orientación Vocacional de la Universidad de Barcelona y secretaria de l'Associació Catalana d'Orientació Escolar y Profesional, en su trabajo hace referencia a los objetivos mínimos de la educación para la vida profesional que se le plantean al joven de modo que:

- Alcance una conciencia realista de sí mismo.
- Conozca el mundo educativo de su entorno y sus posibilidades.
- Sea consciente de las oportunidades que le ofrece el mundo laboral.
- Comprenda el marco económico en que vive.
- Aprenda a elegir y decidir.
- Posea potencialidades para iniciarse en una profesión, ingresar en ésta y mantenerse.
- Adquiera cierta madurez para juzgar su futuro profesional desde una perspectiva positiva y auto determinada.



Con el alcance de estos objetivos se demuestra que la OP no debe reducirse a la tarea de brindar información a los estudiantes sobre diversas carreras, sino que implica la necesidad de dirigir este trabajo hacia el desarrollo de la esfera motivacional y cognoscitiva de la personalidad, con la finalidad de formar en los jóvenes verdaderos intereses para que tengan un conocimiento cabal de sus capacidades, inclinaciones, aptitudes y rasgos de la personalidad, que guarden relación con la profesión que selecciona, a partir de su autodeterminación (González, V.1998, González, F. 1989, Urquiza, R.2009, Prado, O. 2010) significa ante todo, tener en cuenta el papel activo del sujeto en el proceso de selección profesional.

En el preuniversitario se debe continuar perfeccionando su preparación docente y el trabajo de formación vocacional y orientación profesional, para que la elección de los estudiantes sea cada vez más fundamentada, de acuerdo a sus aptitudes e intereses profesionales y en correspondencia con las demandas sociales.

Es importante que el estudiante esté en condiciones de reflexionar, y tomar decisión de forma independiente para que la elección profesional sea auto determinada, esto garantiza el compromiso con su elección y una condición subjetiva capaz de enfrentar las dificultades que aparecerán en el proceso de formación profesional. En tal sentido resulta necesario reafirmar que todo acto de selección profesional implica ponerlo en correspondencia con las necesidades y posibilidades sociales, así como las necesidades y posibilidades individuales y esto se debe tener presente, durante el desarrollo de las actividades de FV y OP.

Actividades principales de orientación profesional en el preuniversitario.

Las tareas tradicionales que se desarrollan en la OP a saber; son: Círculos de Interés Científico Técnicos, Movimiento de Monitores, Charlas, Conferencias, Sociedades Científicas Estudiantiles, Visitas a la Facultad de Cultura Física e intercambio con profesores y estudiantes, así como otras que seguirán cumpliendo su importante papel, pero que ahora puede tener un alcance educativo de mayor rigor psicológico, pedagógico y sociológico, al transitar por los tres componentes básicos del proceso educativo o sea las tareas de OP que el profesor puede dirigir (Gómez & Montero, 2005).

En lo docente:

- El diagnóstico de los intereses profesionales de sus estudiantes.
- La información sobre aspectos de la profesión en la clase.
- Orientación para el estudio y búsqueda de información sobre la profesión

En lo extradocente:

- Selección y preparación de monitores
- Orientación de Sociedades Científicas.
- Orientación de realización de entrevistas a profesionales



En lo extraescolar:

- Organización de Círculos de Interés
- Organizar visitas a la Facultad de Cultura Física y a otros centros como Combinados Deportivos.
- Asistir a conferencias de orientación por especialistas, relacionadas con el contenido de la carrera de Cultura Física.
- Día de las Puertas Abiertas

Cada una de estas actividades deben formularse de manera que satisfagan necesidades cognitivas, afectivas y volitivas en caminadas a la formación integral de la personalidad y de los elementos que necesita el estudiante para el desarrollo y consolidación de la autodeterminación profesional, como componente esencial de la personalidad.

Para potenciar el desarrollo de una motivación profesional positiva hacia el aspecto pedagógico de la carrera de Licenciatura en Cultura Física, es importante que los profesores tengan en cuenta un conjunto de *requisitos* donde el contenido de su asignatura y la metodología de la clase estén relacionados con la motivación profesional de los estudiantes. En este sentido los autores: Rabilero, Venet & Hechavarría (2009, p. 2), proponen los siguientes *requisitos*:

- ≡ Contemplar la clase como el espacio fundamental de orientación profesional.
- ≡ Propiciar la integración de los aspectos curriculares y extra curriculares en la orientación profesional.
- ≡ Garantizar el aspecto personalológico de las influencias educativas; resultantes del proceso de orientación.
- ≡ Establecer una comunicación favorable entre profesor y alumno y entre los propios alumnos.
- ≡ Aprovechar las potencialidades del grupo como espacio de transformación del individuo.
- ≡ Garantizar la participación y el protagonismo estudiantil.

Sin una motivación hacia la futura profesión y una consecuente formación y desarrollo de la autodeterminación profesional, resulta nula, la selección consciente de la profesión.

En relación con la selección profesional, los estudiantes pueden ser agrupados de la siguiente forma:

1. Estudiantes que no manifiestan una decisión consciente hacia la elección de la profesión y solo les interesa una carrera de educación superior
2. Estudiantes indecisos que muestran imprecisiones hacia la elección profesional en cuanto a las jerarquías de opciones.
3. Estudiantes con una decisión consciente basada en sus intereses y potencialidades hacia la elección de la profesión.



4. Estudiantes que no se interesan por la elección profesional, ni las opciones de la educación superior.

Estas manifestaciones que caracterizan los grupos enumerados reafirman lo expresado por V. González, cuando afirma que “la formación de una intención profesional es el resultado de un trabajo educativo en el que le corresponde un papel fundamental al trabajo de formación vocacional y orientación profesional”. (1984, p.85)

Resultados del diagnóstico de la situación actual de un grupo de profesores de Preuniversitario en relación con su preparación y disposición para el trabajo de FV y OP.

1.-Se entrevistaron a: los directivos de la escuela, a la especialista que atiende la FV y la OP del INDER, al director de la escuela, al vicedirector general y al subdirector de preuniversitario, a 25 profesores y se obtuvo la siguiente información:

Existen círculos de interés y se realizan actividades de Orientación Profesional por diferentes organismos, se cuenta con numerosos programas de Círculos de interés y una profesora de la escuela está designada para atender estas actividades, pero entre estos no existe ningún Círculo, ni Sociedad Científica de Cultura Física.

El subdirector de preuniversitario expone que en el convenio o plan de trabajo individual de los profesores están incluidas tareas de orientación profesional.

Afirman que el tema de la orientación profesional ha sido tratado con los padres.

Comentan que muchos de los alumnos que sienten inclinación por el deporte, no tienen pensado optar por la carrera de Cultura Física.

2.-Se revisaron documentos tales como: actas de observaciones a clases, pero en la muestra revisada, no se apreció referencias a la vinculación de la clase con la futura profesión de los estudiantes.

3.-En entrevista a la profesora designada en la escuela para atender la OP, se obtuvo información acerca de las clases visitadas por ella en el grado oncenio, en el curso pasado en las cuales los docentes visitados no hicieron referencia a la orientación hacia las profesiones, solo una profesora hizo alusión al estudio y a la importancia del buen aprovechamiento docente en las asignaturas básicas como aspecto a tener en cuenta en su preparación para los exámenes de ingreso a la educación superior, para así obtener plaza para la carrera deseada, pero no se mencionó la Cultura Física.

4.-En el plan de trabajo metodológico del oncenio grado, no aparece contemplado ningún tema relacionado con la orientación profesional y tampoco está presente la OP en el Banco de Problemas referido al oncenio grado.

5.-Se hizo una entrevista grupal por el director del preuniversitario en la que se intercambió con los profesores para conocer sus expectativas y necesidades de preparación sobre la temática de



la FV y OP, sobre este trabajo a través de la clase y la motivación de los alumnos hacia las actividades que contribuyen a despertar el interés por una selección consciente de la profesión, así como la importancia de motivarlos hacia la Cultura Física. Por último se les invitó a participar en talleres de preparación teórico metodológica sobre FV y OP y en general mostraron una actitud positiva hacia este tipo de superación.

6.-En la encuesta aplicada a los 25 profesores se obtuvieron los siguientes resultados:

En general los profesores afirman que están identificados con la asignatura que imparten, les gusta dar clases, transmitir conocimientos, el intercambio con los alumnos, contribuir al desarrollo político, social y educativo y no les gusta en sus alumnos: la indisciplina, cuando muestran desinterés y algunas manifestaciones inadecuadas en su modo de actuación, como lo más destacado en sus respuestas. La totalidad de los profesores consideran muy importantes y necesarias las actividades relacionadas con la FV y OP. No han recibido preparación para desarrollar este tipo de actividades la gran mayoría de los encuestados, solo 3 respondieron afirmativamente. Solo 2 afirman que han participado en alguna actividad de FV y OP. En el trabajo metodológico solo responden haber participado en temas de OP, 4 profesores; de los restantes: una parte contesta no haber participado y la otra no contesta. En cuanto si se sienten capacitados, predominan las respuestas de estar solo parcialmente capacitados y muy poco capacitados. La totalidad de los profesores responde que les gustaría participar en talleres de superación teórico metodológica sobre FV y OP y todos respondieron que consideran importante conocer los intereses profesionales de sus alumnos, desde la impartición de las clases.

El análisis de las respuestas a la encuesta nos indica la necesidad de la preparación de los profesores del onceno grado desde el punto de vista teórico metodológico para poder realizar tareas de FV y OP hacia la Cultura Física, con énfasis en lo pedagógico, principalmente desde la clase.

5.-En la encuesta aplicada a 30 estudiantes de onceno grado, se pudo apreciar que las carreras a que aspiran los estudiantes en este grado son muy variadas y aunque una discreta parte señaló la Cultura Física, muchos de ellos lo hacían junto a otras carreras; de lo que se infiere que no tienen definida su vocación. Aparecen de forma destacada la medicina, las ingenierías, el turismo y el trabajar por cuenta propia, predominando el grupo de indecisos que muestran imprecisiones hacia la elección profesional y otros que no se interesan por las opciones que ofrece la educación superior. Al parecer en sus aspiraciones futuras relacionadas con la profesión, la familia ha sido un factor más influyente que la escuela.

En cuanto a la participación en Círculos de Interés la mayoría declara no haber participado y los pocos que afirman haber participado, señalan diferentes especialidades en las que no está presente la Cultura Física. En sus respuestas a si han participado en actividades en las que han



recibido orientación, sobre carreras de la educación superior, se destacan significativamente los que dan una respuesta negativa y los que no contestan. En cuanto a si les gustaría participar en una sociedad científica estudiantil relacionada con la carrera de Cultura Física, las dos terceras partes de los encuestados dan una respuesta positiva. Esto último nos indica que a pesar de no haberse destacado la Cultura Física entre las carreras declaradas como aspiración, se aprecia que si se organizan actividades de orientación hacia esta especialidad, se podría influir en su motivación hacia la misma.

Propuesta de actividades de preparación del profesor para contribuir a la formación vocacional y la orientación profesional hacia la carrera de Cultura Física.

Objetivo General: Diseñar un programa de talleres de superación teórico metodológica para la preparación de los profesores en la tarea de orientación profesional de estudiantes de preuniversitario

La propuesta consta de una preparación inicial y 5 etapas en las que se incluye: la preparación inicial, presentación, orientación, ejecución, control del proceso y evaluación del programa de talleres, discusión y evaluación de los resultados

Preparación Inicial:

- 1.-Se realiza un análisis de los resultados de la exploración diagnóstica aplicada a los profesores y estudiantes.
- 2.-Sobre la base de la exploración diagnóstica inicial, se hizo una búsqueda de información teórica sobre la temática, consulta de documentos normativos como resoluciones, indicaciones metodológicas del INDER, del MINED y otros materiales
- 3.-Elaboración estructurada de un programa para desarrollarlo en forma de talleres con enfoque sistémico, cuyo proceso abarca tres momentos del curso escolar encaminados a la OP hacia la carrera de Cultura Física. 4.-El programa será sometido a revisión de especialistas para su perfeccionamiento.
- 5.-Se preparan condiciones para la ejecución de los talleres.

Primera Etapa:

Primer taller: Presentación

Objetivo: Debatir los problemas con los profesores en cuanto a sus experiencias en la FV y la OP y sus insuficiencias en los conocimientos sobre este tema, para motivarlos e implicarlos en la propuesta de superación teórico metodológica que se ofertará.

- 1.-Intercambio inicial con los profesores para motivarlos e implicarlos en el trabajo de FV y OP
- 2.-Introducción sobre los fundamentos teóricos generales sobre la FV y la OP y las orientaciones en los documentos normativos y en otros materiales.
- 3.-Presentación de los temas del contenido del programa. Se somete a criterio de los profesores.



4.-Se orienta un breve diagnóstico en el que los profesores aplicarán instrumentos a los estudiantes: una encuesta, entrevista, composición y una escala valorativa sobre intereses profesionales.

Segunda Etapa

Segundo Taller:

Objetivo: Analizar los problemas de los estudiantes en cuanto a sus intereses y expectativas sobre su futuro profesional.

- 1.-Se discuten los resultados del diagnóstico para precisar intereses, necesidades y expectativas de los estudiantes.
- 2.-Se les orientan a los profesores los temas contenidos en el programa de forma general mediante interrogantes:
- 3.-Se forman equipos, se distribuyen los temas y se facilitan materiales para establecer debates entre los participantes.
- 4.-Se les facilita una guía, para el estudio de los temas para el estudio independiente.

Tercera Etapa

Tercer Taller: Ejecución

Objetivo: Determinar las formas, vías y métodos para ejecutar los talleres de manera efectiva en la orientación profesional de la Cultura Física como profesión pedagógica.

- 1.-Ejecución de los talleres en los que se debatirán los temas asignados a los equipos. Este taller puede abarcar 3 o más sesiones.
- 2.-Se establecerán conclusiones con la participación de los asistentes y de ello se derivará la necesidad de elaborar estrategias del trabajo de OP desde su función como docentes de la enseñanza general, destacando las potencialidades de la Cultura Física como profesión pedagógica.
- 3.-Se les orientará cómo proyectar una estrategia
- 4.-Se elaborará las estrategias por parte de los profesores
- 5.-Se presentarán al colectivo y se discutirán.
- 6.-Se planificarán las acciones de la estrategia en el tiempo y se ejecutarán según lo planificado a través del curso.

Cuarta Etapa:

Cuarto Taller: Control del proceso

Objetivo: Controlar los resultados de la aplicación de la estrategia elaborada por los profesores a través del curso.



-Para la ejecución y control del proceso se convocarán sesiones en las que los profesores tomaran parte activa en el análisis y discusión de los resultados que se van obteniendo a través del curso.

Quinta Etapa:

Quinto Taller: Evaluación

Objetivo: Evaluar los resultados obtenidos con la aplicación de la estrategia de OP al grupo de estudiantes seleccionado en relación con las dificultades y logros alcanzados al final del curso para lo que aplicarán instrumentos.

- 1.-Evaluación de los resultados obtenidos al final del curso, destacando logros y dificultades
- 2.-Socialización de los resultados a través de: comunicaciones en consejos de dirección, colectivos del trabajo metodológico, ponencias para eventos.
- 3.-Generalización del trabajo de la superación teórico metodológica sobre OP a otros profesores de la escuela.

Durante las sesiones de los talleres se tendrá en cuenta los siguientes requisitos (Tejeda et al (2007 p.4)

-*Ser flexible:* cada actividad que se realiza permite la admisión de los criterios y reflexiones de los asistentes a los talleres, así como la posibilidad de introducir elementos que surjan como necesidad individual o grupal en cada actividad que se planifique.

-*Ser participativo:* se necesita la participación activa de todos los profesores en cuanto a las opiniones sobre las diferentes situaciones que se presentan y las sugerencias que se realizan para su transformación.

-*Ser dinámico:* se centra en el concebir la estrategia y proyección de las acciones para el trabajo de FV y OP, donde se contemple la agilidad en la solución de situaciones en las que se discuta y se reflexione para perfeccionar dichas acciones en la planificación de la estrategia.

-*Ser Interactivo:* en la actuación basada en intercambio entre los participantes del taller y con todos los demás implicados en el trabajo de OP en la escuela.

La valoración de los 5 especialistas a la que fue sometida la propuesta, fue en general muy positiva. Las sugerencias y aspectos señalados sirvieron para el perfeccionamiento de la misma. La consulta a especialistas permitió avalar las posibilidades de implementación de la propuesta y su generalización para contribuir a la Formación Vocacional y Orientación Profesional en el nivel de preuniversitario

CONCLUSIONES

- Mediante los fundamentos teóricos y metodológicos expuestos, se reconoce la necesidad urgente de que los profesores del preuniversitario estén preparados para contribuir a la formación de la autodeterminación profesional, lo que determina que el estudiante esté en



condiciones de realizar una selección consciente de la profesión basada en las características y exigencias y en el análisis de sus propias potencialidades, sus intereses y su motivación.

- La exploración diagnóstica realizada demostró la necesidad de la preparación teórico metodológico de los profesores del preuniversitario de la escuela seleccionada y cómo esta preparación devienen factor importante a tener en cuenta en el análisis del perfil pedagógico de la carrera de Cultura Física, como un elemento importante para fomentar el interés hacia dicha profesión.
- La preparación teórico metodológica de los profesores en el trabajo de la Orientación Profesional del estudiante, dirigida hacia las carreras pedagógicas de la Cultura Física y el Deporte, indica que es un proceso que debe ser organizado, dirigido y controlado por la escuela, teniendo presente el papel activo del profesor para la planificación y la ejecución de las actividades, considerando especialmente la clase como la vía principal y más efectiva para el desarrollo de la orientación profesional.
- La valoración preliminar de la propuesta de preparación teórico metodológica de los profesores, a partir de la consulta a especialistas cumplió su cometido al develar sus posibilidades de generalización e implementación para contribuir a la Formación Vocacional y Orientación Profesional, no solo en el preuniversitario, sino también en otros grados y centros docentes.

BIBLIOGRAFÍA:

- Caballero A.M. y otros (2008). Consideraciones teóricas metodológicas y prácticas acerca del trabajo vocacional profesional. Material docente impreso., p.11.
- Caballero, A.N., y otros (2009). La formación integral del bachiller y su orientación profesional. Curso 31. La Habana, Sello Editor *Educación Cubana*. ISBN 978-959-18-0439-6.
- Carbó, Y., Concepción, Z. & Laurencio, T. (2011). Alternativa metodológica para favorecer la formación vocacional y orientación profesional a través de la disciplina Biología. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*. Vol 3, Nº 29 (julio 2011).
- De Armas, N. (1979). Importancia de la Formación Vocacional y Orientación Profesional en la autodeterminación de la profesión de los estudiantes. p.84-94. En: *Revista Educación*. Año X. No. 36. La Habana, ene.–mar. 1979.
- De Armas, N. (1990). Fundamentos Teóricos y Metodológicos de la Orientación Profesional Curso de Postgrado. Material impreso- ISP FV, Villa Clara.



- De Armas, N. (1996). La Orientación profesional pedagógica y el desarrollo de intereses, inclinaciones y capacidades en el proceso de autodeterminación profesional. Informe de Investigación. ISP FV Santa Clara, Villa Clara
- Del Pino, J: L. (1994). Grupo Técnica Dramática y Orientación Educacional. Material Impreso en el ISP. "Enrique José Varona," Facultad Pedagógica. La Habana.
- Domínguez L. y M. Zabala (1987). La motivación hacia la profesión en la edad escolar superior. En: Colectivo de autores. Investigaciones de la personalidad en Cuba. Ciudad de la Habana. Editorial Ciencias Sociales.
- Gómez, M. (1994). Una Metodología para la orientación profesional de los estudiantes de preuniversitario hacia las ciencias afines a las Ciencias Químicas. Tesis en opción al Título de Doctor en Ciencias Pedagógicas. La Habana.
- Gómez, M. (2005). La orientación profesional como contenido de la educación Curso 63, Congreso Internacional de Pedagogía 2005. La Habana. Sello Editor *Educación Cubana* 2005, ISBN 959-18-0073-8.
- González O. (1990). Motivación y Orientación Profesional, Congreso Internacional Pedagogía 1990. Ciudad de la Habana.

3.5. TÍTULO: METODOLOGÍA PARA LA PREPARACIÓN FÍSICA DE LOS AJEDRECISTAS DE ALTO RENDIMIENTO.

Autores: MSc. Fausto Osorio Curbelo

Dr. C Dorges Heredia Guillarte

Dr. C Rolando Castro Marcelo

RESUMEN

La preparación física es un componente, al cual cada día se le otorga mayor importancia por el rol que juega en el rendimiento del ajedrecista, aunque todavía existen limitaciones, que estimularon esta investigación. Para su realización se tuvo en cuenta el resultado del diagnóstico a los ajedrecistas juveniles, el cual reveló un limitado desempeño competitivo en partidas prolongadas y en competencias de larga duración, manifestaciones de fatiga física y mental durante los eventos de larga duración y molestias en la región lumbar y cervical, por lo que se propone una **Metodología para la preparación física de los ajedrecistas de alto rendimiento**, con la finalidad de facilitar al profesor enfrentar el desarrollo de la condición física de los ajedrecistas de alto rendimiento. Los métodos implementados: histórico lógico, análisis síntesis, sistémico estructural funcional, observación, entrevista y encuesta. El investigador elaboró un modelo de la preparación física de los ajedrecistas de alto rendimiento, que se lleva a la práctica a través de una metodología. Se valoró la pertinencia del modelo y la factibilidad práctica de la metodología



en diferentes espacios de socialización y con un pre experimento, además de consultar a los usuarios. Se reveló la apropiación de la condición física del ajedrecista, con una sistematización de las actividades físicas a través de la práctica del ejercicio físico, pero respondiendo a las particularidades y exigencias del ajedrez

Palabras claves: Ajedrez, preparación física, condición física de los ajedrecistas.

INTRODUCCIÓN

El entrenamiento en el ajedrez es un proceso de dirección pedagógica, con particularidades y exigencias diferentes a otros deportes, teniendo un predominio del desarrollo de las habilidades lógicas del pensamiento; entre las particularidades se destaca el gran número de horas a su preparación teórica y en el enfrentamiento posterior a los adversarios durante las competencias en posición de sentado.

El ajedrecista tiene una carga de trabajo principalmente mental, la cual suele acompañarse de unas exigencias físicas de sedentarismo postural, además de los requerimientos del tratamiento de la información y de la aplicación de funciones cognitivas en intensidad variable (actividades mentales de comprensión, razonamiento, solución de problemas; movilización de recursos como la atención, la concentración, la memoria).

Jugar ajedrez pudiera parecer una actividad sin exigencia, pero para el alto rendimiento los ajedrecistas despliegan un gran esfuerzo de los analizadores, transfiriendo molestias y un nivel de fatiga, que contribuye a no poder mantener un rendimiento estable a través de todo el periodo que se prolonga la competencia.

En la búsqueda de respuestas teóricas a la reflexión anterior, se constató que en los materiales docentes aparecen requerimientos básicos, dirigidos al desarrollo con carácter integrador de la preparación de los ajedrecistas, vinculándose las diferentes direcciones, cuestiones que no siempre son atendidas en la práctica pedagógica diaria, caracterizada por un enfoque al desarrollo de las habilidades lógicas del pensamiento, que es el modelo histórico de la preparación de los ajedrecistas.

Por otra parte, los resultados del **diagnóstico fáctico**, implementado en el proceso de preparación de los ajedrecistas de alto rendimiento de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) "Carlos Leyva González" de Las Tunas, permitió corroborar las siguientes insuficiencias:

- Limitado desempeño competitivo en partidas prolongadas y en competencias de larga duración.
- Manifestaciones de fatiga física y mental durante las competencias de larga duración.
- Molestias en la región lumbar y cervical.

A partir de estas limitaciones y desde la experiencia epistemológica del investigador, se realizó un proceso de abstracción científica, que permitió revelar el siguiente **problema científico**: ¿Cómo



contribuir a la preparación física de los ajedrecistas de alto rendimiento en correspondencia con las particularidades y exigencias del ajedrez?

En la búsqueda de las posibles respuestas, en la plataforma teórica actual del ajedrez, aparecen algunas explicaciones especializadas, pero hasta el momento es insuficiente la explicación o solución desde la teoría en correspondencia con la preparación integral, que contribuya a resistir la posición sedentaria que asume el jugador en su periodo de preparación y competitivo.

Se formula como **objetivo**: elaborar una metodología para la preparación física de los ajedrecistas de alto rendimiento, sustentada en un modelo de planificación con un enfoque físico-recreativo, en correspondencia con las particularidades y exigencias del ajedrez.

Por su parte, para el estudio de la literatura general y especializada concerniente al tema de la investigación y las exigencias para la verificación y apreciación de la modificación a través de los indicadores de referencia, se parte de la dialéctica materialista como método general de la investigación, que se complementa con los siguientes métodos y técnicas investigativas.

- Histórico - Lógico. Hipotético - Deductivo. Análisis - Síntesis.
 - Modelación. Sistémico-Estructural Funcional. Método Delphi.
- Observación. Entrevista. Encuesta. Análisis documental. Experimento.

DESARROLLO

Hace ya más de dos milenios, Hipócrates, el más famoso de los médicos de la antigüedad y padre de la medicina moderna, descubrió la vinculación existente entre el estado psíquico y físico del hombre al afirmar que las personas sanas y físicamente fuertes, habitualmente estaban de buen humor mientras quienes no gozaban de un buen estado de salud a menudo estaban malhumorados.

Estas ideas han sido desarrolladas por médicos contemporáneos, que han estudiados los mecanismos de vinculación recíproca entre la salud física y la mental. Hoy la famosa frase EN CUERPO SANO MENTE SANA descansa en una sólida base científica.

¿Necesita desarrollar sus capacidades físicas el ajedrecista, si el permanece sentado aproximadamente cuatro horas?

¿Qué capacidades físicas debe desarrollar?

¿Hasta qué punto se deben desarrollar las mismas?

Indiscutiblemente que si necesita desarrollar sus capacidades físicas, fundamentalmente la resistencia aerobia y la fuerza, que es la base para a la altura de las tres o cuatro horas facilitar una óptima capacidad de trabajo.

Las actividades físicas constituyen medios activos para prevenir, mejorar y curar enfermedades, las mismas tienen propiedades antioxidantes, fortalecen el aparato motor y todos los sistemas vitales del organismo, donde el sistema nervioso central manda señales desde el encéfalo al



centro baso motor, provocando una descarga simpática masiva, la cual produce cambios en todos los sistemas de órganos. Se pudiera decir que esta es la respuesta inicial del organismo a la actividad física.

Según Guyton y Hall, (1998: 301) "...las células cerebrales necesitan amplios suministros de nutrientes y oxígeno, ya que el metabolismo del cerebro se caracteriza por una gran intensidad de los procesos de oxidación aerobia, por ejemplo, el cerebro utiliza aproximadamente del 15 al 25 % del oxígeno consumido por el organismo en el estado de reposo relativo".

El cerebro es extraordinariamente sensible a la insuficiencia de oxígeno, su disminución acarrea notables alteraciones en la actividad nerviosa. El contenido de glucógeno en el cerebro es tan pobre, que sus reservas resultan casi inutilizables en este tejido (90 mg x 100 g de tejido cerebral). Cuando disminuye el nivel glicérico en sangre, este repercute negativamente en la actividad nerviosa, disminuyéndola. Por tal motivo, la glucosa sanguínea es el combustible principal del tejido cerebral.

Cuando se realiza una actividad prolongada, de intensos procesos nerviosos, además de la intensificación de los procesos de oxidación aerobia, se provoca la fatiga, que se caracteriza por la disminución temporal de la capacidad de trabajo. Según autores como Zimkin (1975), Guyton y Hall (1998), y León (2004), en la actividad cerebral predomina el sistema energético aerobio. Rangel Mayor L (2007) argumentó que: "... realizar ejercicio físico moderado es beneficioso para mantener el cerebro sano y prevenir enfermedades neurodegenerativas".

La rutina diaria de entrenamiento de un ajedrecista, a pesar de que cada cual tiene una manera diferente de entrenar; en materia intelectual es de una media de cinco o seis horas diarias: entre análisis de partidas, libros, computadoras. Por lo que la actividad física contribuye a lograr un equilibrio que fue alterado por el exceso del trabajo intelectual.

La actividad física, ejecutada a partir de un diagnóstico que brinde la posibilidad real de cada practicante, le facilita un aporte adecuado de nutrientes, interviniendo en la homeostasis de la glucosa y del oxígeno y en los procesos de vascularización cerebral, y optimiza la eficacia funcional de las neuronas, interviniendo en procesos de excitabilidad neuronal y de plasticidad sináptica.

Cada ajedrecista puede o no recibir una formación física, o entrenamiento, según sus características, pero básicamente una preparación física apropiada para un ajedrecista está centrada en dos capacidades básicas importantes: la resistencia y la fuerza. La resistencia, que suele perseguir un ajedrecista, está orientada a una resistencia general básica contra la fatiga y con objeto de aumentar en tiempo, capacidad de concentración y memoria. Mientras tanto, la preparación de fuerza está orientada a un fortalecimiento de la musculatura que guarda más



relación con la postura en posición de sentado, o sea esencialmente los músculos abdominales, lumbares, dorsales, cervicales y glúteos.

La condición física está conceptualizada para que el ajedrecista de alto rendimiento pueda controlar la fatiga, y tratar de que no llegue a ser descompensada, lo que es clave para alcanzar el rendimiento deportivo, sinónimo de demostrar su capacidad intelectual. El ajedrecista necesita mejorar los procesos de producción de energía y desarrollar cualidades musculares, que le permitan permanecer un tiempo prolongado en la posición de sentado, que se puede alcanzar producto a tener hábitos de una práctica sistemática de la actividad física.

Opiniones de algunos grandes maestros sobre la preparación física.

El Ajedrez es una lucha donde ambos jugadores les gustaría ganar, y ambos quieren evitar el perder. Perder una partida es realmente una sensación desagradable, especialmente si tienes que estar seis horas sentado y al otro día también tienes otro reto. Los ajedrecistas no solo ven una partida, sino también piensan en las rondas que faltan. GM Yudit Polgar

Mi secreto es que voy al gimnasio dos horas cada día cuando no estoy jugando un torneo. G.M Viswanathan Anand

Antes también me encantaba ir a correr, pero hoy en día me gusta más caminar. Una vez hice una caminata con unos amigos míos y recorrimos 25 kilómetros en cuatro horas. Si uno no estás en forma físicamente, es imposible aguantar siete horas seguidas ante el tablero. G.M. S. Karjakin
Necesitas toda tu fuerza para estar en plena forma. Nada te preparará mejor que estar en buena forma física y todo lo que necesitas es hacer algún deporte de manera regular. Así que lo más importante no son las aperturas, medio juego o finales...lo más importante es empezar mejorando tu forma física. GM Alexandra Kosteniuk

No sólo me preparo para el Ajedrez, sino para estar en forma físicamente y poder afrontar cada torneo. GM Magnus Calsen.

De las diez reglas doradas para el ajedrecista en ascenso, la tercera es la ENERGIA, trato de cuidar mi forma física y psicológica, antes de cada torneo, trato de hacer algún deporte. GM Francisco Vallejo

Solía correr 15 kilómetros por la arena todos los días para estar en forma para el duelo contra Karpov. G.M. Garry Kasparov

Según las perspectivas del investigador, la preparación física del ajedrecista debe tener como propósito contribuir a un desarrollo físico integral, que tenga en cuenta lo físico-recreativo, mediante actividades físicas inducidas por su entrenador y gestionadas por el ajedrecista, donde predomine su protagonismo en la selección de las actividades, acorde a sus posibilidades reales, potenciales y los gustos y preferencias.



La metodología, se define como el conjunto de procedimientos y acciones interconectados que responden a la lógica del desarrollo de la preparación física de los ajedrecistas de alto rendimiento; que tiene como objetivo, orientar las acciones que se deben realizar para el desarrollo de la preparación física, pero respondiendo a las particularidades y exigencias del Ajedrez.

La metodología está compuesta por las siguientes etapas:

1. Diagnóstico.
2. Programación y distribución de los contenidos.
3. Implementación.
4. Evaluación y reajuste general.

Cada etapa está compuesta por varios procedimientos, los cuales se concretan con diferentes acciones. Las etapas de la metodología se corresponden especialmente con los componentes del modelo teórico propuesto, tales como análisis previo, tratamiento metodológico a los componentes didácticos personales y no personales, así como la estructuración temporal del período de preparación física.

No obstante, los componentes ejecución del plan de preparación física y control y evaluación, están relacionados no con un procedimiento específico, sino con todos, ya que forman parte de las funciones del ciclo de dirección que consienten en desarrollar, evaluar y reajustar cada procedimiento. La metodología facilita una mejor orientación para el desarrollo de la preparación física de los ajedrecistas de alto rendimiento.

Primera etapa: Diagnóstico.

Acciones del procedimiento, **análisis previo de la condición física de los ajedrecistas.**

1. Debatir en el colectivo técnico y de ajedrecistas los resultados de la condición física alcanzada y su contribución al rendimiento deportivo en el ciclo de preparación antecedente.
2. Definir qué recomendaciones y proyecciones se asumirán para desarrollar la preparación física en el nuevo ciclo competitivo.

Acciones del procedimiento, **identificación de los gustos y preferencias de las actividades físicas a desarrollar en el nuevo ciclo de preparación física.**

1. Aplicar entrevistas o encuestas grupales para precisar los gustos y preferencias de las actividades físicas a desarrollar en el nuevo ciclo de preparación física.
2. Procesar los resultados de la aplicación de las entrevistas o encuestas grupales

Acciones del procedimiento, **determinación del perfil de exigencias físicas de los ajedrecistas de alto rendimiento.**

1. Definir las particularidades y exigencias del Ajedrez.



2. Precisar los sistemas competitivos, la duración de las partidas según el ritmo de juego, programación de las rondas y el tiempo de duración de las competencias que se enfrentarán.
3. Definir los parámetros de la condición física por capacidades que se requieren para rendir en las competencias seleccionadas en el ciclo de preparación
4. Fundamentar el comportamiento de los indicadores o exigencias físicas.

Acciones del procedimiento, **evaluación de la condición física actual de los ajedrecistas.**

1. Seleccionar las pruebas físicas funcionales, antropométricos y posturales.
2. Aplicar las pruebas físicas funcionales, antropométricos y posturales.
3. Procesar los resultados de la aplicación de las pruebas físicas funcionales, antropométricos y posturales.

Segunda etapa: Programación y distribución de los contenidos.

Acción del procedimiento, **definición de los objetivos de la preparación física.**

1. Determinar, derivar y formular los objetivos de los diferentes niveles estructurales de la preparación.

Acciones del procedimiento, **determinación de los grupos de ajedrecistas para la individualización de la planificación de la preparación física.**

1. Analizar los resultados del diagnóstico del nivel de las condiciones físicas de los ajedrecistas.
2. Organizar los grupos de planificación en rezagados, promedios y avanzados a partir de indicadores de estado de la preparación en cada capacidad física para proyectar la individualización en cada contenido o actividad física.

Acción del procedimiento, **determinación de los contenidos de la preparación física.**

1. Determinar los contenidos o actividades de la preparación física, que estén acorde con las características, necesidades, así como los gustos y preferencias individuales, y que puedan aprovechar las potencialidades educativas para la formación y fortalecimiento de los valores, las convicciones, lo afectivo-motivacional y lo recreativo.

Acciones del procedimiento, **determinación de los métodos, medios, implementos, procedimientos organizativos y formas de evaluación de los contenidos de la preparación física.**

1. Seleccionar de forma interrelacionada los métodos reproductivos y los que estimulen predominantemente los niveles productivo y creativo en la asimilación de los contenidos de la preparación física de los ajedrecistas.
2. Seleccionar medios diversos y adecuados para la preparación física de los ajedrecistas.



3. Seleccionar diferentes formas organizativas que propicien una adecuada adquisición de los contenidos de la preparación física mediante el uso racional de los recursos humanos y materiales en condiciones concretas (lugar, tiempo, horario).
4. Seleccionar diversas formas de evaluación del nivel de desarrollo alcanzado y el nivel de desarrollo potencial de los ajedrecistas.

Acciones del procedimiento, **determinación de las estructuras temporales para la planificación de la preparación física.**

1. Analizar la dinámica competitiva que se enfrentará y la duración del proceso de preparación de los ajedrecistas.
2. Precisar que contenidos o actividades físicas son las más idóneas para cada nivel estructural del modelo de planificación asumido.

Acciones del procedimiento, **distribución y dosificación de los contenidos de la preparación física en las estructuras temporales de la planificación.**

1. Diseñar los planes de estimación de la carga física para el nuevo macrociclo de preparación.
2. Proceder al llenado de los planes escrito y gráfico según el modelo de planificación asumido.

Tercera etapa: Implementación

Acción del procedimiento, **ejecución del plan de preparación física de los ajedrecistas.**

1. Aplicar la proyección del tratamiento metodológico de los componentes didácticos en las clases de preparación física correspondientes a cada estructura de la planificación.

Acciones del procedimiento, **análisis sistemático y parcial del cumplimiento de los objetivos de la preparación física.**

1. Realizar los controles corrientes y operativos del cumplimiento de los objetivos de la preparación física al desarrollar cada mesociclo, microciclo y clase de preparación física.
2. Analizar en el colectivo técnico y de ajedrecistas las debilidades y fortalezas detectadas.
3. Definir un plan de medidas didácticas a emplear en el contexto grupal e individual que permitan reajustar los componentes de la preparación física de los ajedrecistas.

Cuarta etapa: Evaluación y reajuste general

Acciones del procedimiento, **análisis de la condición física alcanzada y su contribución al rendimiento deportivo de los ajedrecistas.**

1. Realizar las pruebas finales de los parámetros físicos funcionales, antropométricos y posturales.
2. Procesar los datos estadísticos de los resultados registrados en las pruebas finales de los parámetros físicos funcionales, antropométricos y posturales de la condición física alcanzada.



3. Analizar la incidencia del estado de la condición física lograda en el rendimiento de los ajedrecistas.

Acciones del procedimiento, **evaluación de la efectividad de los procedimientos y acciones de las etapas.**

1. Establecer parámetros de evaluación de la calidad del cumplimiento de los procedimientos y acciones de cada etapa.
2. Valorar en el colectivo técnico y de ajedrecistas la calidad del cumplimiento de los procedimientos y acciones de cada etapa de la metodología.

Acciones del procedimiento, **reajuste de los procedimientos y acciones de las etapas.**

1. Identificar las fortalezas y debilidades que se manifestaron en el desarrollo de la preparación física realizada.
2. Establecer recomendaciones para el próximo ciclo de preparación física que permita el tratamiento a las debilidades identificadas y perfeccionamiento de cada procedimiento y sus acciones

RESULTADOS DEL PREEXPERIMENTO

Se observaron avances significativos que contribuyeron al mejoramiento de la condición física de los ajedrecistas de alto rendimiento, por tanto, se produjo su perfeccionamiento. Muestra de ello son los resultados obtenidos en los tests pedagógicos de las capacidades físicas, en las observaciones a sesiones de preparación física y en las encuestas a los ajedrecistas.

Los resultados de los tests pedagógicos que seguidamente se muestran corresponden a la resistencia, fuerza, rapidez y flexibilidad de los ajedrecistas de alto rendimiento.

La escala de evaluación utilizada en los tests fue la siguiente:

Puntuación	Evaluación cuantitativa	Evaluación cualitativa
De 80 a 100	3	Bien
De 60 a 79	2	Regular
Hasta 59	1	Mal

Los resultados de los test de la resistencia presentan un saldo positivo, ya que en el test inicial se alcanzaron una evaluación de regular y tres de mal y posteriormente se lograron dos evaluaciones de bien y dos de regular. Estos resultados son la manifestación de una mejoría de la resistencia aeróbica y de la efectividad de los ejercicios propuestos.

En los resultados de los test de fuerza se constataron valores positivos, pues en el test inicial se alcanzaron una evaluación de mal, dos de regular y una de bien y luego en el test final se lograron que todas las evaluaciones fueran de bien. El análisis cualitativo de estos resultados permitió constatar el fortalecimiento de los músculos de la espalda, el abdomen y los glúteos de los atletas ajedrecistas.



Se constataron resultados positivos en los test de la rapidez, producto de que en el test inicial se alcanzaron tres evaluaciones de regular y una de bien, mientras que en el test final se obtuvieron todas las evaluaciones de bien. Se constató en los resultados obtenidos la mejoría de esta capacidad física.

En los resultados de los test de la flexibilidad se refleja un saldo positivo, ya que en el test inicial se alcanzaron tres evaluaciones de regular y una de bien, mientras que en el test final se obtuvieron todas las evaluaciones de bien. Estos resultados son la expresión de la mejora en cada uno de los ajedrecistas de la capacidad de flexibilidad.

El cuestionario de la encuesta aplicada se centró en determinar en qué nivel de satisfacción consideraron que las actividades físicas sistematizadas les propicio sentirse motivado en cada sesión del entrenamiento físico, facilitándole desarrollar su condición física y, con ella, el ascenso en los resultados deportivos.

Los cuatro ajedrecistas (100 %) marcaron el nivel de satisfacción máxima en cada una de las preguntas, lo cual evidencia el alto nivel de satisfacción de estos, al referirse a la calidad con que se sistematizaron las actividades físicas, tras la ejecución sobre la base de la metodología.

Al constatar los resultados obtenidos en los test pedagógicos y la encuesta a los ajedrecistas se evidencia la correspondencia entre estos. Por tanto, se considera positiva la incidencia del modelo como concepción y la factibilidad de aplicación práctica de la metodología, puesto que se apreció una mejoría en el desarrollo de la sistematización de las actividades físicas con los ajedrecistas juveniles de alto rendimiento seleccionados.

CONCLUSIONES

1. Los fundamentos biológicos expuestos anteriormente reflejan la importancia del POR QUÉ de la preparación física en los ajedrecistas, la cual crea adaptaciones biológicas, para poder soportar los largos periodos de trabajo mental intenso, que provocan la aparición de la fatiga.
2. El ajedrecista debe priorizar el desarrollo de la capacidad física de resistencia aerobia de media y larga duración, además de fortalecer los grupos musculares que intervienen en la posición de sentado, por el significativo trabajo a que son sometidos por largo tiempo durante una partida.
3. Al relacionar los resultados de los tests pedagógicos de las capacidades físicas se constata que se mejora la condición física de los ajedrecistas y por tanto se prolonga la aparición de la inevitable fatiga descompensada, lo que contribuye a cometer menos errores
4. Se implementó un pre experimento con los cuatro ajedrecistas pertenecientes al equipo provincial juvenil de Las Tunas. Los resultados positivos obtenidos en los tests



pedagógicos, y en la encuesta a los ajedrecistas aportan evidencias para demostrar la incidencia positiva y la factibilidad de aplicación práctica de la metodología para la preparación física de los ajedrecistas.

BIBLIOGRAFIA

1. Colectivo de autores. (1990) Ajedrez, ciencia, experiencia y maestría (En ruso). Moscú. Unión Soviética: Raduga
2. Tal M. (1972) Práctica del Ajedrez magistral. Sobre la preparación para el Campeonato Mundial de 1960.
3. Yusupov A. (1997) ¿Cómo lograr se Gran Maestro? Barcelona, España: Paidotribo.
4. Jaque Mate.Net . En una entrevista digital en el Diario A.S.Educated. Charla con el Gran Maestro Miguel Illesca 9.13-05-2004
5. Osorio C. F. La concepción de un programa integrador para el perfeccionamiento de la preparación física de los ajedrecistas escolares de alto rendimiento. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Primera Jornada de Ajedrez “Carlos Manuel de Céspedes” Granma 17 octubre 2012.
6. Collazo, M. A., N. Betancourt (2006) Teoría y Metodología del entrenamiento Deportivo T II. Ciudad de la Habana, Cuba: Deportes.
7. Weineck, J. (2005). Entrenamiento total. Barcelona, España: Paidotribo.
8. De la Reina, M.L., V. Martinez de Haro (2003). Manual de teoría y práctica del acondicionamiento físico. Madrid, España: C.V. Ciencias del Deporte.
9. Platonov, V.N. (1985). Entrenamiento deportivo, teoría y metodología. Barcelona, España: Paidotribo.

3.6. TÍTULO: ESTUDIO SOBRE LA FORMACIÓN DEL RITMO DE LA CARRERA DE APROXIMACIÓN EN LOS SALTADORES DE LONGITUD

Autores: Lic. Agustín Neuland Estrada. Profesor Auxiliar.

MSc. Carlos Julio Travieso García. Profesor Auxiliar.

MSc. Yusbiel Castro Pérez. Profesor Asistente.

RESUMEN

El atletismo cubano posee prestigio en el área internacional, tanto en las disciplinas de carrera, como en las disciplinas de fuerza, entre las que se incluye el salto de longitud. Mantener estos resultados históricos requiere de un proceso de investigación constante por parte de nuestros entrenadores, es por ello que desde las ciencias de la Cultura Física aplicadas al deporte, se propone este estudio que responde a necesidades objetivas de los entrenadores del área de salto



de longitud en la provincia de Las Tunas, para ello se desarrolló un diagnóstico de la preparación técnicas de los atletas de la categoría pioneriles, donde se detectaron deficiencias en la correlación y el ritmo de la carrera de aproximación de los saltadores, para resolver esta problemática se trazó el siguiente objetivo: valorar los componentes del salto de longitud para mejorar la formación del ritmo de la carrera de aproximación y desde aquí corregir los errores más comunes en la disciplina, para ello se aplicó el método de observación, medición y las técnicas de entrevista a entrenadores, así como, el cálculo porcentual para emitir un criterio factibles para todos los atletas. Se tomó como muestra de 7 atletas pertenecientes a la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) Carlos Leyva González de la provincia Las Tunas.

Palabras claves: carrera, ritmo, salto, longitud

INTRODUCCIÓN

En la más remota antigüedad del hombre, donde la realidad reinante, la obligada necesidad de subsistir, lo empujaban a luchar en un medio difícil, realizando acciones como saltar, correr y lanzar, unas veces para procurar alimento, otras para salvar la vida.

Estos movimientos naturales, a través del tiempo se fueron incorporando a las actividades religiosas, formaron parte de la preparación militar en los pueblos guerreristas hasta llegar, como en la antigua Grecia, a desplegarse a manera de competencias, formando parte del programa olímpico, motivados por el deseo de conocer cuál era el individuo más fuerte, el más rápido o más completo en condición física.

En la segunda mitad del siglo pasado, nace el atletismo como un deporte en Inglaterra y se extienden las reglas a través del mundo. Mucho ha evolucionado en cuantos a elementos, métodos y técnicas. Mucho se ha estudiado en la actualidad buscando la perfección en las diferentes fases de las distintas disciplinas, rebuscando en lo más insignificante detalles, con el objetivo de lograr, al final, un centímetro o una décima de segundo que posibilitara imponer una nueva marca.

En esta lucha de primacías y medallas, en que se ven involucradas los atletas se ponen en máxima tensión las fuerzas investigativas, nuestro gobierno revolucionario realiza grandes esfuerzos, invirtiendo innumerables recursos, fiel a las directivas emanadas por nuestro PCC, conscientes de que la calidad que nos representa en la arena internacional brota de la masividad, que a su vez asegura la práctica activa y sistemática del ejercicio físico por parte del pueblo, elevando con ello el nivel de salud y productividad general.

La esfera de la Cultura Física y el Deporte ha dado en los últimos años un vuelco radical, apoyadas por medidas que han beneficiados a nuestros deportistas. Es debe desarrollar el deporte, sobre bases científicas, investigar qué sucede en algunos eventos del atletismo cubano que se encuentran débiles, como son las carreras de distancia larga, la velocidad entre otros.



Se entiende que todos los esfuerzos realizados en aras de mejorar, ya sea los métodos de entrenamiento, como las técnicas y el sistema de evaluación de los test es insuficiente ante el desarrollo tecnológico de otras potencias entre las que se encuentran EE.UU. y Jamaica.

El área de salto de longitud ha gozado de varios resultados entre los que se encuentran figuras como Ivan Pedroso, Jaime Jefferson, Milan Matos, David Giral entre otros. Sin embargo desde las edades tempranas es necesario la reafirmación de patrones técnicos que contribuyan a la formación de nuevos talentos en el área de salto de longitud, motivo por lo que se desarrolló este estudio relacionado con la carrera de aproximación.

Mediante la observación de sesiones de entrenamiento de la EIDE, la medición de la frecuencia de pasos de los atletas y entrevistas al comisionado de Atletismo en la provincia, se constató la presencia de algunas deficiencias en la carrera de aproximación en el salto de longitud, lo que limita alcanzar resultados favorables en esta área. Por lo que se planteó como problema de investigación **¿Cómo resolver las deficiencias que se presentan en la formación del ritmo de la carrera de aproximación en los saltadores de longitud de la EIDE Carlos Leyva González?**

Objetivo General

Valoración de los componentes del salto de longitud para mejorar la formación del ritmo de la carrera de aproximación en los saltadores de longitud de la EIDE Carlos Leyva González.

Objetivos

1. Comprobar la correlación entre velocidad horizontal y la frecuencia de ritmo en la carrera de impulso.
2. Determinar la relación entre el tiempo empleado en la carrera de aproximación y la formación del ritmo.
3. Comprobar la frecuencia y longitud de los pasos en la carrera de impulso y su relación con el ritmo.

Salto de longitud

La palabra salto proviene del latín "saltus" que significa acción y efecto de saltar.

El salto como tal, es una acción que permite separarse de la superficie mediante una acción rápida, con acción y se puede realizar en dos sentidos, horizontal y vertical.

Formación de ritmo de la carrera de impulso

Este salto consta de una determinada carrera de impulso para cuando el saltador; la longitud de esta puede llegar hasta 50 (m).

Considerando que la distancia de vuelo de este tipo de salto se utiliza la carrera de aproximación es superior a la distancia de vuelo del salto de longitud sin la utilización de la carrera de



aproximación, los entrenadores se preocupan por desarrollar cada vez más la velocidad de la misma, que a su vez garantiza mayor velocidad de vuelo.

La utilización de la carrera de aproximación con el fin de aumentar la distancia de vuelo del saltador, provoca un viraje de acción total en la ejecución técnica del movimiento, en relación con el salto de longitud.

Despegue

El último apoyo de la carrera de aproximación constituye, a la vez, el comienzo del despegue. Las función de este se reduce al cambio de dirección en el movimiento del centro de gravedad del saltador, o giro del vector de la velocidad del centro de gravedad del cuerpo, en ángulo vertical ascendente.

De todo lo antes descrito se arriba a la siguiente conclusión el salto de longitud depende en gran medida de la correlación entre carrera de impulso y despegue, producto que son factores que condicionan el éxito de los saltadores.

La carrera de impulso y su concatenación adecuada con el despegue son determinantes para un buen resultado en el salto de longitud, por lo que el ritmo de la carrera de impulso tiene enorme importancia.

Nos preguntamos qué factores determinan la correcta formación del ritmo en la carrera de impulso de los saltadores de longitud para que este redunde benéficamente en el resultado del salto.

Toda investigación científica debe estar basada sobre firmes referencias objetivas y la mayor cantidad posible de información al respecto. Lo que posibilita, unido a la aplicación de una eficiente metodología, la posibilidad de acometer la solución de un problema científico con grandes posibilidades de éxito.

El tema que tratamos en el presente trabajo trata sobre la formación del ritmo en la carrera de impulso de los saltadores de longitud y su preponderancia en el ulterior resultado deportivo, lo cual ha sido poco investigado y por tal motivo resulta novedoso y a la vez necesario su tratamiento.

“La dirección y las particularidades de incremento de la velocidad de la carrera de impulso tienen sus características, la carrera de impulso garantiza la acumulación de la energía cinética necesaria para la salida después del despegue, pero el papel que desempeña la carrera de impulso no es solo mecánico. Una de las mayores dificultades de la carrera de impulso para los saltos consiste en la elaboración del ritmo de los pasos. Los pasos de la carrera de impulso sobre todo los últimos, son de diferentes longitudes, la longitud de cada paso y por consiguiente, su duración y velocidad fluctúan en forma regular respecto a la norma” (1)



Otro aspecto a tener en cuenta en la estructuración de la carrera de impulso es “la denominada colocación de “retención” de la pierna (...) provoca pérdidas en la velocidad horizontal pero ayuda al desarrollo de la velocidad vertical”. (2)

La fuerza de retención produce un efecto doble, traslada el centro de gravedad del cuerpo y posibilita el vuelo del cuerpo al frente, con la elevación hacia arriba sobre la pierna de despegue. La energía cinética del cuerpo del saltador, empleada para elevar el cuerpo se transforma en energía potencial.

“La colocación de “retención” de la pierna de despegue sobre el apoyo, después de la carrera de impulso, al disminuir la velocidad horizontal facilita la atención de los músculos de la pierna de despegue. Además, las deformaciones elásticas de los músculos de la pierna que efectúa la colocación de “retención” posibilita la acumulación también de energía potencial de forma elástica. Las fuerzas elásticas en el instante conveniente “lanzan” aún más el cuerpo hacia arriba” (3)

Por lo antes tratado, vemos la gran importancia que tiene para lograr un buen salto de longitud, obtener la máxima efectividad en la formación del ritmo de la carrera de impulso, hacia lo cual está dirigido nuestro trabajo.

DESARROLLO

Se realizó el estudio de 7 atletas pertenecientes a la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) Carlos Leyva Gonzales de la provincia Las Tunas.

Desarrollado en la etapa especial.

Métodos utilizados

- Análisis documental.
- Observación estructurada
- Medición

Técnicas aplicadas

- Entrevista
- Cálculo porcentual

Para este trabajo fue necesario trasladarse hasta la (EIDE) Carlos Leyva Gonzalez, de nuestra provincia para recoger una muestra de niños con edad promedio de 11 años, compuesta por 7 atletas de salto de longitud, 1 varón y 6 hembras, momento en el cual el practicante se encuentra en plena asimilación de la técnica de la disciplina, por lo que resulta oportuno para realizar el estudio sobre la formación del ritmo en la carrera de impulso.

Fue necesario para ello la aplicación constante y escrita de los métodos de la observación, dirigida a percibir la realización con sus detalles de la carrera de impulso, la medición, para cronometrar el tiempo empleado en dicha carrera, su longitud total, longitud de los pasos, así



como la frecuencia. La entrevista, mediante la cual se estableció comunicación con el comisionado provincial.

Fue necesario el uso de técnicas estadísticas para el procesamiento de los datos obtenidos.

- Cálculo de la medida.

- Cálculo de desviaciones Stándares.

Las pruebas para la realización de este trabajo científico consistieron en la realización de tres series de saltos compuestos de tres intentos cada uno, en diversos momentos de la preparación especial (cada 21 días) en los meses de Febrero-Marzo-Abril, del 2014, en los mismos se midió la longitud de la carrera de impulso, de los pasos de la misma, su velocidad y frecuencia, así como la longitud del salto que expresa en gran medida el éxito de las fases técnicas precedentes.

Las series tuvieron las características de utilizarse, en la primera, siete pasos de impulso, en la segunda once y en la tercera y última quince. Esto posibilitó de manera muy ilustrativa establecer los criterios comparativos en relación a la formación del ritmo de la carrera de impulso en los saltadores de longitud.

Antes de analizar los resultados obtenidos se debe destacar la importancia que como fase integrante del salto reviste la carrera de impulso y preparación para el despegue.

Todo saltador aspira a llegar a la tablilla de despegue al máximo de velocidad, sin que este aceleramiento represente un esfuerzo exagerado. Es por ello que vemos en el saltador de longitud muy buenas condiciones de velocista.

Para despegar con una velocidad máxima la carrera tendrá que medir 50-60 (m), esto es demasiado si luego se desea ejecutar un despegue con la suficiente energía. Es por ello que los hombres utilizan 40-45 (m) de carrera lo que equivale a 22-24 pasos, las mujeres la ejecución en un tramo de 30-35 (m) está entre 17-20 pasos.

Los niños, juveniles y principiantes utilizan menos distancia. Esto no son más que referencias, las características individuales de cada saltador determinaran la longitud correcta de su carrera de impulso.

Los pasos de esta carrera se realizan con mayor elasticidad que los de los velocistas, sobre el metatarso y con arrancada alta, los brazos accionan sin tensiones extras, ayudando siempre al aumento de la velocidad.

Las llamadas marcas de referencias para delimitar la carrera son de gran utilidad, sobre todo para los atletas de poca experiencia, para poder ajustar su carrera y establecer un ritmo estable y preciso. Es fundamental que todo saltador de longitud elabore su ritmo de carrera, es decir, que en cada carrera de impulso tiene que tratar de aumentar la frecuencia de los pasos en la misma forma y procurar mantener el mismo grado de tensión muscular.



Si se cumple con esto se afirmara la medida de la prolongación de los pasos y con ello también la precisión de la carrera. De esta forma el saltador estará en condiciones de ejecutar la carrera siempre bajo las mismas condiciones, asegurando de este modo un despegue exitoso y las mayores probabilidades de lograr un buen salto. Por lo tanto el comienzo de la carrera siempre tiene que ser efectuado de la misma manera.

Cuanto más experiencia de movimiento tenga el saltador tanto más pronto se afirmará su ritmo de carrera. El ritmo presenta una característica peculiar en sus últimos tres pasos, y donde el penúltimo es el más largo en unos 20-30 centímetros a los demás, propiciando un descenso del centro de gravedad del cuerpo, seguidamente el último paso, que es el más corto de los tres, facilita el ascenso activo del centro de gravedad para comenzar el despegue y un inicio favorable de la parábola de vuelo.

Estos pasos finales (largo, más largo y corto) se denominan preparación para el despegue y como puede observarse el ritmo cambia, su dimensión no es la misma y la velocidad de realización aumenta.

Resultados

Observando las medias obtenidas en las pruebas se verificó un aumento de la velocidad y frecuencias en las distintas series a medida que la distancia y con ello la cantidad de pasos, aumentó. La correlación en longitudes de pasos se fue estableciendo con mayor claridad en su sentido progresivo y el cambio de ritmo en los últimos pasos se aprecia con mayor claridad en la tercera serie. Lógicamente en este momento se había trabajado con mayor número de medios, lo que trajo como consecuencia además del aumento en el número de pasos una mayor coordinación de movimientos y un mejor sentido del espacio, lo que se refleja en el incremento del resultado del salto como tal.

La longitud de la carrera fue un tanto heterogénea en sus dos primeras series, en la tercera se acoplaron las distancias de forma bastante similar.

El tiempo empleado se caracteriza por ser más homogéneo a medida que se acerca a la tercera serie. Esto trae como consecuencia que la velocidad expresada en el tramo sea homogénea en la tercera serie mientras que en las anteriores sea heterogénea, esto demuestra que cada atleta tiene características particulares y sobre 7 u 11 pasos de impulso no logran desarrollar la explosividad deseada.

La orientación hacia el mismo se mantuvo tratando la carrera de impulso con diversos ejercicios auxiliares y específicos, en las espaldas, con la utilización de vallas, saltos variados, integrándolo en un todo junto con el salto de longitud como tal.

La fijación del ejercicio de competición puede lograrse por partes, sino surgen impedimentos que pueden deformar la comprensión y ejecución de su totalidad, teniendo a su estructuración



definitiva. De igual manera recalcando la necesidad del desarrollo cuantioso de experiencia motora se trabajarán con estos alumnos, saltos variados, lanzamientos y carrera en general.

El ritmo se fue individualizando paulatinamente luego de creado el ritmo modelo reproducido y controlado por cada deportista con la utilización de puntos de referencias en la pista. Así cada cual fue ajustando su carrera, la longitud de la misma, la de los pasos, la frecuencia y algo sumamente importante, el cambio de ritmo de los pasos finales.

Tanto la longitud de la carrera, como el tiempo empleado en la misma, su velocidad y frecuencia, como se señaló con anterioridad, expresan el valor mínimo del coeficiente de variación de la tercera serie, se debe tener presente el salto de calidad en cuanto a marcas, experimentando en la segunda y tercera serie, lo que ilustra y da lugar a esta diferencia.

El resultado de esto se revierte en la mayor variabilidad para la segunda y tercera en el resultado definitivo del salto, determinado por características individuales como magnitudes antropométricas individuales, y cualidades físicas, como fuerza rápida, etc.

CONCLUSIONES

Se comprobó que un atleta de la categoría 11-12 con una talla de 1,52 (cm) debe tener una frecuencia de pasos entre el despegue anterior y el apoyo posterior aproximadamente de 60 - 65 (cm), por lo que queda demostrado que el atleta en esta etapa necesita hacer una marcación de 24 pasos de marcha al conteo, con los cuales se desplazaran en 12 pasos de carrera. Entonces la velocidad adquirida para la carrera de impulso está entre 6,02" m/s.

La formación del ritmo depende de la adaptación a la carga de entrenamiento, teniendo en cuenta las sesiones disponibles en el plan gráfico para la carrera de impulso, sin embargo está demostrado que durante la competencia se hace necesario realizar cambios que se pueden considerar como urgencias. Entre estos cambios está invertir el pie de salida, aumentar los pasos de la marca, o realizar carrera volante.

BIBLIOGRAFÍA

1. Atletismo. (1991). Ciudad de la Habana. Ed. Científico – Técnica
2. Betancourt, L y otros (1983). Atletismo en el ámbito escolar y deportivo. Editorial Científico Técnica.
3. Beneficios de la actividad física. (2011). www.alemana.cl/bys/afi/afi002.html - 28k [Consulta: 30 de enero 2013] En caché - Páginas similares Más resultados de www.alemana.cl]
4. Bouza, Carlos N. (2007). Teoría Básica y ejercicios. La Habana. Editorial Ciencias Sociales.
5. Donskoi, D.D. (1982). Biomecánica con fundamentos de la técnica deportiva. Habana. Editorial Pueblo y Educación.



6. Díaz Acosta, Norma. (2001). Técnica de los saltos de longitud. La Habana. Editorial Ciencias Sociales.
7. Godoy-Cumillaf, Andrés Esteban Roberto, Valdés-Badilla, Pablo Antonio, Salvador Soler, Noemí, Carmona-López, María Inés, & Fernández, Juan José. (2015). Características Antropométricas de Adolescentes Pertenecientes a Distintas Escuelas Deportivas Formativas. *International Journal of Morphology*, 33(3), 1065-1070. Recuperado em 06 de febrero de 2016, de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022015000300041&lng=pt&lng=es. 10.4067/S0717-95022015000300041.
8. Goenaga Martínez, Juan (2004). Evolución y Desarrollo del Dporte. Editorial Deportes.
9. González, L. A (2001) Resultados del control psicológico del entrenamiento en saltadores cubanos de alto rendimiento. Disponible en: <http://www.efdeportes.com>
10. Jeffers Duarte, Bernardo.: (2003). Epistemología de la Educación Física: evolución y desarrollo de las distintas concepciones y su objeto de estudio. p. 31–36. En Proyecto de investigación. Deporte y salud: clasificación desarrollo tecnológico/. Las Tunas.
11. Manual de la IAAF (2002). Correr, Saltar y Lanzar.
12. Romero Frómeta, E (2008). El proceso del entrenamiento deportivo. Conceptos y Metodología. ISCF (CH). Compendio Temático Digital.
13. Romero Frómeta, E (2001). Metodologías de Enseñanza de la Técnica. Soporte digital. Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.
14. Romero Frómeta, E (2003). La iniciación en el atletismo en edades 10-11 años. Libro Digital.
15. Romero Frómeta, E y otros (1990). Técnica y metodología de enseñanza de las carreras. Ciudad Habana, Unidad Impresora José A. Huelga.
16. Ruiz Aguilera, Raudol. (1991). El Deporte de hoy. Realidades y perspectivas.-- Ciudad de la Habana. Ed. Científico – Técnica.
17. Kramer, Karl. (1993) Atletismo, lanzamientos. Fundamentos, habilidades técnicas. Barcelona. Editorial Paidotribo.



3.7. TÍTULO: JUEGOS SIMPLIFICADOS PARA DESARROLLAR LOS PRINCIPALES ELEMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS DEL FÚTSAL EN LOS ADOLESCENTES DE 10 A 12 AÑOS.

AUTOR: MSc. Yordanis Tamayo Álvarez. yordanista@ult.edu.cu

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo desarrollar los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en los adolescentes de 10 a 12 años a través de los juegos simplificados debido a los problemas presentados en las habilidades técnicas básicas de este deporte. Para diseñar los mismos se analizaron los referentes teóricos acerca del proceso de enseñanza aprendizaje en el Fútbol en edades tempranas partiendo de los lineamientos y objetivos según los programas de preparación para el deportista, además se tuvo en cuenta los aportes de la fisiología como ciencia para el trabajo con las habilidades motrices porque a través de las mismas se pudo determinar el momento idóneo para perfeccionar y enriquecer todas las capacidades coordinativas que sirven de sostén para la adquisición de la técnica, que hace posible el desarrollo multilateral del adolescente, propiciando mejores resultados en la conducta motriz del practicante. Se utilizaron los métodos del nivel teórico como el históricológico, análisis-síntesis, el inductivo-deductivo y el sistémico-estructural y los métodos empíricos la observación, la medición. Para la elaboración de los juegos se realizó inicialmente un diagnóstico que permitió determinar los problemas técnicos.

Palabras claves: juegos, elementos, técnicos, fútbol, adolescentes

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, es interés de muchos autores, los diferentes modelos alternativos para la enseñanza de los juegos deportivos, en las edades infantiles. Desde la década de los ochenta se viene contrastando la repercusión de los dos enfoques metodológicos más utilizados en la enseñanza deportiva. Por un lado, el *enfoque tradicional o técnico*, y por otro, el *enfoque alternativo o centrado en la táctica*. El primero de ellos se centra en progresiones de ejercicios, tanto de asimilación como de aplicación y en el desarrollo de las técnicas deportivas fundamentales antes de abordar los aspectos tácticos y de practicar el juego en situación real (se enfatiza el aprendizaje de la habilidad antes que la comprensión del juego).

El segundo modelo, se asocia a la pedagogía del descubrimiento y está fundamentado en la propuesta de experiencias motrices lúdicas vinculadas al contexto real de juego desde el primer momento Thorpe y Bunker, (1983) Blázquez, (1995). A partir de la afirmación anterior, el adolescente tiene predisposición natural para destacarse en el juego, denota una primaria aspiración envolvente para dominar y tener la posesión de la pelota, lo que posibilita el dominio de



actos técnicos, las experiencias acumuladas a través de los años en la práctica y enseñanza del Fútbol.

En este sentido observaciones realizadas a las sesiones de entrenamiento del Fútbol se detectó como los alumnos intentaban jugar pero tenían poco dominio de los elementos técnicos básicos de este deporte, que tiene particularidades muy exigentes, el terreno de juego es más reducido y hace más compleja la ejecución de la técnica, se cometían muchos errores desde el punto de vista técnico y táctico propiciando que se violaran constantemente las reglas, haciendo menos agradable un juego que se caracteriza por ser creativo y muy dinámico, con alto grado de coordinación y complejidad en cada uno de sus movimientos.

La percepción de las particularidades de esta disciplina deportiva, manifestó problemas en los golpeos, los balones salían con efectos y arqueados en su gran mayoría, cuando el toque debe ser raso o por debajo de la rodilla, pérdidas del equilibrio durante el chuteo, los balones no toman la dirección deseada debido a que dirigen la vista hacia la pelota y para donde quieren que vaya la misma con dificultad en el desarrollo de la vista periférica.

En el caso de la recepción se apreció una acentuada rigidez de los pies en el instante de contacto con la pelota aumentando la superficie de contacto, además no se observó el sistema de latigazo, es quien permite la amortiguación del balón, durante la conducción los toques suelen ser largos provocando que el mismo salga de los límites del terreno, con un control visual constante del balón y mucha velocidad en los movimientos para tratar de mantener la posesión del mismo, a pesar de los errores que cometen, les gusta más jugar que realizar ejercicios que le permitan mejorar las deficiencias presentadas por lo que proponemos como **problema científico** de la investigación.

¿Cómo desarrollar los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años?

Objeto de estudio:

El proceso de enseñanza aprendizaje del Fútbol.

Campo de acción:

El desarrollo de las principales habilidades técnicas básicas del Fútbol.

Objetivo General:

Desarrollar los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años a través de los juegos simplificados.

Tareas científicas:

1. Determinación de los fundamentos del juego del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años.
2. Realización del diagnóstico de los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años.



3. Elaboración de los juegos simplificados para desarrollar los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años.
4. Aplicación de los juegos simplificados para desarrollar los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años.
5. Evaluación de la factibilidad de los juegos simplificados para desarrollar los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años.

Idea Defender:

La aplicación de juegos simplificados conduce al desarrollo de los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años.

Métodos aplicados:

Durante el desarrollo de la presente investigación se procedió a la revisión de la bibliografía nacional e internacional existente, para la sistematización y ordenamiento del conocimiento anterior del tema. También se seleccionaron un grupo de métodos que permitieron darle solución a los objetivos planteados, los mismos se encuentran dentro de la siguiente clasificación, métodos empíricos y teóricos:

Métodos de nivel Teóricos:

Histórico – lógico:

Análisis – síntesis:

Inductivo – deductivo:

Sistémico- estructural- funcional:

Métodos Empíricos:

La Observación estructurada:

La medición:

Dentro del **experimento** se utilizó el pre-experimento,

Métodos estadísticos:

Cálculo Porcentual:

Se utiliza en el procesamiento de los resultados aplicados en función de determinar el dominio de las habilidades, con el objetivo de encontrar regularidades y tabular en tanto por ciento los elementos a investigar.

Significación práctica:

Esta dada por la elaboración de los juegos simplificados para desarrollar los principales elementos técnicos básicos del Fútbol, el juego tiene un rol fundamental, posibilita el perfeccionamiento de los elementos básicos del Fútbol, además esta herramienta permite a los entrenadores mejorar los resultados en las acciones tácticas y evaluar la coordinación dinámica general en estos adolescentes.



Novedad Científica:

Se abordan aspectos significativos para el desarrollo de los principales elementos técnicos básicos: equilibrio; lateralidad; coordinación de movimientos; relajación y la respiración, lo que conduce a mejores resultados en la conducta motriz de estos adolescentes y mejores resultados del Fútbol en la asimilación de los elementos básicos.

Actualidad Científica:

Interviene en el desarrollo de los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en los adolescentes de 10 a 12 años sustentada en los fundamentos que se le confieren, propiciando mejores resultados a través de los juegos simplificados. Por un lado y por otro los reportes de investigaciones en esta área del conocimiento denotan su actualidad.

DESARROLLO

Se abordan los antecedentes históricos del surgimiento y desarrollo de la enseñanza de las habilidades técnicas del Fútbol, tomando como punto de partida las características de los adolescentes de 10 -12 años sobre la base de las concepciones técnico – tácticas de los fundamentos de juego como un fenómeno social y recreativo que propicia un mejor empleo del tiempo libre.

El Fútbol surge como una necesidad, para ocupar el tiempo libre de los estudiantes universitarios con vistas a mejorar la calidad de vida de cada uno de sus practicantes convirtiéndose con en el transcurso de los años en un elemento generador de satisfacción, motivación a partir de las modificaciones reglamentarias, es hoy un fenómeno social y recreativo. En este sentido los juegos pre-deportivos permiten el desarrollo de los procesos cognoscitivos de la personalidad de este grupo de edad (percepción, memoria, atención, imaginación, pensamiento) experimentando diferentes cambios, además de mejorar la capacidad de operar con conceptos y contenidos más abstractos. A partir de los fundamentos técnico tácticos se establece la lógica interna del juego permitiendo las relaciones sociales entre cada uno de sus jugadores haciendo mas creativas y dinámicas las acciones de juego, logrando una mejor organización o utilización de los espacios libres en el terreno.

Los juegos simplificados para desarrollar los elementos técnicos del Fútbol.

En este capítulo se abordan los elementos generales sobre los juegos según el criterio de varios autores. A través de una guía de observación se detectaron los principales problemas que presentan los adolescentes de 10 a 12 años en las habilidades técnicas del Fútbol en el eslabón de base en la comunidad La Espirituana a partir de un grupo indicadores establecidos para la evaluación de los componentes técnicos.



Se elabora y se aplican los juegos simplificados para el desarrollo de los principales elementos técnicos básicos del Fútbol en adolescentes de 10 a 12 años que conduzca a mejores resultados en la ejecución de las habilidades técnicas dentro del juego.

La pretensión de los juegos simplificados es contribuir al desarrollo social y afectivo de la personalidad y fomentar la adquisición de actitudes, valores, normas, teniendo en cuenta que es el medio ideal para la adquisición de las habilidades técnicas del cualquier juego con pelota.

Diagnóstico primero de los principales elementos técnicos básicos.

Golpeo (Gráfico-1)

En esta habilidad el 38% que representan 7 sujetos muestran problemas significativos debido a que cuando realizan el golpeo el pie de apoyo no lo dirigen hacia la dirección determina con antelación, pues no tienen desarrollada del todo la capacidad de regulación y por lo tanto no pueden diferenciar los movimientos y tienden a perder el centro de gravedad del cuerpo durante la ejecución del elemento técnico, además al chutar el balón necesitan mantener constantemente la vista sobre el mismo haciendo imposible que la pelota tome la trayectoria indicada.

El 44% (8 sujetos) tienden a dejar el tronco inclinado hacia atrás para tratar de mantener el equilibrio y evitar el desvalance del cuerpo que le puede provocar una caída o una lesión del aparato casuligamentoso de la articulación del tobillo (esguince), también el pie de golpeo no lo dejan perpendicular al pie de apoyo dificultando el acoplamiento y sincronización del movimiento a nivel intermuscular, reduciendo la efectividad en el golpeo y realizando un recorrido indebido de la pierna chuteadora, provocando que el balón salga con efecto.

Solo 3 sujetos que representan 18% muestran un desempeño significativo aunque todavía no descienden el centro de gravedad en el instante de golpeo pero aún pierden potencia en el golpeo debido a que no se aprovechan el grado de angulación de las rodillas (90 grados) y por lo tanto los brazos de la palanca biomecánica que forman las piernas le ofrecen pocas ventajas obligando a los músculos a generar mayor fuerza para tratar de realizar un golpeo fuerte, rápido y con calidad.

Recepción. (Gráfico-2)

Para el caso de esta habilidad el 28% (5 sujetos) dejan el pie de recepción rígido y reciben el balón delante y por lo tanto el balón rebota debido a que no hay una amortiguación, perdiendo la pelota con facilidad, por la poca diferenciación del movimiento en cada instante o fase de la técnica, además no desarrollan el ritmo adecuado durante la llegada del balón.

El 33% (6 sujetos) no saben adoptar la postura más cómoda para recepcionar la pelota pues no flexionan las piernas disminuyendo la capacidad de reacción pues esta alcanza niveles muy bajos, tienden a ejecutar este elemento de varias formas cuando aún no dominan la elemental o la más fácil que con el interior del pie, poco desarrollo de la formación del esterotipo dinámico.



El otro 39%(7) no realiza el sistema de latigazo provocando una pobre retención del balón durante la fase de amortiguación, aumentando la superficie de contacto, alejándose la pelota del centro de gravedad y disminuyendo la protección de la misma, haciendo más fácil la recuperación de balones por el contrario.

Conducción. (Gráfico-3)

El 22% (4) cuando conduce lo hace con la vista sobre el balón porque no han desarrollado la vista periférica, los niveles de orientación en tiempo y espacio son muy pobres, tratan de ayudarse con los brazos para pasar o burlar los obstáculos y mantener el equilibrio, la trayectoria que describe la pelota no tiene una dirección definida.

El 44% (8) no descienden el centro de gravedad del cuerpo, por lo que pierden el equilibrio constantemente, se manifiesta acrecentadamente la descoordinación en las extremidades inferiores cuando hacen movimientos asimétricos perdiendo la pelota con facilidad, originando un pobre desempeño en el dominio del balón y un mayor gasto energético.

El 33% (6) durante la conducción dejan el tronco erguido para mantener la estabilidad del cuerpo y diferenciar bien los espacios en el terreno de juego, defendiendo el balón con mayor facilidad pero con una lentitud acentuada durante el recorrido que hace con la pelota y cuando le imprimen velocidad los toques suelen ser muy largos, lo que resulta muy desventajoso para el Fútbol debido a la reducción de campo de juego.

Juegos simplificados para desarrollar los principales elementos técnicos básicos del fútbol.

Al introducir el fútbol en las edades de 10 a 12 años se logra que el adolescente comience a conocer las habilidades fundamentales del deporte. En este sentido se seleccionaron los principales elementos técnicos básicos, los que son necesarios para jugar y desarrollar las capacidades físicas, pues el objetivo fundamental del deporte de base; precisamente es lograr que el adolescente juegue aplicando las habilidades del deporte en situaciones de juego y que al mismo tiempo desarrolle las capacidades físicas necesarias para este.

Es importante desarrollar, los golpeos y las recepciones, de manera que el adolescente pueda integrar los elementos principales mediante los propios ejercicios que se apliquen, estos deben ser ricos en movilidad y combinaciones en correspondencia con las características de los sujetos. De igual modo al trabajar la conducción con el empeine interior del pie se tendrán en cuenta elementos ya conocidos como los golpeos y las recepciones, lo que permitirá consolidar estas habilidades. Aunque el saque lateral no aparece dentro de las temáticas es necesario que se aborde, este se emplea con frecuencia durante el juego.

Existen diversas definiciones sobre los juegos debido a que el mismo constituye una forma elemental para que un sujeto pueda aprender o desarrollar determinada habilidad y sobre la base



de este crear. Así podemos decir que el juego es parte de nuestra realidad y en su carácter más profundo es al mismo tiempo algo diferente. El juego no tiene el grado de fijación y no tiene las ataduras de nuestra vida seria. El es más libre, más pasajero, es abierto en su tendencia. El juego es el límite incierto de nuestra realidad. El une realidad y posibilidad. Es un área intermedia del hombre, en el que se forman nuevas realidades y las realidades antiguas se pueden desvanecer. En este sentido el juego es un motor para la extensión del hombre en lo material como en lo espiritual, no se limita a una actividad lúdica determinada. Aparece mucho más en todas las actividades del hombre: desde el juego de pensamiento a través de un jugueteo previo a una acción hasta la conducta lúdica en las situaciones serias de la vida. (Fritz, 1992).

La pedagogía ve en el juego un instrumento para transmitir conceptos, valores, conocimientos diversos. Para la fenomenología el juego es un fenómeno original, poniendo el acento en el carácter libre de objetivo del juego. Estos son algunos ejemplos de las diferentes ópticas que podemos encontrar en el análisis del juego.

Las teorías más antiguas con algunos de sus autores como Sans, Trigo y Ortega, (1996) explican la importancia que ha tenido el juego en el pasado siendo objeto de estudio de tantos investigadores.

En el juego el adolescente en primer lugar aprende a jugar. Aprende la agilidad, los modos de comportamiento, técnicas, improvisaciones, sistemas sociales que se requieran para las diferentes formas de juego. Se adapta a una forma de vida que es imprescindible para la humanidad y para la afirmación del hombre dentro de límites de un sistema y que le ayudan a mantener espacios de libertad y felicidad en un mundo de rendimiento y constante búsqueda de objetivos no siempre accesibles. (Flitner, 1986)

El juego es un espacio, un tiempo de libertad, donde "todo se puede" –siempre y cuando las reglas lo permiten. Por ello, las posibilidades de aprendizaje en ese ámbito son incontables.

Se aprenden modos de funcionamiento, formas de manejar a las personas, se pueden ensayar roles, se explora y se experimenta con objetos desconocidos hasta el momento, se establecen nuevas relaciones, vínculos entre objetos, personas y el medio en general, se descubren los límites o posibilidades de cada uno y de los demás.

En el proceso lúdico de los adolescentes (y de otras edades también), se descubren múltiples procesos relativos al aprendizaje y la educación, se observa entonces momentos de asombro, descubrimiento, análisis, establecimiento de relaciones, similitudes o diferencias. A esto se le suman la fantasía y la creatividad que los adolescentes desarrollan en los diferentes juegos tanto individuales y más aún cuando son grupales, donde todo esto se potencia aún más por la red de interrelación e intercambio que se forma. Claro está, que cuantas menos reglas tenga el juego,



mayor será el grado de libertad y las posibilidades que los jugadores tienen para experimentar y modificar el rumbo del juego según sus necesidades.

El juego libre y espontáneo tiene como objetivo jugar; cuando desde afuera, como coordinadores, docentes o desde otro rol, estamos dando un objetivo al juego, lo estamos limitando de alguna manera. Pero esto no significa que no se pueda jugar. La función de aquella persona que coordina es, entre otras, la de tener suficiente amplitud y libertad como para permitir ciertos cambios de rumbo cuando el grupo lo propone o se va "imponiendo" de alguna manera en el juego. Probablemente no se hayan cumplido estrictamente los objetivos propuestos, pero seguramente se estén poniendo otros objetivos en juego, que pueden ser más importantes para el grupo en ese momento.

Fundamentación metodológica de los juegos.

El fútbol-sala (Fútbol) ha adquirido un gran auge entre nuestro alumnado en los últimos años.

Satisfaciendo la necesidad de movimiento, cuando un adolescente da una patada a una pelota y corre detrás de ella, satisface su necesidad natural de movimiento corriendo, saltando y chutando. Integra la necesidad de juego, estimulando el instinto de juego que caracteriza al ser humano. Aporta beneficios fisiológicos, en los sistemas cardiovasculares, músculoesquelético y metabólicos. Aporta beneficios psicológicos, disminución de tensión, de síntomas de angustia, de síntomas depresivos y mejora los patrones del sueño. En el plano social, como deporte colectivo, favorece el asociacionismo, haciendo que la persona aprenda a relacionarse con su entorno.

Por lo tanto se pretende ofrecer una herramienta de trabajo, en forma de juegos, con el fin de poder utilizar el aprendizaje del fútbol-sala que favorece la práctica del fútbol como un recurso dentro de las sesiones de práctica, siguiendo, los objetivos y contenidos determinados. De esta manera el fútbol-sala es un magnífico instrumento educativo, que, además de producir un desarrollo motor, tiene un alto valor socio-educativo. Desde el enfoque activo de la enseñanza deportiva, una de las cualidades básicas del profesor eficaz recae en su capacidad para seleccionar modificaciones apropiadas del juego deportivo, exagerando determinadas conductas tácticas con el propósito de diseñar un juego más simple a nivel técnico y de menor exigencia física. Por tanto, mediante la adecuada variación de los aspectos estructurales del juego se pretende incidir en el aprendizaje de los aspectos funcionales, ubicando al jugador en un contexto de situaciones problemáticas.

En un intento por aclarar los conceptos vinculados a las distintas modalidades del juego en el ámbito de la actividad físico-deportiva (Méndez Giménez, 1998) asumiendo las siguientes acepciones:



1. El concepto *juego*, opuesto al de *ejercicio*, es una actividad esencialmente abierta, flexible y caracterizada por su incertidumbre. Se destacan tres categorías principales del juego: el juego libre, el juego dirigido y el deporte.

2. El *juego libre o espontáneo* se realiza fuera de la influencia del profesor.

3. El *juego dirigido o didáctico* expresa la aplicación que el profesor hace del juego en el campo educativo.

3.1. Dentro del apartado de *juegos dirigidos* hemos incluido aquellos cuyo objetivo es el desarrollo de la condición física del individuo y que comprenderían tanto los destinados a la mejora de las cualidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad) como los que pretenden el incremento de las cualidades motrices (equilibrio, agilidad y coordinación).

3.2. Los *juegos predeportivos* englobarían tanto las formas jugadas como los juegos que pretenden la iniciación deportiva. Los autores revisados utilizan la siguiente terminología:

Las *formas jugadas* se fundamentan en la transformación de los ejercicios confiriéndoles cierto carácter lúdico a través de un componente de reto o de una estructura competitiva, por ejemplo, mediante un sistema de puntuaciones o un oponente real. Están orientadas, principalmente, al aprendizaje técnico y al desarrollo de cualidades físicas y motrices.

Los *juegos reducidos* son recursos didácticos fundamentados en la disminución del número de jugadores y del terreno de juego en pro de la participación y del aprendizaje de los principios deportivos.

Los *juegos modificados o simplificados* podrían estar relacionados con los juegos reducidos, si bien, acentúan el énfasis en los aspectos tácticos. Su peculiaridad reside en el hecho de que tanto el profesor como los propios alumnos pueden proponer variaciones según el rumbo del proceso de aprendizaje. Están concebidos como recursos metodológicos.

Los *minideportes* son adaptaciones en cuanto a la forma de los deportes institucionales para hacerlos más accesibles a las características psico-físicas de los destinatarios más inmediatos: los adolescentes. Se fundamentan en la reducción del número de jugadores, del terreno de juego, del tamaño del balón y de las porterías y en la variación de las reglas complejas del juego adulto. Sin embargo, reproducen las formas de aprendizaje centradas en la técnica.

4. Los *juegos deportivos, deportes o juegos adultos* se caracterizan por su reglamento y federación.

5. Los *juegos alternativos* son un compendio de juegos tradicionales (caracterizados por su arraigo social) y juegos deportivos, lo que les confiere un talante eminentemente participativo.

En el diseño de juegos modificados o simplificados, es decir, aquellos orientados al desarrollo táctico del juego, dejando para otros estudios los que plantean dificultades físico-técnicas (tanto ejercicios correctivos como formas jugadas), sin ánimo de subestimar su papel relevante en el



proceso de aprendizaje. Según Riera (1995) la táctica deportiva está definida por tres rasgos: se trata de un objetivo parcial dentro de una estrategia global, y se caracteriza por la velocidad en la toma de decisiones y la actuación en función del oponente. Riera (1995) considera que sólo encontramos manifestaciones tácticas en los deportes denominados de oposición, y sostiene que únicamente los propios deportistas actúan tácticamente. A nuestro entender, esta capacidad puede y debe ser entrenada desde las primeras etapas a través de situaciones modificadas del juego.

Características de los juegos que se emplean para el desarrollo de los principales elementos técnicos básicos del Fútbol.

Creatividad

Identidad personal

Cooperación

Homogeneidad

“Clasificación de los juegos teniendo en cuenta los principales elementos técnicos básicos del Fútbol”

1. Juegos de golpeo con el interior del pie.
2. Juegos de recepción con el interior del pie.
3. Juegos de conducción con el interior del pie.

Análisis de los resultados del diagnóstico segundo de los principales elementos técnicos básicos del juego de Fútbol.

Golpeo (Gráfico- 4)

El 66% que representan 12 sujetos alcanzaron resultados significativos cuando realizan el golpeo el pie de apoyo lo dirigen hacia la dirección exacta, pues han desarrollado la capacidad de orientación, además ya saben diferenciar los movimientos y mantienen el centro de gravedad del cuerpo durante un tiempo prolongado cuando ejecutan varias veces este elemento técnico en la gran mayoría de sus variantes (con el interior, con el empeine interior, empeine total), también combinan durante un mismo juego dos formas de golpeo, dirigen la vista hacia donde quieren que vaya la pelota. De igual forma el pie de golpeo lo dejan perpendicular al pie de apoyo mostrando una mejoría acentuada en el acoplamiento y la coordinación intramuscular, con mayor efectividad en el golpeo.

Solo 33% (6 sujetos) aún dejan el tronco inclinado hacia atrás para tratar de mantener la estabilidad del cuerpo pero sin embargo muestran un desempeño significativo en la prestación del servicio o en la calidad de ejecución del gesto técnico, resalta todavía que no descienden del todo el centro de gravedad en el instante de golpeo pero si se aprecian mejorías, la potencia en el



golpeo no es la requerida de acuerdo a su edad pero se observa fuerza y velocidad en los golpes en un mismo instante de tiempo con una adecuada sincronización en los movimientos.

Recepción. (Gráfico-5)

En esta habilidad el 56% (10 sujetos) mantienen el pie de recepción relajado y reciben el balón delante y atrás con una adecuada amortiguación, dejando la pelota cerca y con mayores probabilidades de protección, diferencian la potencia y trayectoria del balón se orientan en tiempo y espacio de acuerdo con estos dos parámetros. Las piernas las flexionan para evitar los rebotes y las pérdidas de pelotas cuando las mismas quedan un poco alejadas de los pies pues así impiden la perdidas de balones, lo más significativo es que reciben de dos formas (con el interior del pie y con la planta) cuando anteriormente no había un dominio concreto de ninguna variante de recepción, también se acentúa la mejoría del sistema de latigazo en la última fase de técnica.

El 44% (8 sujetos) ya saben adoptar la postura más cómoda para recibir la pelota pero la flexión de las piernas es muy ligera desde el punto de vista biomecánico, cuando en el juego se realizan ejercicios donde está implícita la rapidez de reacción compleja resulta difícil cumplir la tarea no así con la reacción simple pues esta parece alcanzar altos niveles de acuerdo con la calidad de ejecución del gesto deportivo concreto teniendo la destreza y precisión de los movimientos, dominan solo la recepción elemental con el interior del pie, pues al parecer hay una correcta representación de esta variante de recepción, disminuyendo la superficie de contacto y con ello los rebotes.

Conducción (Gráfico-6)

El 61% (11) conduce con la vista dirigida hacia donde se mueve o sea se ha desarrollado la vista periférica, saben orientarse de acuerdo al tiempo y espacio que disponen, solo utilizan los brazos para ayudarse durante la carrera y pasan los obstáculos con relativa facilidad, además adoptan una postura correcta con buen recorrido de la pelota, una dirección definida, con escasos toques largos, descienden el centro de gravedad del cuerpo, desaparecen las pérdidas de equilibrio, los movimientos asimétricos son más exactos con un acoplamiento entre las extremidades superiores e inferiores, con un buen aprovechamiento de los brazos de las palancas biomecánicas, visto a través de los ángulos que deben de tomar las articulaciones de las rodillas y los tobillos durante cada instante, se reduce el gasto energético debido a la alta prestación en el servicio.

El 38% (7) durante la conducción ya tienden a inclinar el tronco hacia el frente y mantienen la estabilidad del cuerpo, diferencian bien los espacios en el terreno de juego, defendiendo el balón con eficacia, destacándose la velocidad durante el recorrido que hace con la pelota, desaparecen los toques largos, se aprovechan mejor los espacios en el terreno, conducen con mayor movilidad que anteriormente, se domina con regularidad el balón, aunque todavía la conducción entre



obstáculos suele ser muy exigente para este grupo sobre todo cuando se reducen los espacios, pero si diferencian los ritmos en dependencia de la intensidad del juego.

CONCLUSIONES

1. Los fundamentos teóricos que sustentan el juego de Fútbol muestran como pueden haber cambios en el proceso de enseñanza-aprendizaje introduciendo concepciones y contenidos que el profesor puede desarrollar con cierta libertad a través de actividades lúdicas que permitan la adquisición de habilidades técnicas.
2. Las observaciones realizadas en las sesiones de entrenamiento permitieron detectar insuficiencias en la ejecución de los elementos técnicos, revelando la necesidad de una herramienta que facilite nuevas formas de enseñanza, donde el juego constituye un papel rector pues a través de él se aprenden, se crean destrezas y aptitudes favorables para el deporte en específico.
3. Los juegos simplificados están relacionados con los fundamentos básicos del Fútbol, constituyendo una alternativa de enseñanza para el desarrollo y perfeccionamiento de la técnica y táctica de juego en adolescentes de 10 a 12 años.
4. Los juegos simplificados requieren ser aplicados por los entrenadores en condiciones normales y generalizadas tomando como base las características del grupo etáreo para el desarrollo de las habilidades individuales y colectivas de integralidad en equipo por las particularidades del Fútbol.
5. Los juegos simplificados presentan mecanismos que permiten mejorar la capacidad de trabajo de los adolescentes en función de las exigencias e intensidades que les ofrezca el juego, mejorando los aspectos perceptivos, comunicativos, afectivos y cognitivos que son necesarios en los deportes con pelota.

BIBLIOGRAFÍA

1. Andux, C y Pérez, A (2004) Propuesta Metodológica para la planificación del entrenamiento deportivo del Fútbol.
2. Andux, C (2003) Taller internacional sobre situaciones simplificadas del juego, Santiago de Cuba.
3. Águila, C. y Casimiro, A. (2000). Consideraciones metodológicas para la enseñanza de los deportes colectivos en edad escolar. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital, 20, (en línea).
4. Andux, C. y George, E. (1999). Aplicación de la enseñanza en situaciones simplificadas del juego en una dirección colectiva colocando la táctica como resorte principal. La Habana. ISCF.
5. Aragón del Sol, Víctor R. (1996). Programa de preparación del futbolista. Ciudad de la Habana. INDER. (s.p.)



6. Bécker, G.; González, C. y M. Pólux, (1998) M.: Juegos de movimiento. Clasificación de los juegos. "Revista Stadium (130): 9-12.
7. Bayer. C. Técnica; La Formación del jugador. Edit Hispano, Europa, Barcelona 1987.
8. Barcenas, D. (1997). Fútbol Total. Editorial Gymnos. España.
9. Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona, Hispano Europea.
10. Bolingan, M. (2002). Experiencias en situaciones simplificadas de juego como metodología en el aprendizaje del voleibol en la clase de Educación Física en 8vo grado. Tesis de Maestría. Facultad de Pinar del Río. ISCF "Manuel Fajardo".
11. BLAZQUEZ, D. (1999) *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. INDE. Barcelona.
12. CASTELLO, J. (1999) *Fútbol. Estructura y dinámica del juego*.
13. BRÜGGEMAN, D. Y ALBRECHT, D. (1996) *Entrenamiento moderno del fútbol*. Hispano Europea. Barcelona.
14. Curso FIFA Fútbol, (2003), FIFA Fútbol COURSE, La Habana, 6-11 Octubre.
15. Ceballos Rivera J.J (2000). (et.al). "Depresión en la adolescencia. Su relación con la actividad deportiva y consumo de drogas". Revista de Medicina del IMSS.
16. Devis Devis, J. (1991). Bases para una propuesta de cambios en la enseñanza de los juegos deportivos. España.
17. Coacini, J, (1987). ABC, de Fútbol, Edit, CÃO. Mary. São Paulo.
18. Cserdi, Arpad. (1987). El fútbol. Tomo I. Editorial Pueblo y Educación. La habana

3.8. TÍTULO: LA FORMACIÓN INTEGRAL DEL HOCKEY SOBRE CÉSPED (S/C) FEMENINO EN EL ESLABÓN DE BASE A PARTIR DEL TRABAJO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS.

Autores: MSc. Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez. yerenistr@ult.edu.cu

MSc. Osniel Echevarría Ramírez. osnieler@ult.edu.cu

Lic. Misleydis Tamayo Rondón.

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo la elaboración de ejercicios para el trabajo de adaptación y cambios motrices en el Hockey S/C femenino en el eslabón de base. La población estuvo conformada por 24 atletas 11 profesores y especialistas del deporte, la muestra es estratificada por su composición. Se aplicaron diferentes métodos del nivel teórico e empíricos dirigidos a dar respuesta a cada uno de los objetivos planteados como son: analítico-sintético, inductivo-deductivo, histórico-lógico. El uso de los métodos empíricos tales como la observación, encuesta, entrevista, criterio de especialista, nos permitió detectar limitaciones relacionadas con las



capacidades motrices básicas y la capacidad de adaptación y cambios motrices en el eslabón de base. Dentro de los aspectos más significativos de la investigación se encuentra la aprobación de la propuesta de ejercicios por parte de los expertos.

Palabras claves: hockey sobre césped, formación integral, capacidades coordinativas

INTRODUCCIÓN

El estado cubano ha concedido la jerarquización a la práctica de las distintas manifestaciones de la motricidad humana, entre ella la Educación Física y los deportes. La labor esforzada de los profesionales encargados de orientar este proceso, sus experiencias y su superación, han permitido que dentro de los deportes de competición se eleve el nivel de rendimiento de sus atletas y se obtengan resultados relevantes a nivel internacional.

Dentro de las disciplinas del deporte que se practican en Cuba se encuentra el Hockey Sobre Césped, existen diferentes versiones sobre el origen del mismo, como en otras manifestaciones de este deporte que han ido transitando por la historia, este deporte es considerado como el árbol genealógico de los orígenes de la práctica de otras disciplinas deportivas con pelotas practicadas en el mundo actual.

El Hockey S/C es un deporte donde sus atletas necesitan de una capacidad de adaptación y readaptación motriz constante, no solamente dependen del aprendizaje motor, en gran parte, sino en la capacidad de control del movimiento. Una adaptación óptima a modificaciones de situación solo es posible si se disponen de un bagaje suficiente de experiencias motrices diversas y si, por otra parte, el proceso de adaptación se encuentre bajo un control motriz suficientemente preciso para satisfacer las necesidades motoras de la nueva situación (Exigencias del medio).

De modo que las capacidades de adaptación y readaptación motriz están ampliamente condicionadas por las capacidades siguientes: aprendizaje motor, control motor, adaptación y readaptación, capacidad de coordinación de la velocidad, capacidad de coordinación de la resistencia, capacidad de reacción, capacidad del ritmo, capacidad de equilibrio, capacidad de orientación espacial, capacidad de diferenciación kinestésica.

Aunque ciertos componentes individuales de la coordinación presentan un desarrollo óptimo en momentos diferentes puede decirse que la destreza alcanza su máximo de mejora entre los 7-10 años, es en este periodo donde madura el SNC. Durante este tiempo se produce un crecimiento de la función de los analizadores ópticos y acústicos, así como una gran mejora de las áreas corticales implicadas en el análisis y elaboración de información sensoriales quedando facilitado el entrenamiento de habilidades deportivas complejas, durante el período de crecimiento más favorable, la mejora de la coordinación por el entrenamiento es determinante para pretender alcanzar posteriormente su pleno potencial de desarrollo.



En el transcurso de la vida disminuyen las facultades de coordinación al igual que por otra parte los factores físicos que condicionan el rendimiento y los procesos cerebrales que controlan la coordinación. Sin embargo, según el tipo de entrenamiento que se siga, estos factores disminuyen menos rápidamente.

Por las razones antes expuestas, el estudio de la coordinación del movimiento, es fundamental para el deporte Hockey S/C pudiendo ser utilizada para lograr alcanzar las posiciones iniciales no habituales, con variación en las características dinámicas en el espacio y el tiempo del movimiento, además de permitirle crear situaciones desconocidas mediante cambios de lugar y condiciones de su ejecución, utilizando implementos para aumentar la variedad de los hábitos motores.

En el trabajo de revisión bibliográfica se pudo encontrar pocos trabajos relacionados sobre el trabajo de adaptación y cambios motrices en el eslabón de base, existen autores que hacen referencia al tema, pero el mismo dirigido a otras áreas o esferas de actuación de la vida y la sociedad.

En los deportes complejos en la coordinación, como los de pelota, específicamente el Hockey sobre Césped, la cantidad de ejercicios especiales de preparación y competitivo permiten con éxito resolver las tareas de aumento, conjuntamente a las capacidades de coordinación paralelo con el desarrollo de las capacidades condicionales y la preparación técnico-táctica.

Con la intención de poder llevar herramientas para mejorar el trabajo coordinativo en los niños es que nace la intención de este trabajo con fines didácticos, pedagógicos, que ayudarán a la mejor comprensión y realización de las actividades que se planifican en el Programa de preparación del deportista, así como la posibilidad de lograr una preparación más integral, elevar la competitividad de los hockeistas y con ello lograr mejores resultados en la preparación del deportista.

A pesar del desarrollo alcanzado por este deporte en la provincia, en esta categoría se dificulta la estabilidad en las acciones que exigen niveles elementales en las funciones coordinativas de juego que limitan:

- La ejecución de los elementos técnicos establecidos para la categoría.
- La variabilidad de movimientos para solucionar de forma simultánea o sucesiva las situaciones dadas.
- La pertinencia de las soluciones a situaciones reales de juego.
- La progresión de la enseñanza de los elementos técnicos y la adaptación y cambios motrices.

Lo antes expuesto es expresión de una contradicción que entre: las exigencias del programa de preparación del deportista para la categoría y las limitaciones metodológicas que poseen los profesores que impiden el desarrollo de la capacidad de adaptación y cambios motrices de las



hockeistas, por lo que nos proponemos la elaboración de un sistema de ejercicios para mejorar dicha capacidades coordinativas en el Hockey S/C femenino en el eslabón de base.

Para seguir con la lógica investigativa se consideró oportuno sistematizar los referentes teóricos metodológicos para el trabajo de adaptación y cambios motrices en las atletas de Hockey S/C femenino en el eslabón de base, así como diagnosticar el estado actual de la misma, y realizar una sistematización práctica que nos permitiera analizar, socializar, para luego elaborar una propuesta de ejercicios para el trabajo de adaptación y cambios motrices en el Hockey S/C femenino en el eslabón de base y finalmente valorar su puesta en práctica por los especialistas del deporte.

Las capacidades coordinativas como su nombre lo indica provienen de la capacidad que tiene el cuerpo de desarrollar una serie de acciones determinadas.

Se caracterizan en primer orden por el proceso de regulación y dirección de los movimientos. Constituyen una dirección motriz de las capacidades del hombre y sólo se hacen efectivas en el rendimiento deportivo, a través de la unidad con las capacidades físicas condicionales. Vienen determinadas por los procesos de dirección del sistema nervioso y dependen de él.

Por su parte la adaptación y cambios motrices es una capacidad que tiene relación con el trabajo en condiciones estándar y variable, en dependencia de la etapa de aprendizaje. El juego constituye un medio fundamental para la adaptación a los cambios motores debido a la variabilidad que el sujeto debe enfrentar en situaciones cambiantes y donde en el organismo suceden mecanismos que en un tiempo determinado provocan su adaptación y por lo tanto es imprescindible variar, incrementar la intensidad de las cargas para alcanzar un estadio superior.

El estudio parte del análisis del Programa de Preparación del Deportista de Hockey S/C y de varias investigaciones que han tratado la problemática, en las cuales se abordan temas relacionados con la capacidades coordinativas generales o básicas, en especial las referidas a la adaptación a cambios motrices que aunque éstas no aportan en lo práctico soluciones específicas para nuestro deporte si son un referente importante para la presente investigación en el eslabón de base.

DESARROLLO

Las capacidades coordinativas son aquellas que se realizan conscientemente en la regulación y dirección de los movimientos, con una finalidad determinada, estas se desarrollan sobre la base de determinadas aptitudes físicas del hombre y en su enfrentamiento diario con el medio, en su esencia, marcan diferencias con las condicionales y el aprendizaje y perfeccionamiento técnico-táctico, pero a su vez están estrechamente relacionados, que determinan el desarrollo de la preparación física. Estas según Ariel Ruiz Aguilera se clasifican en:



a) Generales o básicas:	- Adaptación y cambio motriz - Regulación de Los movimientos
b) Especiales:	- Orientación - Equilibrio - Reacción: Simple y Compleja - Ritmo - Anticipación - Diferenciación - Coordinación
c) Complejas:	- Aprendizaje motor - Agilidad

En esta investigación solo abordaremos las que se clasifican en Generales o básicas y dentro de estas las de adaptación y cambio motrices por su importancia en el Hockey S/C femenino en el eslabón de base el cual es un deporte colectivo que necesita para la ejecución de los elementos técnico-táctico de dichas capacidades coordinativas.

Son varios los autores que han versado sobre la temática planteada. Grosser las define como: aquellas que permiten organizar y regular el movimiento.

Platonov plantea que se debe entender como la habilidad del hombre de resolver las tareas motoras lo más perfeccionadas, rápidas, exactas, racionales, económicas e ingeniosas posibles, sobre todo las vías difíciles y que surgen inesperadamente.

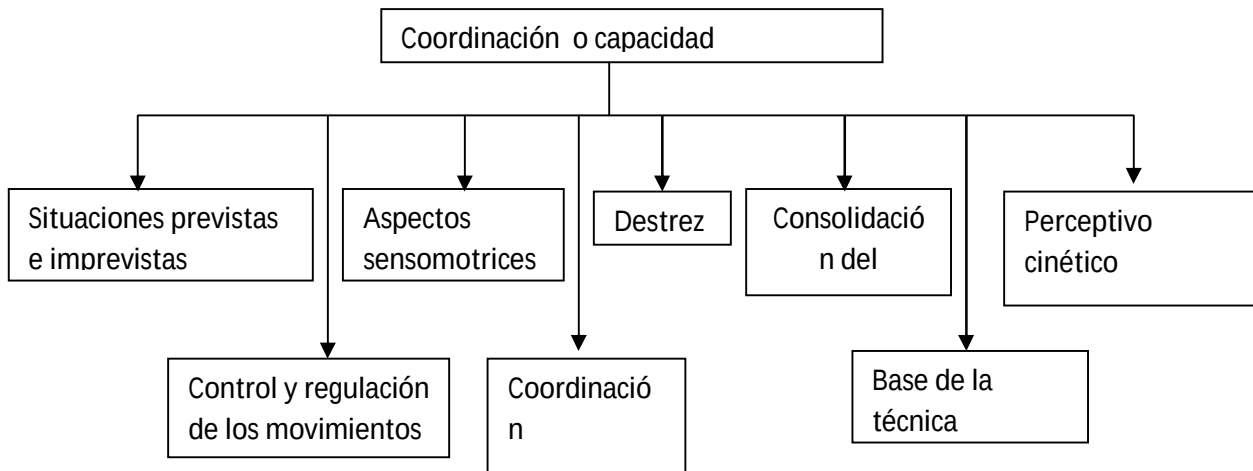
Mientras Juergen Weineek y sus seguidores expresan que son: capacidades sensomotrices, consolidadas del rendimiento de la personalidad, que se aplican conscientemente en la dirección de los movimientos componentes de una acción motriz con una finalidad determinada.

Hirts considera que existe: similitud con la capacidad de destreza, por ellos están determinadas por los procesos de control y regulación del movimiento. Permite al deportista dominar las reacciones motoras con precisión y armonía, en situaciones determinadas previstas e imprevistas y aprender de modo rápido la técnica deportiva.

Sin embargo Freg enfatiza que: debe distinguirse entre capacidades coordinativas y habilidad, ya que mientras la primera representa la condición general en la base de toda técnica deportiva, la segunda se refiere a actos motores concretos, consolidados y parcialmente automatizados.

La autora de esta investigación asume la definición dada por el Dr. C. Ariel Ruiz Aguilera (1985), el cual plantea que: son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la personalidad, que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos componentes de una acción motriz con una finalidad determinada.

Para entender estos conceptos es necesario conocer que:



Desde esta perspectiva para una mejor comprensión de la temática de la capacidad de coordinación, otros autores plantean que es una capacidad física complementaria que permite al deportista realizar movimientos ordenados y dirigidos a la obtención de un gesto técnico. Es decir, la coordinación complementa a las capacidades físicas básicas para hacer de los movimientos gestos deportivos. Podemos hacer cualquier tipo de movimientos: rápidos y con velocidad durante mucho tiempo, resistencia para desplazar objetos pesados y fuerza. Para "convertir" estos movimientos en gestos técnicos, precisan de coordinación.

La coordinación es una capacidad motriz tan amplia que admite una gran pluralidad de conceptos. Entre los diversos autores que han definido la coordinación, vamos a destacar a:

Kiphard, (1976), citado por Hernán Beltrán Silva, (2012), que entiende por coordinación del movimiento de acuerdo con la edad: la interacción armoniosa y, en lo posible económica, de músculos, nervios y sentidos con el fin de producir acciones cinéticas precisas y equilibradas (motricidad voluntaria) y reacciones rápidas y adaptadas a la situación". Por su parte Castañer y Camerino (1991) expresan que es: un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de precisión, eficacia, economía y armonía. Para Álvarez del Villar (recogido en Contreras, 1998): la coordinación es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento.

En el mismo orden de ideas Del Campo, (2001), citado por Hernán Beltrán Silva, (2012), la ve como: a organización de acciones motoras ordenadas hacia un objeto determinado". Para Jiménez y Jiménez (2002): es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones. Según (Muraro, 2003), citado por Hernán Beltrán Silva, (2012), es la cualidad que ordena, sincroniza y armoniza todas las fuerzas internas de las personas y las pone de acuerdo con las fuerzas externas para lograr una solución oportuna a un problema motor determinado en forma precisa, equilibrada y económica". Por su parte Paramio, (2004), citado por Hernán Beltrán Silva, (2012), considera que es la



capacidad para realizar un gesto más o menos complejo, combinando el movimiento. Se traduce en la destreza o habilidad específica”

En tanto para Carlos Torres Baraja (2012), existen varios tipos de coordinación que se destacan en este contexto como son:

A. En función de si interviene el cuerpo en su totalidad, en la acción motriz o una parte determinada, podemos observar dos grandes tendencias:

- Coordinación Dinámica general: es el buen funcionamiento existente entre el S.N.C. y la musculatura esquelética en movimiento. Se caracteriza porque hay una gran participación muscular.
- Coordinación Óculo-Segmentaria: es el lazo entre el campo visual y la motricidad fina de cualquier segmento del cuerpo. Puede ser óculo-manual y óculo-pédica.

B. En función de la relación muscular, bien sea interna o externa, la coordinación puede ser:

- Coordinación Intermuscular (externa): referida a la participación adecuada de todos los músculos que se encuentran involucrados en el movimiento.
- Coordinación Intramuscular (interna): es la capacidad del propio músculo para contraerse eficazmente.

Para este autor la coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde harán su aparición en el mundo escolar. Es por ello que destaca que la coordinación es una cualidad neuromuscular íntimamente ligada con el aprendizaje y que está determinada, sobre todo, por factores genéticos.

A continuación, este investigador señala aquellos factores que determinan la coordinación y que influyen en la capacidad de adaptación y cambios motrices:

- La velocidad de ejecución.
- Los cambios de dirección y sentido.
- El grado de entrenamiento.
- La altura del centro de gravedad.
- La duración del ejercicio.
- Las cualidades psíquicas del individuo.
- Nivel de condición física.
- La elasticidad de músculos, tendones y ligamentos.
- Tamaño de los objetos (si son utilizados).
- La herencia.
- La edad.
- El grado de fatiga.
- La tensión nerviosa.



Para posteriormente expresar en su explicación del proceso evolutivo de la coordinación que en la:

- Educación Primaria (6-12 años) edad en la que se realiza esta investigación: se determina el desarrollo del sistema nervioso y, por tanto, los factores neuro-sensoriales de la coordinación, de ahí que sea la etapa ideal para la adquisición de experiencias motrices. La mala aptitud de retención motriz en el primer ciclo y parte del segundo exige en estas edades una profundización del aprendizaje a partir de la repetición de los ejercicios, contribuyendo de esta manera a la automatización del movimiento. Al final del segundo ciclo y todo el tercer ciclo, debido al desarrollo sensitivo y cognitivo, se refleja una buena capacidad perceptiva y de observación. Los ajustes motores son muy eficaces.

Lo realmente educativo en estas actividades no es la rapidez ni cantidad de ejercicios realizados, sino la calidad del trabajo efectuado. Es mucho más importante el tanteo del alumno/a para resolver el problema que se le propone que los resultados obtenidos en el mismo. El maestro/a debe ser un gran colaborador del niño/a facilitando las condiciones adecuadas para que éste viva sus propias experiencias a través del ensayo y error.

Siguiendo a Castañer y Camerino (1991), Gutiérrez (1991), Le Boulch (1997), y Trigueros y Rivera (1991), citados por Carlos Torres Baraja (2012), algunas de las posibles actividades para el desarrollo de la Coordinación:

Coordinación dinámica general

- Desplazamientos variados (pata coja, cuadrupedia, reptar, trepar, etc.) con o sin implementos (patines, bicicletas...).
- Saltos de todo tipo: pies juntos, sobre un pie, alternativos, rítmicos, etc.
- Gestos naturales: tirar, transportar, empujar, levantar, etc.
- Ejercicios de oposición con el compañero o en grupos.
- Actividades rítmicas: bailes populares, modernos, canciones bailadas, danzas.

Según torres (2012), todas estas actividades tipo se pueden realizar utilizando diferentes direcciones, velocidades, ritmos, combinaciones, etc., o con una gran variedad de materiales complementarios como cuerdas, gomas elásticas, colchonetas, picas, aros, etc.

Además, cualquier Juego en el que exista desplazamiento y una gran intervención muscular, favorecerá el desarrollo de la Coordinación General.

Coordinación óculo-segmentaria

- Lanzamientos variados: con una mano, con la otra, con las dos, con un pie.
- Golpeos con diferentes partes del cuerpo: cabeza, rodillas, hombros, codos.
- Diferentes formas de recepcionar: con una mano, con las dos, con los pies, con las piernas.
- Saltos sobre obstáculos, objetos y similares (ajuste viso-motor).



Es evidente que surgirán múltiples actividades si variamos las condiciones de ejecución en función de las distancias, alturas, trayectorias, si se realizan con o sin desplazamiento, con o sin obstáculos, o si utilizamos materiales (pelotas de diferente tamaño y peso, globos, discos voladores, raquetas, etc.). En definitiva, todos aquellos Juegos en los que intervenga algún segmento corporal, mejorarán el desarrollo de la Coordinación óculo-segmentaria

La capacidad de una correcta asimilación del movimiento y la situación que se presente se diferencian grandemente entre los diferentes tipos de deportes, donde la actividad competitiva lleva un carácter obligatorio determinado (lanzamiento, gimnasia artística, natación carreras) y donde lleva un carácter verdadero (ciclismo contra reloj, boxeo, lucha, juegos con pelotas, entre otros.) Sobre estas capacidades exigen especial acción las percepciones especializadas (sentido del ritmo, espacio, agua etc.), aspecto que determinan el nivel de la habilidad del deportista de dirigir sus movimientos.

Como criterio puede servir la complejidad de resolver la tarea motora, exactitud y economía de los movimientos ejecutados, el tiempo indispensable para el aprendizaje de acciones motoras complejas desde el punto de vista coordinativo, capacidad de ejecutar acciones motrices inesperadas, corrección el movimiento durante su ejecución, habilidad de seleccionar y enlazar variados movimientos en dependencia de la situación que se presente.

La composición estándar y limitada de las acciones motrices en los deportes cíclicos y de fuerza-velocidad dificulta el completo desarrollo de estas, sobre todo mediante ejercicios especiales de preparación y competitivos, para estos deben utilizarse ejercicios de carácter general de preparación compleja, por eso utilizar marchas y carreras por lugares difíciles y con descenso rápido etc.

Para la ejecución de las capacidades coordinativas se emplean complejos de ejercicios dosificados, variados y realizados en estricta continuidad.

El tiempo en general utilizado por el deportista en la ejecución de todas las acciones motrices sirve de medida de todas las capacidades coordinativas ya que esta permite encontrar su reflejo en rapidez racionalidad de su ejecución.

El desarrollo de la capacidades coordinativas enfocadas a través del trabajo general, se vinculan con la realización de ejercicios de preparación general, no articulados con la modalidad deportiva, esta forma de esfuerzo tiene un gran peso en el acondicionamiento básico y de predisposición para el aprendizaje de las acciones motrices objeto de estudio. Teniendo en cuenta esta regularidad, en todos aquellos eslabones del proceso formativo de la actividad física-deportiva que predomine el aspecto instructivo, es de gran importancia el empleo de medios que implementen el mejoramiento de estas capacidades.



Durante el trabajo especial de la técnica de estos ejercicios se modifica puesto que el desarrollo de estas capacidades vinculadas a la senso motricidad se nutre de los elementos básicos específicos que caracterizan el evento competitivo, asumiéndolo por parte o integrado. Se aprovecha la potencialidad orgánica “sembrada” durante la preparación general para incluirla como factor determinante en esta etapa.

Por ejemplo el ritmo adecuado de ejecución de cualquier evento o deporte constituye un factor fundamental en el rendimiento. El entrenamiento del mismo a través de ejercicios generales se convierte en basamento del desarrollo del mismo. Así los luchadores balonmanistas, patinadores etc., pueden ejercitar el ritmo con carreras y palmadas, saltos y señales visuales. Cuando los atletas pasan a la preparación propia de su acto competitivo entonces el ritmo se ejecuta a través de elementos especiales incorporando planos musculares que tienen intervención directa con el resultado deportivo.

Durante el periodo competitivo, en la fase de preparación / acumulación de los microciclos y con la fase de descarga / recuperación de los mismos se cumplen estos ejercicios con el énfasis ya mencionado, cambiando la intensidad de trabajo hasta llegar al nivel deseado.

Se hace necesario señalar que atendiendo al nivel de intervención del Sistema Nervioso Central, el desarrollo de las capacidades coordinativas debe desarrollarse en el ambiente más aceptable para su asimilación, asea, que las repeticiones y pausas entre repeticiones no deben interferir en el estado de excitación óptima, sin embargo en los deportistas de elite, la preparación atlética que determinan estas capacidades, pasa por cierto nivel de agotamiento, lo que redundo en una disposición aumentada del rendimiento al efectuarse en condiciones competitiva.

En el desarrollo de las capacidades coordinativas debe tenerse en cuenta el empleo de ejercicios simples alternado con los difíciles y utilizando en los momentos dentro de la sesión que lo requiere de una mayor concentración de los atletas si se auto realizan las habilidades en el proceso de formación se reduce el efecto del medio de entrenamiento desde el punto de vista coordinativo.

Los métodos y contenidos de su entrenamiento se utilizan con el objetivo de lograr mejorar el valor gradual de la coordinación, el grado con que se adquiere mejorar la destreza del deportista y debe adaptarse el nivel del mismo, mejorar sus componentes, exigir un elevado de formación previa y para ser útil deben dominarse con el mayor esmero posible, utilizando ejercicios de información visual, verbal, variando la posición inicial, ejecución del ejercicio, dinámica del ejercicio, estructura espacial del movimiento, coordinaciones de movimientos y habilidades anteriores, ejercicios de aceleración forzadas, juegos pequeños y grandes deportivos, deportes de enfrentamientos, gimnasia etc. las capacidades coordinativas que determinan el rendimiento de algunas habilidades se ejecutan justamente antes del ciclo de enseñanza.



Esta capacidad no existirá sin los factores físicos que determinan el rendimiento, es decir, fuerza, velocidad, resistencia general y sus interconexiones complejas que permiten el movimiento.

Del mismo modo que esta capacidad es indispensable para el desarrollo de los anteriores, pues permite la adquisición de habilidades necesarias para el desarrollo de la calidad de los rendimientos deportivos, se requiere un mínimo de fuerza para adquirir destreza, velocidad del movimiento para resolver rápidamente un problema planteado por un cambio de situación, variabilidad para tener en la organización del campo espacial y tener suficiente margen de maniobra en los movimientos.

De modo que sea posible a las nuevas exigencias de la situación externa, la resistencia está incluida en la destreza ya que un estado de fatiga precoz del sistema de control, a través del SNC conduce rápidamente a una disminución de la precisión del movimiento. Basta recordar las lesiones en deportes colectivos, hacia el final del juego, cuando se incrementa la fatiga y descende la presión técnica. Estas capacidades están condicionadas por el proceso de maduración del SNC, por lo que las habilidades superiores estarán influenciadas y limitadas por el número de patrones básicos que haya trabajado en el individuo contra la información.

Los niños, durante la infancia primaria deben trabajar sobre un determinado grupo de destrezas básicas (Correr, caminar, saltar, transportar, conducir, mantener el equilibrio etc.). Cuando más rica es la reserva de los hábitos y habilidades motrices asimiladas, mayores serán las posibilidades que se tendrán para asimilar nuevos movimientos y la transformación en caso de necesidad.

Las formas o medios más adecuados de ejercitación a que a partir de una adquisición de destrezas básicas pueden ser:

- Saltos, trabajo en el suelo, aparatos etc.
- Juegos con bastón y pelota (conducción, drible, pase, recepción y tiro a puerta por debajo de una soga)
- Cuadrupedia (caminar en un banco o biga de frete, espalda), para luego realizar varios tiros a puerta.
- Equilibrio artístico y dinámico (correr por un banco, saltar uno, atravesándolo y seguir por encima de otro) (lanzamiento y recepciones de pelotas variándola distancia, el ritmo, altura etc.).
- Juego de desplazamientos con y sin bastón y pelota.
- Desplazamientos al frente, atrás, laterales, coordinaciones, seguido de 2v1 etc.
- Ejercicios de oposición con el compañero o por grupo, etc.
- Desplazamiento por encima de un banco, salto a caer en otro, para luego recepcionar pelotas lanzadas de diferentes posiciones.



- Desplazamiento lanzando la pelota hacia arriba y recibéndola en el bastón al nivel de la cintura y cerca del suelo antes de que pique.
- Pase y recepción de la pelota después del rebote de pared contra un banco, compañero o pared.
- Uno pasa la pelota detrás del otro, que se desplaza hacia atrás para recepcionar.
- Golpeo de la pelota para que pase entre un aro, luego desplazase para volver a recuperar la pelota e impedir que el oponente se apropie de ella.
- Situados en parejas saltan alternados a situarse encima del banco, seguido de un 1v1.
- Saltar los bancos a uno y otro lado y luego realizar ejercicios técnico táctico 3v2.
- Equilibrio en viga, banco, en el piso, con y sin implementos, sobre uno y dos pies, punta de pies, talones, desplazamientos por líneas y marcas.
- Carrera con cambio de velocidad realizando conducción, luego saltos reduciendo el área de trabajo, salto de altura variado.
- Movimiento con cambios en las acciones del contrario.
- Relación de los movimiento conocidos con desconocidos
- Vueltas al recibir objetos lanzados (porteros)
- Uno sentado y el otro realiza un salto, el de abajo abre y cierra las piernas alternando, luego se desplazan conduciendo, pasan y reciben tiran a puerta.
- Ejercicios técnico táctico con el empleo de aros y otros implementos que sirvan de obstáculos para cambiar de ritmo, dirección.

Principios metodológicos

- La adquisición diferenciada de cada componente de la capacidad de coordinación en las diferentes edades, está condicionada por el hecho de que es preciso aprovechar las fases del desarrollo intensivo, las exigencias deben adoptarse al perfil del desarrollo de los sujetos.
- Una experiencia diversificada de movimientos disminuye el tiempo de aprendizaje y hace más eficaz el proceso de entrenamiento para la afinación de nuevas habilidades motrices y técnicas deportivas.

Por tanto es preciso atribuir un lugar importante al desarrollo de un amplio repertorio de movimientos.

- Nunca es demasiado tiempo y ni pronto para el entrenamiento de la coordinación como base para la adaptación a cambios motrices. En efecto, constituye la base de todas las capacidades de aprendizaje motor en los años subsiguientes
- Esta capacidad solo puede desarrollarse bajo el aspecto de la complejidad, variabilidad y continuidad. Sin embargo, se debe procurar que en el entrenamiento se realice de



conformidad con la edad de los niños, en especial por lo que respecta a la utilización de pequeños juegos.

- Las habilidades motoras empleadas como medio de entrenamiento tiene que ser aprendidas técnicamente correctas y ejecutadas de forma consciente.
- Deben considerarse aquellos ejercicios que influyan en el perfeccionamiento de la función de los analizadores.
- Los medios de entrenamientos deben seleccionarse de manera que, inicialmente, estén dirigidos a la capacidad que deben formarse.
- Se logra el efecto de entrenamiento cuando aumentan las dificultades de coordinación.
- Las capacidades coordinativas deben ejercerse en épocas útiles, pues la evaluación del envejecimiento fisiológico deteriora los procesos de captación y tratamiento de la información, lo que se traduce en un desarrollo en descenso de la eficiencia del entrenamiento.
- Al contrario que otras capacidades que pueden ser desarrolladas con métodos unilaterales de entrenamiento, la coordinación puede mejorarse por medios complejos
- El desarrollo de la destreza solo puede obtenerse variando y combinando constantemente los métodos y medios de entrenamiento y los ejercicios
- La adquisición y movilización de habilidades deportivas perfeccionan favorablemente las funciones psicofisiológicas (análisis) y coordinación, constituyen las premisas de un aprendizaje continuo para simular nuevas habilidades deportivas.

Es necesario que se entienda que la capacidad de adaptación y cambios motrices se desarrolla cuando el organismo es capaz de adaptarse a las condiciones de los movimientos, cuando se presente una nueva situación y tiene que cambiar y volver a adaptarse, es por ello que se define, como: la capacidad que tiene el organismo de adaptarse a las diferentes situaciones y condiciones en que se realizan los movimientos.

Esta capacidad se desarrolla fundamentalmente a través de los juegos y complejos de ejercicios donde se presentan diferentes situaciones y condiciones, donde el alumno debe aplicar las acciones aprendidas y valorarla de acuerdo al sistema táctico planteado, es por ello cuando se enseña una acción táctica no debe hacerse con ejercicios estandarizados, por lo que se debe realizar con ejercicios variados.

CONCLUSIONES

1. Los medios de ejercitación para la capacidad de coordinativa de adaptación y cambios motrices favorecen la formación integral de las hockeistas del sexo femenino en el eslabón de base.



2. Las valoraciones realizadas por los especialistas sobre los medios de ejercitación para la capacidad de coordinativa de adaptación y cambios motrices, permiten obtener juicios de valor favorable sobre su viabilidad en la práctica en el Hockey S/C femenino en el eslabón de base.

BIBLIOGRAFÍA

1. Antón, J.A. (1989: Entrenamiento deportivo en la edad escolar, Editorial. Unisport, Málaga, España.
2. Batalla, A. (2000). Las habilidades motrices. Inde. Barcelona,
3. Batalla, A (2005). Retroalimentación y aprendizaje motor: influencia de las acciones realizadas de forma previa a la recepción del conocimiento de los resultados en el aprendizaje y la retención de habilidades motrices. Tesis doctoral. Barcelona, Universidad de Barcelona.
4. Blázquez Sánchez, D. (1995). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde. Barcelona.
5. Bozhovich, L. I. (1986). La personalidad y su formación en la edad infantil. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
6. Bryart J, C. (1982). Desarrollo perceptual y motor en los niños. Piados. Barcelona.
7. Capón, J (1983). Actividades básicas de movimiento. Piados. Barcelona.
8. Conde, J. L. y V. Vicina. (1997). Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas. Málaga, Aljibe.
9. Cratty, Bryant (2002). Desarrollo perceptual y motor, México, Pax.
10. Defontaine, J. (1981). Manual de reeducación psicomotriz (Tercer año). Editorial Médica y Técnica. S. A.
11. Díaz, Lucea Jordi. (1999). La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. España, Inde.
12. Domínguez Pino, M. (2004). El conocimiento de sí mismo y sus posibilidades. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
13. Dorózhnova, K. P. (1988). Papel de los factores sociales y biológicos en el desarrollo del niño. Moscú, Vneshtorgizdat.
14. Granada, Juan e Inmaculada Alemany (2002). Manual de Aprendizaje motor. Una perspectiva educativa, España, Paidós.
15. Echevarría Ramírez O. (2011). Acciones para la Capacitación a la Familia desde la Comunidad con el fin de Estimular las Habilidades Motrices Básicas en las niñas y niños de tres años de la comunidad El Dividive, municipio "Cristóbal Rojas". Tesis de Maestría (Actividad Física en la Comunidad). Las Tunas. Cuba
16. Ortega. E y D. Blazquez. (1984). La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años. Editorial Cincel.
17. _____. (1985). La actividad motriz, en el niño de 6 a 8 años. Editorial Cincel.



3.9. TÍTULO: “PROPUESTA DE TEST PSICOLÓGICO DE PENSAMIENTO TÁCTICO PARA EVALUAR LA TÁCTICA DE LAS FUTBOLISTAS ESCOLARES, EIDE LAS TUNAS”.

Autor: MSc. José Daniel Montero González. josedaniel@ult.edu.cu

MSc. Yordanis Tamayo Álvarez

MSc. Yurian Fernández González

RESUMEN

El presente trabajo plantea una propuesta de test psicológico de pensamiento táctico para evaluar la táctica de las futbolistas escolar, EIDE, Las Tunas, asumiendo como problemática: **¿Cómo contribuir a la evaluación psicológica mediante la preparación táctica en las futbolistas escolares, EIDE, Las Tunas?** Tiene como propósito, perfeccionar la labor del control de este Centro de Alto Rendimiento, a partir de proponer un test psicológico de evaluación, aplicando el criterio de usuario, logrando conocer el estado actual y determinando el nivel de desarrollo de la táctica del equipo. Se le aplicó una encuesta a los especialistas, entrenadores, profesores para que los mismos evaluaran la propuesta de test en el considerado por muchos el más universal de los deportes, esperando que esta propuesta pueda mejorar la evaluación de la táctica y permita obtener mejores resultados.

Palabras claves: test, pensamiento, táctica

INTRODUCCIÓN

La preparación táctica, componente indisoluble del proceso de entrenamiento deportivo, actúa directamente en el pensamiento individual del futbolista, haciendo de éste un atleta más preciso y objetivo, ya que debe tomar muchas decisiones en fracciones de segundos y entre todas elegir la mejor, garantizando la sucesión de las acciones tácticas de juego y su eficaz desenlace. En la táctica deportiva, la formación debe ser teórica a la vez que práctica, debiéndosele dedicar especial atención a la teoría. El atleta no debe ejecutar de forma motora la tarea táctica hasta que no haya entendido en teoría y procesado en su mente.

Por estos motivos, es de vital importancia que durante el proceso de entrenamiento, la formación teórica y práctica tienen que estar bien acopladas para que el atleta pueda adquirir habilidades tácticas aplicadas en el deporte. Este aspecto del rendimiento del jugador al cual no se ha dado todavía la debida importancia y que puede caracterizar al fútbol en lo adelante; es la capacidad de inteligencia de juego y la percepción táctica como prestación futbolística y sin dudas un importante criterio para evaluar el rendimiento. En tal sentido, el equipo femenino escolar se ha convertido en centro de estudio para dar tratamiento a tan importante peldaño de la preparación deportiva, la cual gira en torno a cómo obtener registros que revelen la veracidad de las deficiencias en el orden táctico que manifiestan los atletas, todo lo antes mencionado perteneciente al Banco de Problemas de este deporte en la provincia.



Después de realizar una encuesta a entrenadores del equipo escolar femenino de fútbol de la EIDE Tunera arrojaron como deficiencias:

1. En el programa de preparación del deportista no se prevén con claridad los objetivos, métodos y medios para la evaluación de la preparación táctica y no se hace mención al componente psicológico de la táctica en el fútbol y la forma de evaluarlo.
2. Las evaluaciones se realizan sin considerar los aspectos situacionales.
3. En el programa de preparación del deportista, se evidencian las carencias acerca de los test pedagógicos dirigidos a evaluar este componente de la preparación.
4. Limitaciones metodológicas asociadas a los test psicológicos de pensamiento táctico.

Esto ha sido confirmado a partir de la aplicación de métodos y técnicas empíricas en el período preparatorio y etapa especial de los entrenamientos comprendidos entre Septiembre del 2015 a Abril del 2016, en los cuales participaron las 16 atletas y 3 entrenadores que conformaban este equipo con miras al Campeonato Escolar Nacional.

Este análisis permitió confirmar que existen limitaciones en el proceso de evaluación de la preparación táctica de los atletas del equipo escolar femenino revelándose como situación problemática que los instrumentos utilizados para la evaluación de la preparación táctica no se corresponden con los elementos significativos y determinantes que intervienen en el pensamiento del atleta durante el juego, lo que provoca la no tenencia de un valor real del desempeño táctico.

Lo que permite precisar el problema científico de esta investigación en:

Problema Científico:

¿Cómo contribuir a la evaluación de la preparación táctica en las futbolistas del equipo escolar femenino, EIDE Las Tunas?

Objetivo:

Elaborar un Test psicológico de pensamiento táctico, para evaluar la preparación táctica en las futbolistas del equipo escolar femenino, EIDE Las Tunas.

Objetivos Específicos:

1. Realizar una revisión bibliográfica que sustenten teóricamente el proceso de elaboración del Test psicológico de pensamiento táctico, para evaluar la preparación táctica.
2. Diagnosticar el estado actual del proceso de evaluación de la preparación táctica en las futbolistas del equipo escolar femenino, EIDE Las Tunas.
3. Elaborar un Test de pensamiento táctico, para evaluar la preparación táctica en las futbolistas del equipo escolar femenino, EIDE Las Tunas.
4. Evaluar la propuesta del Test a partir de "Criterios de Expertos".



Hipótesis:

Si se propone un Test psicológico de pensamiento táctico, entonces se logrará mejorar la evaluación de la preparación táctica en las futbolistas de equipo escolar femenino EIDE, Las Tunas.

DESARROLLO:

Selección de muestra:

La presente investigación se realizó durante el Curso Escolar 2015 – 2016, durante el periodo de entrenamiento Septiembre – Abril al equipo escolar femenino. El mismo está integrado por 3 entrenadores y 16 atletas, de ellas permanecen en la EIDE un total de 14. El promedio de experiencia en la práctica del fútbol de la muestra es de 3 años y el promedio de edad es de 14,7 años. Cuenta con tres jugadoras que participaron en una competición internacional, entre ellas la capitana del equipo Cuba, Yilianni Sablón.

Diagnóstico del estado actual del proceso de evaluación de la preparación táctica en el fútbol escolar femenino, Las Tunas.

Durante el período de entrenamiento, correspondiente al curso 2015 - 2016, se utilizó la observación, como vía directa para obtener información acerca de los principales principios tácticos del Fútbol que se llevan a cabo durante una acción de juego. Se hace énfasis en los principios debido a que ellas tienen una marcada incidencia en las acciones que lleva a cabo el futbolista en aras de solventar una situación dada. Además, sobre ellas recae el mayor peso de la toma de decisiones del atleta y el futuro resultado de la misma.

Las observaciones fueron directas y estructuradas, para ello se confeccionó una guía de observación, donde el punto de mira lo fue los toques preparatorios y la etapa clasificatoria para el Campeonato Nacional. Se observaron un total de 8 partidos. Computando un dato por jugadoras observada de 14 veces para los regulares, representando un 100% y entre cambios y reservas 12 ocasiones para un 85,7%. De manera general, se hizo el estudio sobre 14 jugadoras posibles de 16 para el 94,4% del equipo.

Metodología de la conformación del Test:

La forma de estructurar el test de pensamiento táctico para contribuir a la evaluación de la preparación táctica en las futbolistas del equipo escolar, ha sido el efecto de varias pruebas e intentos de hallar el modelo de test ideal para comprobar de manera real y autentica cómo piensa y actúa en consecuencia el atleta de Fútbol ante situaciones de juego que se dan en un número creciente por partido bajo diferentes circunstancias. El test, contará con una serie de posibles respuestas tácticas de terreno que deberán ofrecer los atletas, las cuales han sido colegiadas con las más acreditadas voces del Fútbol en la provincia, a fin de lograr la unanimidad de criterios y la objetividad de las mismas. Se determinó organizar las posibles respuestas de acuerdo a la



ubicación en las futbolistas en el terreno, es decir, su posición original, no situacional, así como su función en el equipo, para de esta forma hallar las más diversas variantes de solución que pueden ofrecer durante la prueba.

A continuación, se presenta el test con la metodología correspondiente:

1. **Nombre de la prueba:** Test psicológico de pensamiento táctico.

2. **Definición de lo que se mide:** Es el adiestramiento por etapas de las diferentes soluciones a emitir en lapsos de tiempos decrecientes de acuerdo a una situación táctica durante las acciones de juego.

3. **Objetivo de la prueba:** Evaluar la calidad y rapidez de respuesta práctica de los atletas ante situaciones reales de tácticas de juego.

4. **Fundamentación teórica:** Las acciones tácticas en el fútbol se suceden con extrema rapidez, por eso el pensamiento individual del futbolista debe ser preciso y objetivo ya que debe tomar muchas decisiones en fracciones de segundos y entre todas elegir la mejor, garantizando la sucesión de las acciones tácticas de juego y su eficaz desenlace. Teniendo en cuenta estos aspectos, se precisa de la combinación que mezcle capacidad de pensar con precisión y agilidad para esta. El test que se propone, brindará una respuesta de cuál es el estado del razonamiento rápido y efectivo del futbolista en cuanto a la precisión de las acciones tácticas de juego. Los resultados de la evaluación del test, deben llevar a un balance más adecuado de los "acentos" a realizar en la planificación de las cargas de entrenamiento y las intervenciones psicológicas.

5. **Metodología:** Se trabaja directamente en el terreno de juego. El entrenador, previa consulta con todo el cuerpo técnico implicado en la prueba, determinará las diferentes acciones a evaluar y las acciones tácticas que se pondrán a prueba por los atletas durante el partido. Las evaluaciones se dividen por líneas de jugadores. Uno de los objetivos del test es evaluar al atleta bajo ciertas condiciones de juego las cuales están definidas en los protocolos de observación como variantes.

6. **Tarea:** Decidir la solución o vías de soluciones tácticas más efectivas y rápidas en el menor tiempo posible.

7. **Orientaciones de estandarización:**

7.1- El Test se realizará dentro del período de entrenamiento. (Etapa Pre competitiva y Etapa Competitiva)

7.2- Todos los atletas deberán cumplir las exigencias de la regla número 3 de la FIFA.

7.3- Los equipos evaluadores deberán contar con el aditamento adecuado para recoger toda la información que se precisa.

7.4- Nivel óptimo de salud física y mental. (Atletas y observadores).

7.5- Condiciones de terreno: se deben garantizar las condiciones idóneas en el terreno que permita llevar a cabo las tareas que conlleva la prueba.



7.6- Los objetivos de la prueba deben ser explicados al deportista, así como la tarea a realizar debe ser comprendida por este, puesto que lo que se comprende se acepta más fácilmente y moviliza mejor la disposición del sujeto para los esfuerzos.

8. **Medios e instrumentos:** Cronómetro, libreta de anotaciones, protocolo de observación, cámara de filmar y bolígrafo.

9. **Forma de calificación:**

Bien. Regular. Mal

10. **Investigadores:** Equipo conformado: 1 Observador y 2 anotadores.

11. **Protocolo de Observación No 1:**

Atletas	Acciones	Tiempo respuesta	Variante tomada

Protocolo de Observación No 2:

Atletas	Evaluación del tiempo de respuesta.	Evaluación de la variante tomada.	Evaluación final del Test.

12. **Procesamiento de la información:** Se toma el tiempo de respuesta del atleta. Si está entre 0-2 segundos, es evaluado de BIEN, si su tiempo está entre 2-3 segundos es evaluado de REGULAR Y de 3 segundos en adelante MAL. Se observa y anota la variante escogida durante las acciones de juego y se analizan por parte del colectivo técnico incluyendo el psicólogo y luego se emite la evaluación de la misma atendiendo al protocolo. Al final se conjugan ambas evaluaciones y se cualifican, aunque el entrenador puede separar el tiempo de respuesta y la calidad de la misma para que el atleta sepa donde precisar su atención. Siempre tendrá mayor peso en la evaluación final, la **variante escogida**.

13. **Normativas de evaluación:**

Tiempo de respuesta.

0-1,5 segundos: BIEN.

2-3,5 segundos: REGULAR

+4 segundos: MAL.

Análisis de los resultados:

Para realizar el proceso de valoración del Test de Pensamiento Táctico, se utilizó el método empírico **criterio de expertos**.



Este método, para su correcta y exitosa aplicación cuenta con diversas técnicas. Una de ellas y que se encuentra entre las más utilizadas y fundamentadas, lo es sin dudas la variante Likert, ya que la misma permite recoger los criterios de los expertos de forma independiente y analizarlos estadísticamente.

Los puntos destacados por los expertos, confirman la importancia y necesidad de un Test psicológico que acceda a evaluar el pensamiento táctico en cada jugada de un partido de Fútbol, lo cual contribuirá a optimizar y re direccionar el proceso de dirección de la preparación táctica en este deporte, y garantizar la obtención de mejores resultados deportivos, un mejor espectáculo a la afición y un mayor aporte a los equipos nacionales.

Al final, se llegó a tres conclusiones de la síntesis de los resultados:

- Los expertos han evaluado favorablemente los 6 rasgos distintivos.
- Consideran que la mayor contribución al Test psicológico son las variantes de solución por posiciones a la ofensiva y a la defensa.
- Aún persiste y se percibe el carácter tutelar de los entrenadores durante los entrenamientos y los partidos de competencia, minimizando la apropiación y manifestación independiente de los conocimientos y habilidades tácticas

CONCLUSIONES

- 1- Mediante la revisión bibliográfica se logró realizar una fundamentación teórica sobre la propuesta de test de pensamiento táctico para evaluar la táctica en el equipo escolar femenino.
- 2- El diagnóstico realizado permitió constatar el estado actual del proceso de evaluación táctica en el equipo escolar femenino.
- 3- Los criterios expresados por los expertos, exponen una valoración positiva sobre la pertinencia y factibilidad de la propuesta del Test de pensamiento táctico para evaluar la preparación táctica en las futbolistas del equipo escolar Las Tunas, debido a que los resultados de las pruebas realizadas oscilaron entre las categorías de Totalmente de Acuerdo, De Acuerdo, y Neutral.
- 4- Se acepta la hipótesis planteada en la investigación.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aragón del Sol, V. (1997). Programa de preparación del futbolista.
2. Álvarez del Villar, Carlos. (1992) La preparación física del futbolista basada en el atletismo. España, Editorial Gymnos.
3. Álvarez de Zayas, Carlos M. y Sierra Lombardía, Virginia M. (1999) la Investigación Científica en la Sociedad del Conocimiento, La Habana. Editorial Academia.



4. Álvarez Z, Carlos (1988), El objeto de estudio de la didáctica y los objetivos de la enseñanza. La Habana, Ministerio de Educación Superior.
5. Álvarez Z, Carlos. (1999), La Escuela en la Vida, La Habana. Editorial Pueblo y educación.
6. Álvarez B, Alain (2003), Estrategia, Táctica y Técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 60 - Mayo de 2003. alaintkd@yahoo.com (Cuba)
7. Betancourt, J. y colectivo de autores. La creatividad y sus implicaciones.
8. Collazo Macías A. Fundamentos biometodológicos para el desarrollo de las capacidades físicas.
9. Lanza Bravo, Antonio. (2010). Test para el control de la condición física del jugador de fútbol en condiciones especiales. E-mail: alanza@capiro.vcl.sld.cu URL: <http://www.efdeportes.com/efd70/test.htm>
10. Copello Janjaque, Manuel. (1999), Judo. Control del Rendimiento Táctico. Departamento de Deportes de Combate del Instituto Superior de Cultura Física. Ciudad de la Habana.
11. Collazo, A. y N. Betancourt. Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Tomo I. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana, 2006.
12. Fuentes Domínguez, Andrés. (2004), Metodología para la preparación teórica del boxeador escolar del municipio Guantánamo. Ciudad de la Habana. Tesis de Maestría Entrenamiento Deportivo.

3.10. TÍTULO: La reducción de desastre y su incorporación a los programas de la Cultura Física.

Autores: MSc. Yanelys Arrieta Mas.

Lic. Manuel Rolando Artime Méndez.

RESUMEN

La presente investigación se basó en la problemática que existe actualmente en nuestro país y sobre todo en la provincia de Las Tunas, en la reducción de desastre y su incorporación a los programas de estudio de los egresados en la carrera de Cultura Física. La cual tiene como objetivo: Proporcionar al futuro egresado los conocimientos, métodos y habilidades de una cultura ambiental en el proceso de preparación deportiva, con carácter sostenible, que permita la solución o mejoría de los diferentes tipos de afecciones o enfermedades a los practicantes.

Capacitar y entrenar a estudiantes, profesores, trabajadores y dirigentes con la finalidad de que conozcan y cumplan las legislaciones ambientales vigentes en Cuba, así como el desarrollo de valores respecto al medio ambiente y tener motivación lo suficientemente fuerte para participar en su conservación y mejora. Para la misma se utilizaron como método el histórico lógico entre otros.



Llegando a la conclusión que la cultura ambiental constituye una herramienta esencial para el profesional de la Cultura Física contribuyendo los ejercicios físicos del egresado y su preparación para la reducción de riesgos en situaciones de desastre.

Palabras claves: situaciones de desastre, cultura física, egresados, herramienta

INTRODUCCIÓN

“Los peligros no se han de ver cuando se les tiene encima, sino cuando se les puede evitar. Lo primero en política es aclarar y prever.”José Martí

La **reducción de desastres** es el conjunto de actividades preventivas, de preparación, respuesta y recuperación, que se establecen con la finalidad de proteger a la población, la economía y el medio ambiente de los efectos destructivos de los desastres, constituyendo el concepto de **desastre** un acontecimiento o suceso que destruye las estructuras básicas y el funcionamiento normal de una sociedad o comunidad.

Ocasiona pérdidas y afectaciones humanas, pérdidas o daños a la economía, la infraestructura, los servicios esenciales o medios de sustento, más allá de la capacidad normal de las comunidades afectadas para dar una respuesta. Los peligros de desastres, que potencialmente pueden afectar al país, han sido clasificados, atendiendo a su origen en: naturales, tecnológicos y sanitarios.

Cuba, incluyendo a la provincia de Las Tunas está sometida a diversas amenazas, debido a su ubicación geográfica, carácter de su desarrollo socioeconómico y otros factores. Entre las principales amenazas se declaran: huracanes, tormentas tropicales, tormentas locales severas, graves sequías, incendios urbanos, epidemias y enfermedades, entre otras.

Uno de los principales problemas globales que afectan la seguridad en el mundo es el deterioro medioambiental a escala planetaria.

A partir de un estudio diagnóstico medioambiental en la comunidad deportiva en Las Tunas se determina la siguiente **situación problemática**:

- Enfermedades de piel (dermatitis, forúnculos, escabiosis, quemaduras, hematomas, manchas).
- Problemas nutritivos (dietas desbalanceadas, insuficiente consumo de Kcl, exceso de gasto energético).
- Diarreas provocadas por consumo de agua no tratada.
- Malos olores que afectan el ambiente de las áreas.
- Deforestación de las áreas abiertas.
- Inadecuada iluminación y ventilación en las áreas deportivas.
- Descuido de la higiene de los vestuarios y espacios físicos de los deportes.



- Incorrecta postura de los deportistas en las aulas, así como afectación de sueños que provoca poca atención y concentración en las clases docentes.
- Baños sucios y rotos.
- Poca superación profesional sobre temas ambientales.

Como antecedente existen acciones y orientaciones en los programas de preparación del deportista relacionado con el medioambiente, pero existen insuficientes en los mismos, trayendo como consecuencia la persistencia de hechos que limitan el buen desarrollo del proceso de entrenamiento deportivo, lo que induce a la siguiente interrogante como **problema científico**:

¿Cómo contribuir a la formación del futuro egresado de una cultura ambiental con intención a la reducción de desastres, en el proceso de preparación deportiva en la Escuela de Natación que permita un desarrollo sostenible del deporte?

Como **Objeto de estudio** se declara el proceso de reducción de desastre.

Se plantea el siguiente **Objetivo general**.

Proporcionar al futuro egresado los conocimientos, métodos y habilidades de una cultura ambiental en el proceso de preparación deportiva, con carácter sostenible, que permita la solución o mejoría de los diferentes tipos de afecciones o enfermedades a los practicantes.

Como **objetivos específicos** se determinan los siguientes:

1. Utilizar de forma racional los recursos naturales que se consumen en apoyo al funcionamiento de la institución y reducir constantemente los impactos ambientales de las actividades físicas y deportivas.
2. Capacitar y entrenar a estudiantes, profesores, trabajadores y dirigentes con la finalidad de que conozcan y cumplan las legislaciones ambientales vigentes en Cuba, así como que sean capaces de interesarse y desarrollar valores respecto al medio ambiente y tener motivación lo suficientemente fuerte para participar en su conservación y mejora.
3. Determinar los impactos y problemas ambientales que generan los usuarios y los servicios que se ofrecen en la instalación.

DESARROLLO

La relación del medio ambiente con el deporte comienza a tener protagonismo en la llamada civilización del ocio. El deporte como actividad de ocio cobra cada vez más importancia en el ranking de actividades realizadas en el tiempo libre y así lo demuestran los numerosos estudios que se encuentran en el panorama nacional (García Ferrando, 1997). Al mismo tiempo el interés por todo lo relacionado con la naturaleza es un hecho.

La simbiosis de estas dos tendencias da lugar al aumento de actividades deportivas en el medio natural como actividades de ocio. La población no se conforma con realizar actividades en el medio natural pasivas (descanso, observación...), también quieren realizar actividades que



impliquen un conocimiento activo del medio. Y se asiste a la proliferación de variedad de actividades singulares que consiguen despertar en los practicantes sensaciones y vivencias únicas: hidrobob, rafting, puenting...entre otros, y que forman parte de ese concepto de ocio activo de finales de siglo XXI.

En este desarrollo teórico también hay que destacar como los términos ecología y deporte se acercan cada vez más. Esta unidad terminológica aparece en el Diccionario de Ciencias del Deporte (1992), que define a la ecología deportiva, como la implantación óptima de instalaciones deportivas, de juego y de ocio en el ecosistema local y como el estudio de las relaciones recíprocas entre el deportista y los factores ambientales naturales y antropogénicos.

El deporte y el medio ambiente han tenido siempre una gran relación y de cara al futuro esta relación va a tener una gran importancia desde el punto de vista de la prevención de los impactos. Se considera que los espacios naturales y los espacios urbanos deben ser equipamientos deportivos que disfruten las generaciones futuras; práctica deportiva y medio ambiente no tienen por qué ser opuestas, por el contrario, debe estar siempre relacionada de forma óptima.

El desarrollo del deporte en Cuba responde a una pirámide del deporte de alto rendimiento que surge desde la base, planes de la calle, recreación física hasta las áreas deportivas de Combinados deportivos comunitarios, las escuelas de Iniciación deportivas (formación de talentos) y los Centros de enseñanza deportiva superior CEDS (ESPA y Equipos nacionales). Las EIDE, constituyen instalaciones especializadas de cada provincia donde se preparan los escolares y juveniles de los deportes estratégicos y en su construcción necesitan entre otras exigencias la conciliación con el INDER, MINED, MINSAP, CITMA y con las Fuerzas Armadas Revolucionarias, los cuales dictaminan un grupo de requisitos que aprueban los planes de riesgos ante desastres naturales, higiene y epidemiología y la planificación de todos los recursos materiales, financieros y humanos.

El deporte relacionado con el medioambiente en sus dimensiones constructiva, económica, natural, social y político, forma parte de la estrategia militar de la región en cada territorio, obedeciendo a Ley Nº 75 De la Defensa Nacional, al Decreto Ley Nº 170 Del Sistema de Medidas de Defensa Civil, Ley Nº 77 De la Inversión Extranjera, Disposición Especial y Única, Decreto Nº 262 Sobre la compatibilización de las inversiones con los intereses de la Defensa Directivas y Resoluciones e Indicaciones del Ministro de las FAR y del Jefe del EMNDC.

Concretar un desarrollo sostenible de la preparación del deportista guarda estrecha relación con el concepto de **desarrollo sostenible**, el cual es el proceso de elevación sostenida y equitativa de la calidad de vida de las personas, mediante el cual se procura el crecimiento económico y el mejoramiento social, en una combinación armónica con la protección del medio ambiente, de



modo que se satisfagan las necesidades de las actuales generaciones, sin poner en riesgo las de futuras generaciones.

Reducción de desastres: el conjunto de actividades preventivas, de preparación, respuesta y recuperación, que se establecen con la finalidad de proteger a la población, la economía y el medio ambiente de los efectos destructivos de los desastres.

¿Qué es un peligro?

Fenómenos o eventos atmosféricos, hidrológicos, geológicos, tecnológicos y sanitario, que por razón del lugar en que ocurren, su severidad y frecuencia, pueden afectar de manera adversa a los seres humanos, la infraestructura, las actividades socioeconómicas y al medio ambiente. Es el riesgo o contingencia inminente de que suceda algún mal.

Vulnerabilidad

Es la predisposición a pérdidas o daños de un elemento estructural físico o socioeconómico (o serie de elementos) expuesto al impacto de un evento o fenómeno de determinada severidad, expresada en una escala dada. Los elementos expuestos incluyen la población, la infraestructura (Viviendas, hospitales, acueductos, agua, electricidad, gas, etc.), Industrias y otros centros de producción, el patrimonio cultural y las actividades sociales y económicas.

Riesgo

Son todas las pérdidas o afectaciones esperadas en los elementos expuestos al impacto de un fenómeno o evento, en un período de tiempo determinado.

Incluye:

- El número de pérdidas humanas, personas lesionadas, daños a las propiedades y perturbaciones a la actividad económico- social.
- El riesgo está en la envergadura del fenómeno o evento y la vulnerabilidad ante él.

Principales riesgos amenazas y agresiones a los que se encuentra expuesto nuestro país.

- Económica.
- Ideológica.
- Psicológica.
- Militar.
- Biológica.
- Terrorismo.
- Desastres.
- Narcotráfico.
- Corrupción.
- Migración.
- Subversión.



- Delito.
- Desinformación

La reducción del riesgo de desastres abarca diferentes aspectos:

Mitigación de desastres: Medidas estructurales y no estructurales adoptadas para limitar los efectos adversos de los peligros naturales (p. ej., reforestación de manglares para reducir el riesgo derivado de las marejadas gigantes, sensibilización respecto de los peligros naturales a través de proyectos de educación en las escuelas).

Alerta temprana: Comunicación de información oportuna que permite a las personas adoptar medidas para reducir los efectos de los peligros. La alerta temprana abarca habitualmente múltiples peligros y requiere que las comunidades y otras partes interesadas se identifiquen verdaderamente con y participen en ella (p. ej., acceso de la población local a información sobre un tifón o tormenta tropical que se avecina).

Preparación para desastres: Medidas que contribuyen a asegurar una actuación "en primera línea" oportuna y eficaz, con el apoyo de los voluntarios, las filiales y las capacidades regionales y nacionales de las Sociedades Nacionales (p. ej., equipos de acción comunitaria respaldados por la planificación de contingencia de las Sociedades Nacionales y equipos regionales y/o internacionales de respuesta a desastres).

Recuperación: Decisiones y medidas adoptadas después de un desastre con vistas a restablecer o mejorar las condiciones de vida de la comunidad afectada previas al desastre, a la vez que a facilitar los cambios necesarios para reducir el riesgo de desastres (p. ej., evaluar los niveles de riesgo futuro cuando se planifican proyectos de vivienda después de un desastre).

Apoyo a los medios de subsistencia: Proyectos que fortalecen o diversifican los medios de subsistencia y permiten a las personas o familias desarrollar estrategias para reducir el riesgo (p. ej., los huertos domésticos permiten mejorar la alimentación y aumentar las reservas en períodos de sequía).

La Natación en la formación del Licenciado en Cultura Física

El deporte Natación en la carrera de Cultura Física ha alcanzado un alto nivel de desarrollo. Desde la propia implementación del Plan de Estudios A, en 1973, formó parte del currículum y los docentes lo han venido desarrollando desde entonces. En ese periodo se estudiaba en dos semestres. En esta nueva versión, en el Plan de Estudio D se lleva a cabo en un semestre.

Con la implantación del Plan D, a partir del curso 2008-2009, se realiza una mayor optimización del desarrollo de los contenidos, con un Modelo Pedagógico de Perfil Amplio, se introducen nuevas materias, directamente asociadas con la evolución histórica del deporte, la contribución del deporte a la formación de valores, las habilidades motrices deportivas, las lesiones más comunes en los nadadores, el papel del entrenador en el proceso de entrenamiento y el



entrenador como comunicador. De esa forma, se reduce a un semestre de 64 horas dentro de la Disciplina Teoría y Práctica del Deporte.

Esta asignatura se estructura sobre la base de la necesidad de una formación básica de este Deporte para todos los profesionales que se dedicaran a la cultura Física y el Deporte.

De esta forma en la asignatura Natación son abordados los contenidos asociados con la Formación Básica, las técnicas de Espalda y Libre y la metodología de ambas así como las reglas de la FINA para estas modalidades competitivas de la Natación.

La asignatura Natación la reciben los estudiantes en el 5to año de la carrera en la variante semi-presencial. Para este año el objetivo plantea que **“Al finalizar el quinto año de la carrera el futuro egresado debe evidenciar en su actuación que puede** planificar, ejecutar, dirigir y evaluar una sesión de entrenamiento.”

Características Generales de la entidad.

El Cear de Natación se encuentra situada entre la pista de atletismo y el estadio de pelota y aun lado la polivalente. La escuela deportiva consta con un gimnasio, cuartos para los atletas, aulas, comedor, cátedras para los profesores, enfermería un tanque elevado y la piscina.

Apropiación del riesgo.

1. La acumulación de aguas en diferentes partes del terreno contribuye a la proliferación de enfermedades y plagas (mosquito).
2. El estanque del agua potable no tiene las condiciones de higiene. necesarias provocando riesgos de diarreas.
3. El baño sanitario esta en precarias condiciones.
4. El agua de la piscina se encuentra sucia la cual contribuye a la proliferación de enfermedades en la piel.
5. El patio de la instalación se encuentra con yerba.

Medidas

1. Prevenir la acumulación de agua en el terreno.
2. Brindar condiciones al tanque elevado del agua potable, tapándolo correctamente y lavándolo periódicamente.
3. Limpieza y mantenimiento de los baños.
4. Limpieza y mantenimiento de la piscina.
5. Chapear periódicamente todas las áreas.

Organización

Colaboración en el proceso de cuidado de la piscina de todos los factores como son la administración, los profesores, los atletas, la brigada de mantenimiento y personal a cargo de la instalación.



CONCLUSIONES

1. El dominio de los fundamentos teórico – prácticos básicos de la Cultura ambiental constituye una herramienta esencial para el ejercicio del profesional de la Cultura Física contribuyendo a su preparación para la reducción de riesgos.
2. La utilización de los ejercicios físicos posee un alto valor para la reducción de los riesgos con vistas a estar preparados para situaciones de desastres.
3. La utilización de las medidas tomadas ofrece la posibilidad de recuperarse de grandes esfuerzos o alguna situación de desastres.

BIBLIOGRAFÍA

1. Borges Hernández, T. (1997). Política Ambiental a tono con los nuevos tiempos. La Habana. 9: 13-20.
2. Castro, G. (2004). Para una historia ambiental latinoamericana. Ciudad de la Habana. Editorial de Ciencias Sociales.
3. Colectivo de autores. Comité Olímpico Español. Entrenamiento Deportivo. Universidad de Castilla la mancha. España Colectivo de autores. Técnicas participativas y juegos didácticos. Tomo II.
4. Decreto ley de la seguridad biológica 180. 21, 1,99. go 7 del 5.2.99 PP 114-116.
5. Directiva 01 para la Reducción de desastres.2005
6. Estrategia Nacional de Educación Ambiental (ENEA). (2010) La Habana. Soporte Digital. Pdf.
7. Gaceta Oficial de la República de Cuba. 1997. Estrategia Nacional de Educación Ambiental (ENEA). La Habana.
8. Gaceta oficial de la República de Cuba. Ley 81 del 97 sobre “Medio ambiente y desarrollo. La Habana.

3.11. TÍTULO: GRUPO DE ACCIONES PARA PLANIFICAR LAS ESTRATEGIAS OFENSIVAS DEL EQUIPO DE FUTBOL DE MANATÍ PRIMERA DIVISIÓN.

Autor: MSc. Yurian Fernández González. yurian@ult.edu.cu

MSc. Yordanis Tamayo Alvarez

Lic. Jose Daniel Montero González.

RESUMEN

La presente investigación titulada grupo de acciones para planificar las estrategias ofensivas del equipo de fútbol de la 1ra categoría del Municipio de Manatí, señalando que en los partidos del pasado campeonato provincial, existió una pobre efectividad en el ataque, producto de la no utilización de una estrategia ofensiva adecuada. Por lo que se aplica un grupo de acciones para planificar las estrategias ofensivas del equipo de fútbol. Los métodos utilizados histórico lógico,



Inducción y deducción, métodos estadísticos el paquete estadístico SPSS 11.5 para demostrar estadísticamente la efectividad del grupo de acciones, obteniéndose resultados significativos demostrados a través de las estrategias ofensivas aplicadas en cada uno de los partidos de la competencia.

Palabras claves: Estrategia, Grupo de acciones.

INTRODUCCIÓN

El creciente equilibrio de fuerzas que se viene experimentando en el Fútbol Mundial, unido a las modificaciones de las reglas del juego promulgadas por la FIFA en los últimos años, ha generado cambios en las concepciones estratégicas conllevando a un juego más coherente y vistoso, caracterizado por una mayor proyección de ataque y agresividad ofensiva, por lo que los futbolistas de hoy se ven compulsados a un ritmo de juego superior donde hay un incremento de la rapidez y la precisión en las ejecuciones táctica, lo que unido al férreo marcaje y control zonal de los jugadores para neutralizar las maniobras ofensivas, reducir y achicar los espacios, plantea como exigencia, el disponer de un amplio bagaje y repertorio técnico que les permita dar una respuesta de adaptación exitosa a las condiciones variadas y cambiantes de los partidos.

En las postrimerías de la década del 70 y durante los 80 el reforzamiento de las tácticas defensivas fue una tendencia muy evidente en México 86 y en Italia 90 hubo equipos que jugaron con seis medios campistas y solo un puntero, repercutiendo directamente en el bajo promedio de goles, y en la calidad del espectáculo; por lo que la FIFA estimuló la búsqueda de vías para solucionar dicha situación, trayendo como resultados una mayor orientación hacia el juego de ataque, resurgiendo planteamientos táctico totalmente ofensivos con una visión más creativa, permitiendo un juego mucho más atractivo.

Las defensas han mejorado considerablemente su conducta, aumentando su capacidad para ganar duelos leales y una mayor sincronización en la marcación y el armado constructivo de ataques. Sin embargo, en Las Tunas por observaciones realizadas en los Campeonatos Provinciales se ha podido constatar que aún hay que mejorar el nivel de preparación táctico y la planificación de estrategias de juego que estén en correspondencia con las características de juego de cada territorio.

DESARROLLO

Son muchos los procedimientos, formas y medios que se emplean para conocer el nivel de preparación que obtienen los jugadores en el proceso de entrenamiento y competición y llegar a hacer valoraciones sobre su efectividad, por lo anteriormente expuesto, Para mantener la situación del fútbol en el municipio y que siga entre los primeros lugares, resulta pertinente llevar a cabo estudios que permitan penetrar los problemas y sacar a la superficie las insuficiencias,



limitaciones que afectan el desarrollo y el progreso de este deporte en el municipio, si se trata de nuestra selección de mayores que es una de las que más público arrastra a los estadios.

El equipo de fútbol 1ra categoría del municipio de Manatí, pese a que en los últimos años ha mostrado un buen rendimiento y esto le ha permitido mantenerse dentro de la élite del Fútbol provincial, sin dejar de señalar que en los partidos del pasado campeonato provincial, existió una pobre efectividad en el ataque, producto de la no utilización de una estrategia ofensiva adecuada, una estrategia de juego que le permite llegar con una mayor proyección de ataques. Por otra parte en el programa de preparación del deportista no aparecen bien definidas las acciones que permiten elaborar una estrategia adecuada para esta categoría en el fútbol de forma general por lo que declaramos el siguiente

Problema científico:

¿Cómo potenciar las estrategias del juego del equipo de fútbol de la 1ra categoría del Municipio de Manatí, durante el campeonato Provincial?

Objetivo:

Aplicar un grupo de acciones para poder planificar las estrategias ofensivas del equipo de fútbol de la 1ra categoría del Municipio de Manatí, durante el campeonato Provincial.

Tareas de la investigación

1. Diagnosticar los antecedentes del problema en el equipo de Fútbol de 1ra categoría del Municipio de Manatí.
2. fundamentar desde el punto de vista metodológico todos los elementos que conforman el entrenamiento del equipo de Fútbol 1ra Categoría del Municipio de Manatí.
3. determinar los coeficientes ofensivos que permitan valorar la objetividad del rendimiento táctico ofensivo.
4. Elaborar las acciones de acuerdo a los coeficientes establecidos.
5. Aplicar las acciones al equipo de Fútbol de la 1ra Categoría del Municipio de Manatí.
6. Evaluar efectividad de las acciones en la conformación de estrategias dentro de los toques de control y el Campeonato Provincial.

Hipótesis:

Con la aplicación de un grupo de acciones se podrá planificar con mayor eficiencia las estrategias ofensivas en el equipo de Fútbol 1ra Categoría del Municipio de Manatí.

Métodos utilizados

Métodos teóricos:

- Histórico Lógico:

Permita vincular el conocimiento de las distintas etapas de los fenómenos y su sucesión cronológica. También se utilizó para conocer la evolución y desarrollo del objeto o fenómeno de



investigación por lo que se hace necesario revelar su historia, las etapas principales de su desenvolvimiento y las conexiones históricas fundamentales, además se produce el objeto en su forma superior y madura, permitiendo unir el estudio de la estructura de este en toda la investigación y la concepción de su historia.

➤ Análisis documental.

Permite conocer, valorar y criticar documentos existentes referentes a la teorías del entrenamiento en los equipos deportivos y los aportes de la ciencia vinculada al deporte y a lo elementos que contribuyan a su desarrollo. Además de brindar los conocimientos necesarios para diseñar el marco teórico de esta investigación, así como para aplicar las acciones con éxito.

➤ Análisis y Síntesis;

Para el procedimiento teórico mediante el cual un todo complejo se descompone en sus diversas partes y cualidades. Permite la división y elaboración de cada uno de las acciones del todo en sus múltiples relaciones y componentes. Además establece mentalmente la unión entre las partes previamente analizadas y posibilitó descubrir las relaciones esenciales y características generales entre ellos.

➤ Inducción y deducción

Se complementan entre sí: del estudio de las acciones particulares, a través de la inducción, se llega a determinar generalizaciones y principios para la planificación de la estrategia del juego ofensivo, lo que constituyen puntos de partidas para definir o confirmar formulaciones teóricas. De dichas formulaciones teóricas se deducen nuevas conclusiones lógicas las que son sometidas a comprobaciones experimentales.

De ahí que solamente la complementación mutua entre estos procedimientos nos puede proporcionar un conocimiento verdadero sobre la realidad.

Métodos Empíricos

En las observaciones, para determinar la eficacia de las acciones estratégicas que se empleen diferentes métodos, como lo de filmación o video tape y lo de grabación, estos tienen sus ventajas especiales ya que pueden reproducir incluso en cámara lenta todos los movimientos de los jugadores y los adversarios, permitiendo analizar con exactitud el desarrollo del juego o los ejercicios. Sin embargo en las condiciones de este territorio es casi imposible utilizarlo porque son muy costosos y requieren ser manipulados por técnicos especializados, pero ello no significa que no sea posible observar los juegos y entretenimientos de forma objetiva, hay métodos accesibles para nosotros como el de observación y el descriptivo, donde con protocolo de observación bien estructurado y personal entrenado se puede obtener la información válida. Se utilizó el método de la observación científica, estructurada especialmente para percibir en condiciones naturales la



ocurrencia las condiciones técnico-estratégica de de los jugadores durante el desarrollo de la competencia.

➤ **La Medición:**

Es el proceso que se realiza con el objetivo de obtener información numérica acerca de las acciones, y se comparan magnitudes medibles y conocidas. Los métodos estadísticos descriptivos permiten organizar y clasificar las acciones cuantitativas obtenidas en la investigación empírica; revelándose a través de ellos las propiedades, las relaciones y tendencias del fenómeno, que en muchas ocasiones no se perciben a simple vista de manera inmediata.

Métodos estadísticos:

➤ **Se utilizó el SPSS 11.5**

Para demostrar la efectividad del grupo de acciones, utilizándolo para determinar los siguientes datos estadísticos.

Décimas de diferencias de media para muestras independientes: Con el procesamiento de los diferentes datos de dependencia, del desempeño de cada acción en los diferentes partidos se pudo comprobar la eficacia de la planificación estratégica ofensiva y se podrá rechazar o aceptar la Hipótesis.

Novedad científica

Está dada por reflejarse dentro del proceso de entrenamiento deportivo, especialmente en la planificación de estrategias para potenciar las acciones ofensivas de los jugadores de fútbol.

Actualidad

Porque refleja la necesidad buscar vías para mejorar la planificación de estrategias ofensivas que permita lograr mayores resultados en el fútbol

Significación práctica

Radica en facilitar un grupo de acciones para poder planificar las estrategias ofensivas del equipo de fútbol de la 1ra categoría del Municipio de Manatí.

Grupo de acciones

Estas acciones fueron aplicadas en cuatro partidos tres en la etapa clasificatoria y uno en la etapa semifinal teniendo en cuenta las habilidades técnicas.

➤ **Habilidades técnica-Control del balón.**

ACCIONES
CATEGORIAS DE OBSERVACIÓN
Realizarán la frecuencia de toques cortos y altos
Ejecutan con alternancia las lateralidades
Adecuada integración tempo espacial en los controles de los balones
Fluidez de movimientos
Ejecutan las acciones sin desplazarse mucho en los espacios
Coordinación adecuada en las ejecuciones de los movimientos

➤ **Habilidad técnica-Control del balón y remate a la portería**



ACCIONES
CATEGORIAS DE OBSERVACIÓN
Controles orientados de los balones
Patean con dirección adecuada hacia la portería
Patean con ambas lateralidades
Número de goles
Realizan ajustes de los pies que patean en dirección a la portería
Realizan el control en el espacio determinado
Coordinación espacio Temporal para los controles del balón
Realizan ajustes corporal para ubicarse en dirección a la portería

➤ **Habilidad técnica- Conducción del balón**

ACCIONES
CATEGORIAS DE OBSERVACIÓN
Realizan la conducción del balón con ambas lateralidades
Número de goles
Bajan el centro de gravedad para estabilizar la acción motriz
Realizan las acciones con seguridad
Movimientos armónicos y fluidos
Mantienen el control del balón hay continuidad de los movimientos
Hay continuidad de los movimientos
Precisión en el espacio-tiempo para realizar las acciones

➤ **Habilidad técnica – Conducción y fintas**

ACCIONES
CATEGORIAS DE OBSERVACIÓN
Realizan la conducción del balón con ambas lateralidades
Números de goles
Mantienen el control del balón
Tienen equilibrio en el movimiento
Bajan el centro de gravedad para estabilizar la acción motriz
Realizan las acciones con seguridad
Movimientos armónicos y fluidos
Hay continuidad de los movimientos
Precisión en el espacio-tiempo para realizar las acciones

➤ **Habilidad técnica – Táctica (1x1)**

ACCIONES
CATEGORIAS DE OBSERVACIÓN
Hacen cambios de ritmo para regatear al defensor
Se realizan cambios de dirección
Sobrepasan a los defensores
Utilizan diversos cambios o regatees para eludir
Utilizan el cuerpo y el brazo cercano al defensor para proteger el balón
Tiran a portería
Hacen goles
Mantienen el balón pegados a los pies

Notas de procedimientos:

- Cada una de las acciones tiene un objetivo que puede depender del interés particular de observación que posea el equipo evaluador.



- Los protocolos de las acciones no se presentan en esta primera exposición porque se pretende dar la libertad para que los lectores creen los propios y utilicen los criterios que se les presentan.

CONCLUSIONES

- Mediante la aplicación de este procedimiento, hemos logrado relacionar y evaluar una serie de acciones que expresan las relaciones y nexos internos esenciales de la planificación estratégica del juego ofensivo, lo que nos ha permitido constatar la capacidad estratégica del equipo en su aspecto ofensivo.
- En los resultados de los coeficientes ofensivos obtenidos no destacan ninguno que resalten la efectividad ofensiva del equipo, lo que confirma que ofensivamente se comportó con poca potencia definidora.
- Podemos afirmar que atendiendo a los resultados de las acciones, se hace evidente que el comportamiento del equipo tiende a ser más efectiva la planeación estratégica en la concreción de las acciones de ataque.
- Consideramos que la aplicación de las acciones es susceptible de mejorar ya que solo constituye un primer intento de acercamiento a un enfoque integral sistemático de control y evaluación técnico-estrategia en el Fútbol.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alcocer J. y Ruiz A. Combatir y neutralizar. Principios ofensivos y negativos. <http://www.entrenadores.info2002>.
2. Busea SofonTTria, B (1996) propuesta del análisis de la estrategia individual ofensiva en el fútbol. Cataluña, Educación física y deporte 43p.
3. Busea SofonTTria, B (1996) propuesta del análisis de la táctica individual ofensiva en el fútbol. Cataluña, Educación física y deporte 43p.
4. Csanady, A. El Fútbol. (Tomo II) La Habana: Ediciones deportivas, 1968. Editorial pueblo y educación.
5. Csanady, A. El Fútbol. (Tomo I) La Habana: Ediciones deportivas, 1968. Editorial pueblo y educación.
6. Castellano, J. (2002). Observación y análisis de la acción del juego en el fútbol. Tesis Doctoral. Victoria-Gasteiz. Universidad del país Vasco-Euskal Herriko Unibertsitatea.
7. calderón, G. Conclusiones del curso FIFA para entrenadores de fútbol base. Colombia. <http://www.entrenadores.info2002>.



3.12. TÍTULO: METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DEL VOLEIBOL MEDIANTE LA COMPETICIÓN EN LA CATEGORÍA 11/12 AÑOS

Autores: Esp. Adrián Méndez Guerra. (infun@inder.cu)

Dr. C. Rolando Castro Marcelo, (rcastro@ult.edu.cu)

Dr. C. Edecio Pérez Guerra, (edeciopg@ult.edu.cu)

Dra. María Caridad Figueredo Pérez, (mcaridad@ltu.sld.cu)

RESUMEN

La relevancia del constructivismo en la metodología de la enseñanza-aprendizaje del voleibol se ha denominado como enseñanza comprensiva, y se configura como una conducta orientada al aprendizaje cognitivo-motor, que parte de la idea que cognición y acción están estrechamente asociadas. Protegida en esta concepción la investigación tiene como objetivo elaborar una metodología para el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol en la categoría 11/12 años. Para el cumplimiento de las tareas fue necesario la aplicación de los siguientes métodos análisis-síntesis, modelación científica, observación, entrevista y experimento, para valorar la factibilidad de los resultados científicos se utilizó el criterio de experto. La contribución a la práctica radica en la metodología para la enseñanza-aprendizaje del voleibol mediante la competición, la que contribuye a redimensionar el proceso de enseñanza-aprendizaje, mediante el uso de la unidad de aprendizaje-competitivo. Los resultados del pre-experimento desarrollado comprobaron la significación de la propuesta entre el pretest y el posttest en la dimensión motriz, comunicativa y de comprensión a la colaboración-oposición, lo que demostró la efectividad práctica de la metodología aplicada en el equipo de voleibol femenino del municipio Las Tunas.

Palabras clave: proceso de enseñanza-aprendizaje, competición y unidad de aprendizaje-competitivo.

INTRODUCCIÓN

Es una necesidad desarrollar durante el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol, el comportamiento de los atletas ante la diversidad de situaciones de juego que se le presentan a través de los partidos, por lo cual es importante tener en cuenta, el planteamiento de (Mauricio, Gamboa y Carmenates, 2009, p.23). “desarrollar la movilidad de los procesos lógicos del pensamiento, la comprensión de estructuras formales, el reconocimiento de analogía y diferenciación, la rápida generalización, la observación del proceso de reflexión y la abreviación de la resolución de problemas”.

El proceso de enseñanza-aprendizaje de los jugadores en la categoría 11/12 años en la provincia de Las Tunas, muestra limitaciones en la búsqueda de soluciones cognitivas motrices asociadas al análisis de las características estructurales y funcionales del equipo adversario, como limitados vínculos de cooperación grupal para atenuar insuficiencias o potenciar las cualidades individuales



o grupales, en función de obtener un posicionamiento favorable dentro de las acciones de competición.

La utilización por parte de los entrenadores de metodologías de la enseñanza-aprendizaje tradicional, fundamentadas en la fragmentación, simplificación y progresión de tareas descontextualizadas de su entorno real de juego y el uso de modelos de planificación no relacionados con la naturaleza de los deportes de equipo, les imposibilitan a las jugadoras de la categoría 11/12 años resolver de forma grupal las acciones que emergen de la competición.

Actualmente el desempeño de las voleibolistas es el limitado, debido al aporte que ofrecen los sistemas competitivos presentes de la categoría 11/12 años al proceso de enseñanza-aprendizaje. Los jugadores durante todo el año, asisten como promedio a cuatro competiciones oficiales, insuficiente según lo planteado por (Hahn 1989), que indica asistir entre doce y catorce ciclos competitivos; por lo cual (Castro 2017) considera que el proceso de enseñanza-aprendizaje debe poseer un carácter totalizador.

El estudio de los programas de preparación del deportista del voleibol en Cuba y el análisis particular de la categoría 11/12 años manifiestan una evolución en el tratamiento de los contenidos planteados, desde una enseñanza de naturaleza técnica muy asociada al desarrollo de las capacidades físicas, a un proceso enseñanza-aprendizaje productiva de posicionamiento técnico-táctico, caracterizado por el empleo combinado de métodos estándar y variables a partir desde los primeros pasos, patentizado en el modelo didáctico para el entrenamiento técnico-táctico,(Navelo, 2004).

La implementación de un diagnóstico fáctico en el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol en las sesiones de entrenamiento en la provincia de Las Tunas arrojó los siguientes resultados: los contenidos de la enseñanza del voleibol en la categoría 11/12 años precisan de una comprensión global de las exigencias de la competición, los modelos para la enseñanza-aprendizaje no guardan relación con las manifestaciones propias del juego de voleibol.

Los argumentos permitieron plantear como problema: ¿cómo concebir el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol mediante la colaboración-oposición en acciones de equipo para la categoría 11/12 años?, se concibió como objetivo: elaborar una metodología para el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol a través de la competición en la categoría 11/12 años.

El enfoque socio-histórico-cultural sobre el desarrollo, toma como punto de partida el reconocimiento del carácter interactivo de los procesos, con énfasis en las relaciones entre los factores biológicos y sociales. El carácter original y novedoso en esta unidad dialéctica, consiste en conceder a los factores biológicos, el papel condicionante para el desarrollo, en tanto a los factores sociales se les considera como la fuente fundamental.



La propuesta de direccionar el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol a través de la competición, es un intento de brindarle a la enseñanza del voleibol una naturaleza de orden socializador, sustentado en lograr una apropiación global de la comprensión del juego a través de las relaciones de colaboración-oposición.

Los estudios realizados por los autores (Thorpe & Bunker, 1982); (Parlebás, 1986); (Bayer, 1992); (Devís, 1996)) revelan que es necesario realizar cambios en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los voleibolistas desde edades tempranas. El proceso de transformaciones en la realización de este tipo de enseñanza evidencia un cambio hacia un aprendizaje desarrollador.

Esta propuesta de enseñanza-aprendizaje como un proceso sistémico de influencias y tratamientos, es posible la apropiación de la acción motriz como una continua retroalimentación y perfeccionamiento de la competición, en el que se aprenden las técnicas como un elemento para la solución de las problemáticas competitivas, sustentadas en las relaciones de la colaboración y oposición.

Este proceso genera espacios de apropiación de las acciones y fundamentos individuales del juego, pero siempre visto con un carácter holístico, que propicia un desempeño enfocado en las soluciones a las problemáticas que debe enfrentar el voleibolista en la competición, y no sustentadas en la ejecución y repeticiones de movimientos técnicos, sin una aplicación contextual de realización.

La enseñanza-aprendizaje en condiciones de competición tiene como particularidad esencial, la búsqueda de aquellos saberes motrices que el voleibolista utiliza conscientemente para resolver sus problemas de aprendizaje, por lo cual la metodología contribuye redimensionar el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol, mediante el uso de la unidad de aprendizaje-competitivo.

MUESTRA Y METODOLOGÍA

Los principios del entrenamiento deportivo (Matveev, 1977), sustentan la metodología propuesta en condiciones de competición. Desde la mirada que se analiza, aportan nuevas comprensiones avaladas por las ideas más actuales sobre las particularidades del proceso de enseñanza-aprendizaje en los deportes de equipo.

La sistematización de los principios filosóficos, psicológicos y pedagógicos que se relacionan con el proceso de entrenamiento deportivo, dirigido hacia la búsqueda de aquellos procedimientos que el entrenador puede utilizar para que el voleibolista concientice sus potencialidades motrices y cognitivas para resolver los problemas del aprendizaje.

Los principios que se presentan a continuación se valorarán hacia esta dirección. No se trata de asumir principios nuevos, es redimensionar la intencionalidad de los propuestos, en una integración coherente entre estos y las nuevas exigencias que la sociedad le impone al deporte en



la formación de los deportistas, en la integración de cualidades socio-afectivas-cognitivas y motrices en la dirección de la enseñanza-aprendizaje.

Entre esos principios tenemos, la accesibilidad y el carácter individual, conciencia y actividad, principio de aumento gradual y de las exigencias del entrenamiento. Una regularidad ha de ser atendida por el entrenador con cierto grado de exigencia durante el proceso de conducción de la enseñanza-aprendizaje.

Las etapas para la enseñanza-aprendizaje desde la competición se divide en las siguientes etapas:

Primera etapa: aproximación grupal desde los fundamentos teórico-prácticos del voleibol, teniendo como objetivo: realizar una exploración de conocimientos previos, sobre las principales reglas de juego y pre-disposición motriz para el juego.

Entre los procedimientos a desarrollar se encuentran: descubrimiento de saberes cognitivo motrices: este tipo de instrumentos aun cuando presenta limitaciones, por una parte, apela básicamente a un momento de reflexión, que implica una carga de subjetivismo, pero favorece la colaboración entre los integrantes del equipo. Los indicadores a evaluar se deben incorporar en las primeras clases la posibilidad de observar juegos con tareas para su análisis, ellos pueden sugerir respuestas que no pertenecían originalmente a la conciencia del voleibolista. Las inclusiones de ambos procedimientos poseen, sin embargo, ventajas innegables y libertad de opción individualizada y colectiva.

Estas observaciones son inigualables en el crecimiento cognoscitivo sobre la competición. Esta información pudiera ser tan amplia como se quiera, al considerar las posibilidades de aplicación y que, al ser cualitativamente transformables en dependencia de las posibilidades e intereses de los voleibolistas.

La ventaja metodológica es que los instrumentos constituyen además de diagnóstico, una forma de aprender y conducen a la profundización cognoscitiva individual, es una situación de aprendizaje al explicitar los contenidos observados.

La utilización de la información obtenida: después de recogida la información que aportan los voleibolistas durante las observaciones, las coevaluaciones y autoevaluaciones iniciales, se debe realizar un análisis de contenido. Para ello se valorarán dos dimensiones, cuánto conoce del juego y qué es lo que conoce, en una relación necesaria entre lo cuantitativo y cualitativo del análisis realizado, utilizando una escala de evaluación mediante la cualimetría. Esto implica determinar los puntajes medios por cada aspecto a valorar del juego, con un carácter individual y grupal. La información debe organizarse en una lógica que permita dar tratamiento al desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje.



La organización de la unidad de entrenamiento: después de valorar la información obtenida respecto a los aspectos cognitivos y motrices que de forma grupal dominan y su relación con las áreas del conocimiento de juegos menos conocidas por el equipo, se determinará el sistema de objetivos generales para las unidades de competición y sus formas, así como las posibles modificaciones del reglamento de juego.

La organización se iniciará por las situaciones de competición en las cual los voleibolistas posean mayor dominio para su desempeño, respecto a posiciones y funciones de juego, lo que propiciará una activación del aprendizaje, y posteriormente, en las que presentan mayores limitaciones temporales. Concediéndole a la competición un carácter de centro en el desarrollo de la metodología para la apropiación del voleibol, con la solución de las diversas situaciones de juego.

La segunda etapa: de planeación y ejecución, teniendo como objetivo la de organizar la competición para el desarrollo de la enseñanza- aprendizaje.

Principales procedimientos a desarrollar: una vez realizado el análisis previo del juego como medio de enseñanza-aprendizaje y con el análisis del resultado del diagnóstico inicial, se han de precisar los aspectos del juego a explorar durante la competición. Esa impresión inicial del juego se corresponde con sus características diagnosticadas y se realiza un reajuste a los posibles desaciertos.

El entrenador precisará la veracidad de la información obtenida con los instrumentos antes explicitados. Ello implica si fuese necesario, reorganizar el diagnóstico para profundizar en aquellos aspectos medulares del voleibol desconocidos y conocidos.

La propuesta presentada, no agota las posibilidades individuales y del equipo, para la búsqueda de información permitiéndole al entrenador tener una información del estado actual de los voleibolistas para regular el proceso de enseñanza-aprendizaje en correspondencia con la zona de desarrollo próximo.

Durante una enseñanza activa no existen parámetros rígidos sobre el uso de los componentes didácticos; es necesario una diversidad y flexibilidad en los análisis del voleibolista como los de su equipo, para ello es importante que el entrenador centre su atención no solo en el contenido que está siendo manipulado durante la competición como proceso de enseñanza-aprendizaje, si no en cada situación de juego que enfrenta el voleibolista, según la posición de juego que este desempeñando, sus exigencias y objetivos propuestos.

Durante la competición se deben observar los aspectos a explorar en la enseñanza-aprendizaje, de acuerdo con los objetivos predeterminados y en correspondencia con los presupuestos teóricos que se sustentan. El entrenador debe utilizar las potencialidades que ofrece el juego diario, para evaluar el desempeño del equipo y la jugadora.



Las consideraciones sobre la manipulación del juego durante la competición, se convierte en el escenario de enseñanza-aprendizaje y se precisa la aplicación del diagnóstico y organización previa del juego, pero es necesario tener puntos de referencia que le permitan al entrenador manipular el juego y modular la enseñanza-aprendizaje en correspondencia con las potencialidades de los jugadores. Se ha de tener en consideración que, el carácter sistemático de la competición, dependerá, en gran medida, del éxito de los resultados que se obtengan en este proceso.

La colaboración-oposición en acciones de equipo: se considera como cooperación-oposición en el voleibol, al funcionamiento de las acciones de juego entre dos equipos, en lo que se expresan constantes interrelaciones de colaboración entre compañeros y oposición del adversario.

El trabajo de colaboración en complejo I: complejo I (KI): acciones que integran los elementos de recepción del saque, pase (1), y ataque (1). Algunos autores incluyen los primeros movimientos del aseguramiento como parte de este. La colaboración en complejo I: Los jugadores participantes colaboran entre sí, según la permisibilidad del reglamento, interactúan a través de los elementos técnicos recepción, pase y ataque para tratar de conseguir puntos de juego, y evitar que les marquen.

En esta acción debe existir una integración grupal entre los jugadores, que aporte las potencialidades y colabore en las limitaciones, lo que permita solucionar las problemáticas que genera la intencionalidad del servicio del adversario, a partir del cual se desarrollaran las variantes de ataque del equipo, sustentadas en las relaciones de dirección, altura y velocidad del recibo y el pase. Esto permitirá establecer las posibles combinaciones del ataque, según las peculiaridades de la situación de juego y las características de los jugadores.

El trabajo de colaboración en complejo II: se desarrollará en el complejo II (KII): acciones que integra los elementos de saque, bloqueo, apoyo y aseguramiento, defensa del campo, pase (2) y ataque (2). La colaboración en complejo II: Los jugadores participantes colaboran entre sí, según la permisibilidad del reglamento, interactúan a través del saque, bloqueo, apoyo y aseguramiento, defensa de campo, pase (2) y ataque (2) para tratar de conseguir puntos de juego, y evitar que les marquen.

Estas acciones presentan una secuencialidad dentro del equipo en el complejo II. Las características del saque permiten asociar las acciones de cooperación del equipo respecto al bloqueo, y este determina la estructura posicional y funcional del apoyo-aseguramiento, la defensa de campo, el pase (2) y el ataque (2), muestran una interrelación directa entre todos los componentes de las acciones de juego, destacan el carácter grupal y asociativo del voleibol respecto a la interpretación y comprensión de las acciones.



El trabajo de oposición para el desarrollo del juego: se considera como oposición al funcionamiento de las acciones de juego de los equipos para impedir la intencionalidad del adversario en el complejo I y II, en función de obtener un posicionamiento favorable de la acción para ganar el punto, o a las acciones de juegos de los equipos para que el contrario no alcance el éxito en el pasaje de juego.

La oposición y el adversario son aspectos relevantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje en el voleibol. Ella posee implícita, acciones de colaboración, por lo cual se requiere de una comprensión e interpretación de cada situación; estas acciones generan interés y desarrolla el aprendizaje.

La tercera etapa: evaluación de la competición, su objetivo está encaminado a determinar las acciones que permitan evaluar el juego de voleibol, a nivel grupal e individual. A esta etapa se le concede un lugar primordial, determinada por la objetividad que se visualiza en el desarrollo del equipo y de los voleibolistas.

Los procedimientos a desarrollar están encaminado a diseñar una propuesta de indicadores a evaluar en correspondencia con el diagnóstico inicial, el desempeño y evolución de los voleibolistas, además de determinar cuál será la propuesta de intervención, según los niveles de desarrollo del equipo y los voleibolistas, por lo cual presupone la interacción del entrenador y los voleibolistas ya que ellos son parte importante en el proceso de coevaluación y autoevaluación, para luego intervenir. Se propone un sistema de acciones que permitan la transformación de la enseñanza-aprendizaje en correspondencia con los niveles actuales y los deseados.

Intervenir en los diferentes niveles: equipo, grupo e individual, en acciones de colaboración-oposición. Ello permite realizar el análisis de los componentes del juego y partes que lo conforman, para lo que se han de tener en cuenta las potencialidades del equipo. Y las acciones que se proponen seguir para la competición, han de estar en correspondencia con las potencialidades del equipo.

Para que este proceso evaluativo cumpla su condición científica, es preciso su seguimiento y control hasta que se compruebe si se cumplieron los objetivos propuestos para la transformación del equipo, de lo contrario los resultados finales serían más impredecibles, de no ser así, se debería reestructurar la evaluación, modificación de la competición y la intervención en la práctica. El entrenador, durante las etapas antes descritas, debe realizar reajustes de la secuencia metodológica, en correspondencia con la evolución alcanzada por los voleibolistas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. Ello permitirá una retroalimentación al proceso y la verificación del cumplimiento de los objetivos y su efectividad, en este tipo de enseñanza.

Se seleccionó el pre-experimento, ya que posee entre sus ventajas la operatividad, posibilita introducir la variable independiente en un mismo grupo y de esta forma controlar el movimiento



interno que se produce. Se toma como punto de partida las tendencias contemporáneas de la comunidad científica que rigen la investigación educativa en el contexto de la actividad física y deportiva de aprendizaje para la aplicación de metodologías.

Ante de implementar el pre-experimento se efectuaron dos entrevistas una convencional y otra libre a los entrenadores del territorio con una experiencia no menor a 10 años y que forman parte de la fuerza técnica de municipio Las Tunas. Este tipo de entrevistas resultan beneficiosas en esta etapa, porque posibilitó constatar el estado actual de la enseñanza. Además, permitió valorar el nivel de competencia profesional de cada uno, y la disposición ante la formación y superación para mejorar sus resultados pedagógicos. Como procesamiento de la información se empleó el análisis de contenido.

Finalizado este proceso se seleccionaron nueve entrenadores, a través de la técnica estadística muestreo intencional (técnica no probabilística), que constituye el 91% del total de entrenadores integrantes de la fuerza técnica en el eslabón de base en el municipio de Las Tunas. De ellos, ocho licenciados en cultura física y uno especialista, con 11.8 años de experiencia laboral como promedio.

Los entrenadores seleccionados durante la última semana de agosto y la primera semana de septiembre del 2016 participaron en una reunión metodológica y cuatro talleres de preparación respecto a los procedimientos para aplicar la metodología.

Durante la primera actividad se expuso el porqué de la selección de la competición como eje principal de la enseñanza y la importancia que esta adquiere para una aprehensión desarrolladora. Además, se expusieron los fundamentos teóricos metodológicos que sustentan la metodología propuesta y el manejo didáctico de la unidad de aprendizaje-competitivo (UAC). En ella se tomaron acuerdos respecto al tratamiento de las temáticas menos comprendidas lo que permitió posteriormente esclarecer los fundamentos teóricos para la enseñanza de los diferentes componentes del juego de voleibol, esencialmente en cómo establecer las relaciones de colaboración-oposición entre los jugadores, y la formación de habilidades grupales para la solución de situaciones de competición.

Los talleres propiciaron un debate de las principales dificultades que pudieran enfrentar en este tipo de enseñanza y se consideró su posible tratamiento. En este proceso se abordaron los aspectos siguientes: establecimiento del sistema de objetivos y elaboración de la unidad de aprendizaje-competitivo (UAC), determinación de la situación preferencial y la modificación estructural del juego para dinamizar el aprendizaje, organización metodológica de los contenidos en la unidad de aprendizaje-competitivo (UAC), relación objetivo contenido método en el proceso de enseñanza-aprendizaje mediante la competición, las formas de



evaluación en el proceso de enseñanza-aprendizaje a través de formas globales y la función de la comunicación verbal y no verbal en la unidad de aprendizaje-competitivo.

Después de este proceso mediante el muestreo aleatorio simple se seleccionó la muestra objeto de estudio, la cual estuvo compuesta por un equipo de voleibol de la categoría 11/12 años perteneciente al Combinado Deportivo Julio Antonio Mella del municipio Las Tunas, integrado por 14 deportistas del sexo femenino.

La aplicación de la metodología para la enseñanza-aprendizaje del voleibol mediante la competición se desarrolló desde el 12 de septiembre de 2016 hasta el 13 de enero de 2017, con un seguimiento sistemático de las acciones desarrolladas por el entrenador.

Durante la etapa de pre-experimento se desarrollaron 69 unidades de aprendizaje- competitivo. De ellas, 38 entre las jugadoras del propio equipo y en 31 ocasiones integrando a otros equipos de la categoría, se observaron 27 UAC, para un 39.1%.

DESARROLLO

Para constatar la influencia directa de la aplicación de la metodología en las deportistas y la factibilidad de la unidad de aprendizaje-competitivo. A continuación, se muestran los resultados obtenidos a partir de la evaluación de los indicadores de cada dimensión.

Tabla1. Resultados comparativos de la moda de puntuación de los indicadores evaluados

Dimensiones	Comprensión de la colaboración-oposición				Comunicativa				Motriz			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pretest	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
Posttest	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2

Los resultados obtenidos en los indicadores evaluados a las deportistas en el pretest y el posttest, permiten valorar que existe un desarrollo en el aprendizaje a partir de la comprensión de la colaboración-oposición y la acción comunicativa desarrollada. Esto favoreció el aprendizaje motriz de los fundamentos de juego, al visualizar un crecimiento en la solución de los problemas que se manifiestan en las acciones preferenciales determinadas.

Cuantitativamente los resultados son superiores, pero es necesario destacar que existen dificultades en la aplicación de algunos procedimientos metodológicos. Las causas pudieran estar en los niveles de autopreparación que posee el entrenador sobre la interpretación y representación de la acción competitiva como enfoque de la enseñanza del voleibol. Las posibilidades de aplicación de la propuesta son reales y deben ser enriquecidas con las experiencias de los entrenadores.



Tabla2. Valoración comparativa de la moda de puntuación de las dimensiones (pretest y postest)

Dimensiones	Comprensión de la colaboración-oposición	Comunicativa	Motriz
Pretest	1.44	1.48	1.28
Posttest	2.41	2.30	2.34

En la tabla se evidencia que existen avances después de aplicada la metodología, al obtener la evaluación de bien las tres dimensiones, lo que permite valorar que el entrenador las ha priorizado a todas por igual, logrando que las jugadoras experimenten avances significativos en el desarrollo del juego de voleibol, al utilizar la unidad de aprendizaje-competitivo como estructura que posibilita apropiarse de los rasgos más significativos de la competición desde el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol para esta categoría.

Aun cuando el resultado es catalogado de positivo, se necesita de una mayor preparación metodológica para la enseñanza del voleibol mediante la competición, generada por la escasa comprensión de los procedimientos del adversario (oposición) como un mediador significativo del aprendizaje y la función de la comunicación como un aspecto esencial en la interpretación de las situaciones de juego.

Las pruebas técnicas, realizadas a las 14 voleibolistas de la categoría 11/12 después de aplicada la metodología son evaluadas a partir de los mismos indicadores que la prueba del diagnóstico inicial. Ello ofrece valoración del saque, complejo uno, complejo dos y acciones de tres pasajes de juego. Este análisis permitió conocer qué efecto tuvo la utilización de la metodología en el aprendizaje de las voleibolistas.

Tabla3. Estado comparativo de resultados entre el diagnóstico y el postest

Criterios evaluados	Diagnóstico	Postest	Incremento
Saque	66.30%	74.60%	8.30%
Complejo uno	11.40%	12.50%	1.10%
Complejo dos	6.20%	9.40%	3.20%
Acciones de tres pasajes de juego	1.90%	2.60%	0.70%



El análisis porcentual de los criterios evaluados, evidencian un incremento en los cuatro indicadores. Es notorio destacar que los últimos por su estructura y funcionalidad exigen de mayor cooperación del equipo, aspectos que deben ser beneficiados en la medida que se profundice en las formas de establecer los niveles de colaboración-oposición desde el inicio del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Resultados de las comparaciones realizadas de las variables en el pretest y postest del pre-experimento

Hipótesis:

Hipótesis nulas:

H0: no hay diferencias significativas entre los momentos antes y después de las mediciones de las variables.

H1: sí hay diferencias significativas entre los momentos antes y después de las mediciones de las variables, favorables a las segundas mediciones.

Tabla 4. Nivel de significación de los indicadores entre el pretest y postest mediante la prueba de pares igualados y rangos no paramétricos de Wilcoxon

Dimensión comprensión colaboración-oposición	Significación	Dimensión comunicativa	Significación	Dimensión motriz	Significación
Intencionalidad del saque	0,001	Entre jugadores	0,002	Dirección del saque	0,000
Colaboración para la recepción	0,010	Entrenador y jugadores	0,004	Enlace de las acciones del KI	0,000
Distribución del pase	0,013	Intensión de la comunicación	0,001	Enlace de las acciones del KII	0,001
Orientación del golpe de ataque	0,001	Aporte a la solución	0,001	Acciones de tres pasajes de juego	0,001

Las pruebas de pares igualados y rangos no paramétricos de Wilcoxon, constataron diferencias significativas favorables, al comparar los resultados de los indicadores entre el pretest con respecto al postest, lo que demuestra desde el punto de vista estadístico la efectividad práctica de la metodología aplicada.

Los resultados estadísticos de la investigación, en especial, el nivel de significación de la dimensión motriz permite dilucidar criterios existentes respecto a la limitada significación de los modelos comprensivos en el aprendizaje de las habilidades técnicas Magill (1989) ofreciendo la posibilidad de plantear que, aunque este tipo de enseñanza está orientada a partir de la comprensión y el entendimiento táctico del juego. Ello no limita el desarrollo de la estructura técnica, e incluso se puede indicar que la misma presenta un carácter más demostrativo de lo



aprendido, al ser capaz de aplicarlo de forma productiva en un corto tiempo a situaciones de competición.

Además, se ratifica lo expuesto por Méndez (1999) relacionado con calidad y diversidad en la toma de decisiones, niveles motivacionales y creatividad de los jugadores formados a partir de modelos alternativos de enseñanza, asociado a la pedagogía por descubrimiento, fundamentada en el desarrollo de experiencias lúdica motrices vinculadas a contextos reales de juego. En este caso particular mediante la utilización de la competición como principal contenido.

Se infiere que los resultados obtenidos favorecen el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol mediante la competición. Esto es corroborado al observar los incrementos significativos existentes entre las dimensiones analizadas en los dos momentos.

CONCLUSIONES

Según los referentes teóricos analizados, la enseñanza del voleibol en Las Tunas es construida desde una concepción tradicional y fragmentada vista como un sistema de movimientos que responde a las características de la acción motriz, ello no favorece la aprehensión de los procesos cognitivos de la colaboración-oposición desde la categoría 11/12 años, como síntesis de la competición.

La metodología para el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol mediante la competición concede una apropiación desarrolladora, en las relaciones esenciales para la comprensión de la colaboración-oposición en situaciones de equipo, al favorecer la comunicación del equipo durante el juego y su desarrollo motriz.

La metodología que se propone orienta a los entrenadores hacia una mejor organización de la enseñanza-aprendizaje del voleibol y contribuye al perfeccionamiento del proceso donde las voleibolistas superan los objetivos y logran una adecuada inserción afectiva a la competición.

BIBLIOGRAFÍA

- Marcelo, R.C, Guerra, P E y Figueredo P M. (2017). La lúdica en la enseñanza del atletismo en edades tempranas. Opuntia Brava, 9(2). Recuperado de <http://opuntiabrava.rimed.cu>.
- Matveev, L. (1977). Fundamentos del entrenamiento. Moscú: Raduga.
- Magill, R. (1989). Children in sport. Champaign. Human Kinestics
- Mauricio A A, Gamboa G M y Carmenates B O. (2009). Problemas de razonamiento lógico. Opuntia Brava, 3(3). Recuperado de <http://opuntiabrava.rimed.cu>
- Navelo, R. C. (2004). El Joven Voleibolista. La Habana, Cuba: José Martí.
- Parlebás, P. (1986). Activités physiques et éducation motrices. París, Francia: Revue Éducation Physique et Sport.
- Thorpe, R., & Bunker, D. (1982). For theory to practice: two examples of an understanding approach to the teaching of games. Londres, Inglaterra: Bulletin of Physical Education



3.13. TÍTULO: GRUPO DE EJERCICIOS PARA DESARROLLAR ACCIONES OFENSIVAS EN EL EQUIPO DE FÚTBOL PIONERIL.

AUTORES: MSc. Yordanis Tamayo Álvarez.

Lic. Óscar Alberto Martínez Barrera.

MSc. José Daniel Montero González.

RESUMEN

La presente investigación se realizó con el equipo de fútbol pioneril del municipio Amancio al haber mostrado un buen rendimiento, esto le posibilitaba mantenerse dentro de la elite del fútbol Provincial, señalando que en los partidos efectuados en el pasado Evento Provincial, existió una pobre efectividad en el ataque, producto a la no utilización de ejercicios dirigidos a desarrollar acciones ofensivas adecuadas para aspirar a la cima de la tabla competitiva. Por otra parte en el programa de preparación del deportista no aparecen definida la metodología para el trabajo con un mayor grupo de ejercicios en caminados al fortalecimiento de las acciones ofensivas, para esta categoría. Se trabajó con una muestra de 16 atletas, en 8 partidos, 4 jugados en la etapa preparatoria y 4 en el evento Provincial, 3 en la etapa clasificatoria y 1 en la discusión de medallas. Se tuvo en cuenta la posición que jugaba cada atleta y las funciones que desempeñaba en el terreno de juego. Para determinar los resultados una guía de observación para controlar aspectos en cada partido que permitiera recoger una serie de indicadores para la evaluación antes y después de la aplicación del grupo de ejercicio y elementos técnicos que se ponen de manifiesto en el deporte de Fútbol. También se tuvo en cuenta la voluntad de los atletas se utilizó el paquete estadístico SSPS 11.5 para demostrar la efectividad de los ejercicios obteniéndose un desempeño significativo avalado por los resultados en los partidos efectuados en el evento Provincial.

Palabras claves: ejercicios, acciones defensivas, fútbol

INTRODUCCIÓN

Es indudable que en nuestra patria, a partir del triunfo revolucionario, se observa un continuo desarrollo en el frente de las actividades deportivas. Esto se ha puesto de manifiesto en las distintas competencias de carácter internacional, tanto en olimpiadas, como en eventos regionales, donde nuestros equipos han puesto muy en alto el nombre de Cuba Socialista.

Como es natural, el fútbol también ha cosechado sus laureles y se realizan ingentes esfuerzos para que en un futuro no muy lejano puedan alcanzar lugares cimeros en el ámbito internacional. Hoy, hasta en los más recónditos lugares de la Isla, en todos los centros docentes, se practica el fútbol por miles de niños y jóvenes a través de las dos vías establecidas para estos fines: la educación física y las actividades deportivas. El fútbol pertenece al grupo de los juegos deportivos.



La actuación de los jugadores está limitada por precisas reglas de juego, válidas en todas partes del mundo.

En los últimos años el fútbol ha experimentado una gran transformación, el juego cobró velocidad, los jugadores pueden y deben moverse mucho más activo que antes defendiendo y atacando por igual. Unido a esto los sistemas de juego sufrieron gran variación, así como el modo de utilizar la técnica. Los actuales y futuros jugadores solo podrán realizar con gran movilidad soluciones técnico-táctica, si dispone de gran nivel de preparación física y simplificar la técnica y perfeccionar la táctica. El futbolista de hoy y los del futuro deben responder completamente por igual a todos los aspectos físicos, técnicos y tácticos.

En el transcurso de su desarrollo algunos elementos cambian conforme a la época, o disminuye su importancia. De igual forma otros aseguran mejor su desarrollo llegando a ocupar los primeros planos.

El juego acelerado de hoy, si el adversario marca estrechamente si el que recibe la pelota es molestado constantemente, por lo general con rudeza - disminuye su posibilidad de demostrar las bellas ejecuciones técnicas. Por eso debe saber manejar la pelota, entregarla y tirar a puerta razonablemente rápido.

Las defensas han mejorado considerablemente su conducta, aumentando su capacidad para ganar duelos leales y una mayor sincronización en la marcación y el armado constructivo de ataques. Sin embargo, en Las Tunas por observaciones realizadas en los Campeonatos Provinciales al hacer el análisis valorativo y reflexivo concerniente a los comportamientos de las jugadas, enfatizándose en las acciones ofensivas que intervienen, así como las causas que devienen, desarticulación del ataque y culminación en tiro se pudo constatar la insuficiente articulación de las jugadas e intervención de jugadores en cada una de ellas respectivamente.

DESARROLLO

Se ha podido constatar que aún hay que mejorar el nivel de preparación técnico-táctica y la planificación de estrategias de juego que estén en correspondencia con las características de juego de cada territorio. Son muchos los procedimientos, formas y medios que se emplean para conocer el nivel de preparación que obtienen los jugadores en el proceso de entrenamiento y competición, para llegar a hacer valoraciones sobre su ofensiva. En el sentido anterior por un estudio realizado a el equipo de Fútbol de la categoría 10-11 años del municipio Amancio, se apreciaron deficiencias en el orden técnico y táctico, así como la poca realización de competencias de base, topes preparatorio con otros municipios, siendo estos de gran importancia ya que son medidores fundamentales que nos caracteriza en qué forma deportiva esta el equipo tanto defensivo como ofensivo.



Lo que demuestra que el nivel de compromiso en función de crear las condiciones propicias para ejecutar tiros efectivos y la falta de definición elemento central para marcar goles a nuestros rivales, ya que la mayoría de los partidos se perdían o se empataban aunque eran dominados por nuestro equipo. También la pobre utilización de ejercicios que fortalezcan las acciones ofensivas. Lo expresado hasta aquí nos conlleva a la siguiente interrogante.

Problema científico.

¿Cómo contribuir al desarrollo de acciones ofensivas en el equipo de fútbol en la categoría 10-11 años en el municipio Amancio?

Objetivo.

Aplicar un grupo de ejercicios para el desarrollo de acciones ofensivas en el equipo de fútbol categoría 10-11 años en el municipio Amancio.

Objetivos Específico.

1. Determinación de los fundamentos teóricos que sustentan un grupo de ejercicios para el desarrollo de acciones ofensivas en el equipo de fútbol categoría 10-11 años en el municipio Amancio.
2. Caracterización y diagnostico del equipo de fútbol categoría 10-11 años en el municipio Amancio.
3. Aplicación de un grupo de ejercicios para el desarrollo de acciones ofensivas en el equipo de fútbol categoría 10-11 años en el municipio Amancio.
4. Validación de la aplicación de un grupo de ejercicios para el desarrollo de acciones ofensivas en el equipo de fútbol categoría 10-11 años en el municipio Amancio.

Hipótesis:

Con la aplicación de un grupo de ejercicios se podrá desarrollar con mayor eficiencia las acciones ofensivas en el equipo de fútbol categoría 10-11 años en el municipio Amancio.

Metodología

La presente investigación tuvo lugar desde el mes de septiembre de 2016 hasta el mes de mayo del 2017. Se trabajó con una muestra de 16 atletas del equipo de Fútbol Categoría 10 - 11 del Municipio de Amancio.

#	Sujetos	Medallas	Años de Exp.	E d a d	Posición
1	Yoel Fernández Suárez	plata	2	10	delantero
2	Frank Ernesto Rodríguez	-	1	9	delantero
3	Erick Michel Batista	plata	2	10	delantero
4	Eliosbel Tamayo Oduardo	-	1	9	medio
5	Cesar Rondón Mensoney	-	1	9	medio



6	Michel Alejandro Jiménez	plata	2	1 0	defensa
7	Elio Batista García	-	1	9	defensa
8	Pedro Ortega Álvarez	-	1	1 0	defensa
9	Reyder Ramos Morales	-	1	1 0	medio
1 0	Emanuel Hernández Peña	-	1	1 0	medio
1 1	Reynaldo Alejandro Pérez	-	1	1 0	medio
1 2	David Santo Pardo	-	1	9	medio
1 3	Eduardo Luís Cambón	-	1	1 0	portero
1 4	Yandry Zegueira Ruiz	plata	2	1 0	portero
1 5	Osmara Rodríguez Núñez	-	1	1 0	defensa
1 6	Lisbet Figueredo Berrillo	-	1	9	defensa

Se escogieron 4 partidos del periodo preparatorio y 4 partidos de la competencia final, 3 de la fase clasificatoria y 1 en la discusión de medalla, siendo estas las etapas en que todos los contendiente tenían las mismas opciones de acceder a lugares importantes en busca de su pronóstico de competencia, lo que lleva implícito la rivalidad deportiva en cada partido, por tanto deben tener actitudes, conductas estratégicas, tácticas y ofensivas determinadas.

Estandarización de la Investigación.

Para realizar las observaciones se tomaron las medidas siguientes, para evitar que los resultados recogidos no fueran reales:

1. Se separaron de la investigación todos aquellos sujetos que no estuvieran en óptimas condiciones en el momento de la observación y también los que tuvieran problemas que afectara su rendimiento.
2. Las observaciones siempre fueron ejecutadas por el mismo personal técnico, debidamente capacitado al efecto.
3. Las observaciones se realizaron después de un previo calentamiento y en los partidos efectuados.
4. Todas las observaciones fueron ejecutados en los juegos.
5. Los jugadores no conocían que estaban siendo objeto de observación, nos situamos en la central del terreno, en las gradas, a una distancia prudencial y con un ángulo que nos propiciaba un campo visual adecuado para dominar todo lo ancho y largo del terreno y apreciar con claridad la ocurrencia de las acciones del juego.



6. La técnica para el registro de los datos fue el registro gráfico, la cual permitió reflejar las acciones ofensivas de los futbolistas durante el desarrollo de los partidos, posteriormente toda la información recopilada fue llevada a la computadora mediante el paquete estadístico SPSS, versión 11.5 con el que se creó una base de dato para el mejor manejo y procesamiento de los mismos.

Para la selección de los deportistas que participaron en la investigación se tomaron en cuenta los siguientes aspectos:

1. Que los atletas tuvieran como mínimo un año de experiencia en el deporte.
2. Todos los atletas que obtuvieran un promedio de asistencia al entrenamiento superior al 95%.
3. Que los atletas tuvieran al menos una participación en un provincial.

Métodos Utilizados y Objetivos.

Métodos teóricos:

- Histórico Lógico:
- Análisis documental:
- Análisis y Síntesis:
- Sistémico_ estructural – funcional

Métodos Empíricos:

La Observación:

- La medición:

“Principios ofensivos”

Son todas aquellas acciones tácticas estratégicas que puede desarrollar un equipo cuando se encuentra en posición del balón.

Desmarques, ataques, desdoblamientos, espacios libres, apoyos, paredes, temporizaciones, ritmo de juego, cambios de ritmo, cambios de orientación, velocidad en el juego, progresión en el juego, vigilancia, progresión en el juego, vigilancia.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS:

Antes de la aplicación del grupo de ejercicios. (Diagnostico del equipo) Tabla. #1

% de jugadas comenzadas terminadas en tiro a puerta			
Juego	Comenzaron	Terminaron	%
Primero	39	9	23
Segundo	32	7	21,8
Tercero	44	11	25
Cuarto	38	10	26,3
Total	153	37	24,1



En la tabla No.1: Podemos apreciar que se efectuaron en los 4 partidos observados, un total de 190 jugadas para una media de 47.5 por juego, de ellas comenzaron 153 para una media de 38.3 por juego y terminaron en tiro a puerta 37 para una media de 9.25 tiros por juego.

Esto representa un 24.1 %. Como hemos visto este por ciento es relativamente bajo lo que nos demuestra que el equipo tiene un débil poder ofensivo, en la etapa de preparación. Considerándose que fueron muy pocos los tiros a puerta en relación a las jugadas comenzadas.

Tabla. # 2

Tiros a puerta en el primer y segundo tiempo					
Juego	Tiros	1er tiempo	%	2do tiempo	%
Primero	9	4	44,4	5	55,5
Segundo	7	3	42,8	4	57,1
Tercero	11	6	54,5	5	45,4
Cuarto	10	6	60	4	40
Total	37	19	51,3	18	48,6

En la tabla No.2 Nos muestra los tiros efectuados a puerta por juego, en el primer tiempo se efectuaron 19 tiros para una media de 4.75 que nos representa el 51.3% y en el segundo tiempo 18 tiros para una media de 4.5 tiros por juego para un 48.6%. Tomándose una comparación entre los tiros efectuados en el primer y segundo tiempo consideramos que el ataque en ambos estuvo equilibrado ya que la diferencia fue solo de un tiro.

Tabla. # 3

%de efectividad del tiro a puerta					
Juego	Tiros	Positivo	%	Negativo	%
Primero	9	2	22,2	7	77,7
Segundo	7	2	28,5	5	71,4
Tercero	11	3	27,2	8	72,7
Cuarto	10	2	20	8	80
Total	37	9	24,3	28	75,6

En la tabla No.3 se observa el % de efectividad de los tiros a puerta. En el primer juego de 9 tiros 2 fueron positivos para el 22.2 % y 7 negativos para el 77.7 %. En el segundo juego de 7 tiros a puerta 2 fueron positivos para un 28.5 % y 5 negativos para el 71.4 %. En el tercero de 11 tiros 3 resultaron positivo para el 27.2 % y 8 negativos para un 72.7 %. En el cuarto encuentro de 10 tiros 2 fueron positivos para el 20 % y 8 negativos para el 80 %. En general se efectuaron un total de 37 disparos a puerta para un 24.3% de efectividad con 9 tiros positivos y 28 negativos para el 75.6%. Con una medida general de 9.25 tiros por encuentro y 2.25 de tiros positivos por juego y 7 negativos. Como hemos podido apreciar en cada juego el mayor porcentaje corresponde al de los tiros negativos y en un número muy bajo el de los positivos con 2.25 de media por juego y 7



negativos. Nos refleja la poca efectividad presentada por el equipo durante la etapa de preparación.

Tabla. # 4

% de goles con relación al tiro.			
	Tiros	Goles	%
Primer tiempo	19	1	5,2
Segundo tiempo	18	1	5,5
Total	37	2	5,4

En la tabla No 4: Podemos ver los goles anotados en relación con los tiros efectuados. En el primer tiempo se efectuaron 19 tiros a puerta de los cuales se anoto 1 gol para el 5.2 %, en el segundo tiempo se efectuaron 18 tiros a puerta de los cuales se anoto 1 gol para el 5.5 %, este nos reitera lo planteado recientemente sobre la poca efectividad del tiro a gol.

Siendo este el parámetro más elevado de las pérdidas de los partidos, entendemos que el equipo tuvo una mala proyección ofensiva, dado que las pérdidas fueron por pases defectuosos o imprecisos. También se debe considerar la presencia del adversario en las recepciones se perdió el balón en 70 oportunidades por juego, fundamentalmente las pérdidas fueron ocasionadas por deficiencias técnicas y pases malos. Por regatees, las perdidas sumaron 64 por partidos.

En tiros a puerta, se efectuaron 37 para una media de 9.25 por juego. De ellos los 28 tiros negativos se debieron a tiros desviados, altos y llegaban a puerta con poca fuerza. Lo que corrobora la mala proyección ofensiva que hemos planteado.

Después de la aplicación del grupo de ejercicios. (Campeonato del equipo)

Tabla. #1

% de jugadas comenzadas terminadas en tiro a puerta			
Juego	Comenzaron	Terminaron	%
Primero	52	38	73
Segundo	48	40	83,3
Tercero	49	37	75,5
Cuarto	51	39	76,4
Total	200	154	77

En la tabla No.1: Como podemos apreciar se efectuaron en los 4 partidos observados, un total de 354 jugadas para una media de 89 por juego, de ellas comenzaron 200 para una media de 50 por juego y terminaron en tiro a puerta 154 para una media de 39 tiros por juego. Esto representa un 77 %. Como hemos visto este porcentaje es relativamente alto lo que nos demuestra que el equipo aumento el poder ofensivo, en la etapa competitiva. Considerándose que fue significativo el trabajo, ya que aumentaron los tiros a puerta en relación a las jugadas comenzadas.

Tabla. # 2



Tiros a puerta en el primer y segundo tiempo.					
Juegos	Tiros	1er tiempo	%	2do tiempo	%
Primero	38	20	52,6	18	47,6
Segundo	40	19	47,5	21	52,5
Tercero	37	21	56,7	16	43,2
Cuarto	39	20	51	19	48,7
Total	154	80	53,2	74	47,9

En la tabla No.2 Nos muestra los tiros efectuados a puerta por juego, en el primer tiempo se efectuaron 80 tiros para una media de 20 que nos representa el 53.3% y en el segundo tiempo 74 tiros para una media de 18.5 tiros por juego para un 47.9%. Tomándose una comparación entre los tiros efectuados en el primer y segundo tiempo, consideramos que el ataque en ambos estuvo equilibrado, pero en relación con los tiros podemos apreciar que la diferencia fue de 6 tiros.

Tabla. # 3

%de efectividad del tiro a puerta.					
Juegos	Tiros	Positivo	%	Negativo	%
Primero	38	30	78,9	8	21,1
Segundo	40	29	72,5	11	27,5
Tercero	37	28	75,6	9	24,3
Cuarto	39	32	82	7	17
Total	154	119	72,7	35	22

En la tabla No.3: Se observa el % de efectividad de los tiros a puerta. En el primer juego de 38 tiros 30 fueron positivos para el 78.9 % y 8 negativos para el 21.1 %. En el segundo juego de 40 tiros a puerta 29 fueron positivos para un 72.5 % y 11 negativos para el 27.5 %. En el tercero de 37 tiros 28 resultaron positivo para el 75.6 % y 9 negativos para un 24.3 %. En el cuarto encuentro de 39 tiros 32 fueron positivos para el 82 % y 7 negativos para el 17 %. En general se efectuaron un total de 154 disparos a puerta para un 72.7 de efectividad con 119 tiros positivo y 35 negativos para el 22%.

Con una medida general de 38.5 tiros por encuentro y 30 de tiros positivos por juego y 9 negativos. Como hemos podido apreciar en cada juego el mayor % corresponde al de los tiros positivos y en un número muy bajo el de los negativos con 9 de media por juego y 30 para los positivos. Nos refleja la gran efectividad presentada por el equipo durante la etapa competitiva.



Tabla. # 4

% de goles con relación al tiro.			
	Tiros	Goles	%
Primer tiempo	80	4	5
Segundo tiempo	74	2	2,4
Total	154	6	3,8

En la tabla No 4: Podemos ver los goles anotados en relación con los tiros efectuados. En el primer tiempo se efectuaron 80 tiros a puerta de los cuales se anotaron 4 goles para el 5 %, en el segundo tiempo se efectuaron 74 tiros a puerta de los cuales se anotaron 2 goles para el 2.4 %, a pesar del aumento en los tiros no se aprecia una buena efectividad del tiro a gol.

CONCLUSIONES

1-El poder ofensivo del equipo es débil: esto queda demostrado con el 16,5% de jugadas terminadas en tiro a puerta con relación a las jugadas comenzadas.

2-Los resultados en el ataque del primer y segundo tiempo estuvieron equilibrados, ya que la diferencia es solo de 2 tiros.

3-En el transcurso del campeonato no se tomaron medidas para mejorar las deficiencias presentadas en el ataque, ya que la efectividad era mermando en cada partido. En general la efectividad fue muy pobre.

4-Las causas fundamentales de la pérdida del balón fueron los pases malos y los tiros imprecisos debido a la deficiente preparación técnico-táctica en el periodo de preparación.

5-Se ha confirmado nuestra hipótesis que el equipo presenta dificultades en el tiro a puerta.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alcacer J. y Ruiz A. Combatir y neutralizar. Principios ofensivos y defensivos.
<http://www.entrenadores.info> 2002
2. Busea SofonTTria, B (1996) propuesta del análisis de la estrategia individual ofensiva en el Fútbol. Cataluña, Educación Física y Deporte.43p
3. Busea SofonTTria, B (1996) propuesta del análisis de la táctica individual ofensiva en el Fútbol. Cataluña, Educación Física y Deporte.43p
4. Csanady, A. El Fútbol. (Tomo II) La Habana: Ediciones Deportivas, 1968. Editorial pueblo y educación
5. Csanady, A. El Fútbol. (Tomo I) La Habana: Ediciones Deportivas, 1968. Editorial pueblo y educación
6. Castellano, J. (2000). Observación y análisis de la acción de juego en el fútbol. Tesis Doctoral. Vitoria-Gasteiz. Universidad del País Vasco-Euskal Herriko Unibertsitatea.



Capítulo IV

Educación Física

Recreación

Pedagogía

Didáctica

Axiología



4.1. TÍTULO: ORATORIA PEDAGÓGICA

Autor: MSc. Alejandro del Cristo Rodríguez Morell. alejandrorm@ult.edu.cu

RESUMEN

El presente trabajo se centra en una de las formas de la oratoria, la académica. En el mismo se tratan aspectos esenciales que deben tenerse en cuenta para el desarrollo del discurso pedagógico, vinculado, por una parte con los componentes fundamentales del acto oratorio, y por la otra, con los componentes pedagógicos que están presentes en este tipo de oratoria.

En el análisis realizado se establece el vínculo que debe existir en la acción oratoria pedagógica entre la comunicación verbal, extraverbal y el empleo de medios audiovisuales que permitan una comunicación coherente y eficaz

Los métodos fundamentales empleados fueron la Revisión Bibliográfica, el Histórico-Lógico, el Inductivo-Deductivo y el Análisis-Síntesis. Mediante la revisión de varias fuentes se sintetizaron los aportes esenciales que sobre este tema han conceptualizado diferentes autores.

El objetivo que se persigue es dotar a los profesionales que por la naturaleza de su labor utilizan la oratoria pedagógica o académica, de una visión más integral y holística de su discurso, al tiempo que les permita mayor eficacia en la consecución de los propósitos que todo acto oratorio lleva explícito e implícito.

Palabras claves: oratoria, oratoria pedagógica, discurso, comunicación verbal, comunicación extraverbal.

INTRODUCCIÓN

En año el 450 a.n.e. el pensador ateniense Pericles acuñó magistralmente la frase "El que sabe pensar pero no sabe expresar lo que piensa, está en el mismo nivel del que no sabe pensar".

José Martí expresó que no hay como pensar firmemente para hablar elocuentemente. Lo que está definido en el juicio será de seguro bien puesto en los labios.

En este último sentido apunta en un pasaje de sus Notas Sobre la Oratoria:

Orador sin instrucción es palmera sin aire. ¿De qué le sirven las hojas a la palma si benévolo alisio no las mueve? ¿De qué le sirve el cauce al río si no tiene agua que rodar por él? ¿De qué le sirve la fluidez al orador si no tiene nutrición en el intelecto que corresponda a las facilidades de los labios?

No hablo yo de condición empalagosa, que corta el vuelo a la palabra; pone pies de hiero al ibis alígero; confunde inútilmente a los oyentes, que no han de contagiarse de erudición en un instante, y quita la grandeza de la naturalidad y la brillantez del arrebató al orador. Hablo de la fuerza de doctrina, de esa definición de sistema, de esa hondez de pensamiento, de esa seguridad del asunto hablado, ministerio y resorte del éxito e influencia verdadera de un discurso.



Cuando no se piensa claro no se habla claro. Ni basta conocer una materia sola; porque cuando se asciende a la tribuna, -que la tribuna es una iluminada majestad- no se miden los rayos de este sol, no se cuentan las ondas de este mar; tiende el alma su vuelo poderoso, lo único que pesa se hace ave que vuela; calienta la lengua una especie de fuego sibilítico; truécase el hombre en numen y anonada, convence, reivindica, destruye, reconstruye, exalta, quema.

DESARROLLO

El arte oratorio era conocido ya en el Antiguo Egipto, Asiria, Babilonia, la India y China. Sin embargo su historia ininterrumpida se inicia en la Antigua Grecia donde surgieron las escuelas de oratoria que la convirtieron en un arma efectiva del progreso social y del desarrollo de la democracia esclavista. Se atribuye a Demóstenes ser el padre de la oratoria.

La oratoria, como toda ciencia o arte, tiene una serie de propósitos que anhela alcanzar a través de su práctica efectiva. En esencia cuatro son los fines de la oratoria:

1. Persuadir

Implica convencer a otras personas de que nuestras opiniones e ideas son las correctas y moverlas a la acción de acuerdo con ellas. Involucra también la motivación para incitar a la acción. Se orienta a la voluntad de los receptores, por ello podemos decir que es la actividad de convencer a nuestros semejantes para que tomen una decisión o hagan una acción determinada.

2. Enseñar

Se orienta a la inteligencia de los receptores, su propósito es comunicar no sólo las noticias cotidianas sino, va más allá; transferir conocimientos de todo tipo por medio de un emisor y/o profesor, ya sea de manera formal; en los centros de enseñanza de diferentes niveles o, ya sea de manera informal; esto es en el hogar, la calle o la comunidad.

3. Conmover

Involucra provocar determinados sentimientos, pasiones y emociones en el espíritu de las personas. El ser humano en la vida diaria experimenta emociones. Estas emociones también las puede crear un orador a través de sus palabras siempre y cuando estas lleguen a la fibra interna del público oyente. Si logramos conmover a nuestro público podemos cautivarlo y comunicarle satisfactoriamente nuestros sentimientos.

4. Agradar

Agradar es crear belleza con la palabra hablada; producir en el alma ajena un sentimiento de placer con fines determinados. La oratoria como entretenimiento se orienta al campo del sentimiento.

Clasificación de la oratoria.



- a) Oratoria Social: llamada también oratoria sentimental, ceremonial o augural. Es la que tiene por ámbito propio, las múltiples ceremonias en las que le toca participar al ser humano en general; sean estas en el hogar, comunidad o a nivel institucional, académico o laboral.
- b) Oratoria Pedagógica, didáctica o académica: se utiliza para transmitir conocimientos y cultura general. Usada por los profesores, catedráticos y educadores.
- c) Oratoria forense o judicial: utilizada en el ámbito de la jurisprudencia para exponer con claridad y precisión los informes orales de jueces, fiscales y abogados.
- d) Oratoria Política: su esencia es exponer o debatir todas las cuestiones relacionadas con el gobierno de la actividad pública, partiendo de los principios e ideas políticas del orador.
- e) Oratoria Religiosa, homilía u oratoria sacra: consiste en elaborar y disertar sermones a partir de la palabra de Dios, plasmada en la Biblia u otros libros religiosos. Trata sobre asuntos de fe y religión.
- f) Oratoria Militar: su objetivo es instruir la defensa y el amor por la patria y estimular las virtudes heroicas en los soldados.
- g) Oratoria Artística: tiene por objeto producir placer estético, crear belleza con la voz, de modo que regocije el espíritu de los oyentes.
- h) Oratoria Empresarial: utilizada por los hombres de negocios y relacionistas públicos. Su objeto son las relaciones humanas y la persuasión, para lograr el cumplimiento de los fines y objetivos empresariales.

La oratoria pedagógica, didáctica o académica, podemos definirla como el arte de transmitir conocimientos y cultura general a través de la palabra hablada. Su objeto específico es enseñar, informar y/o transmitir conocimientos, pero también motivar, conmover y transmitir emociones y sentimientos.

Las cinco facultades que debe dominar todo buen orador son:

- Inventio: búsqueda de argumentos apropiados.
- Dispositio: colocación de estos argumentos en las partes del discurso.
- Elocutio: elección de la forma elegante de expresar las ideas.
- Actio: modulación de la voz, ademanes y gestos del orador para resultar persuasivo.
- Memoria: capacidad de retener todos los argumentos.

EL DISCURSO.

Es el conjunto de palabras ordenadas y estructuradas en torno a una idea con el fin de comunicar un mensaje o ideas a un determinado grupo humano. El discurso es el mensaje que transmite el orador cuando está en contacto con el público.

PARTES DEL DISCURSO:



Introducción: es el inicio del discurso, sirve para motivar la atención del público hacia las palabras del orador y para dar a conocer, brevemente, en qué consistirá el tema a tratar y los objetivos que se esperan alcanzar. Pueden utilizarse hasta cinco formas diferentes de introducción, cada una de ellas según el público y la ocasión en que se pronuncie: fraseológico, anecdótico, humorístico, interrogativo y teatralizado.

- **Fraseológico:** puede iniciarse mencionando una frase célebre, un poema, las letras de una canción o un pasaje histórico que tenga relación con el tema a tratarse.
- **Anecdótico:** las personas muestran curiosidad por conocer algo peculiar sobre el tema a tratar. Contar una anécdota suele cautivar la atención de los oyentes.
- **Humorístico:** es válido contar un chiste u ocurrencia graciosa que tenga relación con el tema, la jocosidad le pone la chispa de vida a la exposición.
- **Interrogativo:** hacer preguntas referenciales sobre el tema, que pudieran ser respondidas o no. Sirven para despertar el interés, hacer reflexionar y demostrar que nosotros sabemos algo que ellos no saben y que estamos ahí para instruirlos.
- **Teatralizado:** es una forma de llamar la atención y comunicar el tema que vamos a exponer. Se hace uso de la mímica, expresividad corporal y mucho ingenio.

Desarrollo: es la parte medular del discurso, en ella el orador desarrolla su idea central de forma clara y detallada. En el desarrollo se explican los argumentos en los que se basa nuestra teoría o hipótesis, también sirve para refutar las ideas, ejemplificar una demostración y adoptar una posición académica específica.

En esta parte es necesario documentarse ampliamente sobre el tema, cerciorarse de la veracidad de los datos a exponer, elaborar un pequeño esquema de las ideas a presentar, citar ejemplos, anécdotas, cifras y/o casos reales relacionados con el tema para hacerlo más didáctico y hacer un discurso ameno y no muy extenso. El auditorio debe mantenerse atento; concentrado y esto se logra por medio de preguntas adecuadas, dinámicas grupales y dejándolo participar.

Conclusión.

La conclusión es la parte final del discurso, en ella el orador hace un breve resumen de lo tratado, menciona los puntos más importantes de la exposición o realiza recomendaciones que se desprenden del tema central. La conclusión es un elemento estratégico pues lo que se dice queda sonando en los oídos del público y tiene mayor probabilidad de quedar en la memoria.

Etapas en la elaboración del discurso.

Comprende el desarrollo de tres pasos distintos pero intrínsecamente ligados entre sí.

1. **La invención:** es la búsqueda y elección de los pensamientos
2. **La composición:** es el ordenamiento y desarrollo de esos pensamientos
3. **La elocución:** es la expresión de esos pensamientos mediante las palabras



Estas tres operaciones son sustancialmente distintas, pero inseparables, pues muchas veces se encuentra el pensamiento y la expresión de manera unida, y otras se nos presentan los pensamientos de manera ordenada.

Oratoria pedagógica.

N. V. Gogol, destacado conferencista ruso del siglo XIX realiza observaciones sobre la elocuencia académica y exige del profesor que componga con precisión, posea plasticidad verbal y hable con amenidad. “Si uno no lo ha experimentado, no resulta posible imaginarse que impresión tan negativa se recibe cuando el estilo del profesor es indolente y seco y carece de esa vida que no permite que los pensamientos se esparzan siquiera por un minuto. En ese caso no lo salvará ni su propia ciencia: sencillamente no será escuchado”. Por su parte Antón Pavlovich Chejov consideraba que en la elocuencia académica el valor artístico del discurso debe ser precedido por el carácter científico y debe estar condicionado este por la conferencia. (Nozhin, 1983: 29)

La conferencia.

La conferencia es una forma de oratoria individual y quien la realiza es generalmente un experto en la materia o tema que trata de comunicar. Las exigencias fundamentales de la conferencia son: conocimiento profundo del tema, necesidad y oportunidad de su difusión, claridad de comunicación y adecuación al público y al ambiente.

Involucra las siguientes etapas: Introducción, desarrollo del tema y conclusión.

La comunicación verbal y extraverbal

Las investigaciones han demostrado que el canal verbal se utiliza principalmente para proporcionar información, mientras que el no verbal se usa para expresar actitudes personales, y en algunos casos como sustituto de los mensajes verbales. El lenguaje verbal incide un 7% en la audiencia, al lenguaje corporal le corresponde un 55% y al tono de la voz un 38%.

En la comunicación verbal está presente la parte lingüística y extralingüística que es el conjunto de signos fonéticos que expresan actitudes, tales como los silencios, el relieve elocutivo (variaciones en el volumen, tono y ritmo o velocidad, timbre, fluidez, énfasis, intensidad), reiteraciones, chasquidos, muletillas, tartamudeos onomatopeyas (representaciones por medio de sonidos), siseos, pausas, carraspeo, risa, suspiro, entre otros.

La información en sentido estricto es la parte denotativa o cognoscitiva del discurso, que se orienta al contenido como su referente, pero un mismo contenido puede transmitirse de distintas maneras y lograr diferentes efectos, lo que nos remite a lo connotativo, es decir, a los sentimientos que puede provocar, la reacción del destinatario, la credibilidad de lo que se dice y de quien lo dice, la legitimidad y belleza y la relación comunicativa entre los actores.



En la oratoria pedagógica es importante considerar que un uso adecuado de la voz constituye un apoyo significativo durante la exposición, por lo que deben atenderse las siguientes características:

El tono: es la altura musical de la voz. El mismo debe variarse, subiéndolo o bajándolo según se quiera enfatizar y dramatizar para darle más fuerza expresiva a la exposición.

El timbre: es el matiz personal de la voz, permite reconocer a la persona que habla. Está determinado por el tono fundamental y los secundarios. Es necesario utilizar una voz bien timbrada que resulte agradable al oído y evitar una voz blanca, ronca y chillona.

La intensidad: es la mayor o menor fuerza con que se produce la voz, lo que determina voces fuertes y débiles. En fonética, se denomina acento al conjunto de los anteriores elementos.

El alcance: es muy importante para garantizar que todo el auditorio escuche la exposición. El alcance y la sonoridad o la fuerza, son cosas diferentes; hay voces fuertes que no llegan lejos, mientras que hay débiles que si lo consiguen.

La claridad de la voz es esencial, deben escucharse todas las palabras del discurso, aún las de tono bajo y de menor intensidad. Esto requiere que se articulen perfectamente todos los sonidos.

La pureza de la voz está relacionada con la claridad. Una voz pura no tiene fallas de articulación y fonación como la gangosidad³, el tartamudeo, la nasalización⁴, el jadeo, el bisbiseo⁵ y el hablar sibilante⁶ y las muletillas.

La flexibilidad de la voz es la capacidad de variar el tono, la intensidad, el alcance, la velocidad, la entonación y las pausas, para hacerla variable y atrayente, evitar la monotonía y provocar el interés.

La impostación de la voz es la capacidad de colocarla correctamente, es fijar la voz en las cuerdas vocales para emitir el sonido en su plenitud, sin vacilación, ni temblor, lo que permite hablar sin esfuerzo, con naturalidad.

La velocidad o rapidez del discurso varía según la personalidad, las circunstancias, las emociones e ideas que se expresan. Debe ser menor ante un público numeroso y menor ante uno pequeño, pero siempre procurar que sea entendible.

Las pausas y silencios.

En íntima relación con la rapidez y duración de un discurso están las pausas. En lo escrito se delimitan por los signos de puntuación, en el discurso oral, por la duración relativa del silencio. Se utilizan para separar los grupos naturales de ideas de un párrafo, para anticipar palabras, frases o ideas que deseamos destacar. Deben aprovecharse para aspirar aire, no deben ser largas y

³ Condición del que habla con resonancia nasal. (Diccionario Larousse)

⁴ Pronunciación de un sonido mediante la expulsión del aire por la nariz. (Diccionario Larousse)

⁵ Decir una cosa en voz baja de modo que se produce un murmullo o ruido sordo. (Diccionario Larousse) Sinónimo: susurro.

⁶ Sonido que se pronuncia como una especie de silbido. La "S" es sibilante. (Diccionario Larousse)



deben guardar relación con los signos que normalmente se respetarían en una lectura.

La comunicación extraverbal

La comunicación no verbal puede contribuir a reforzar la comunicación verbal o contradecirla. Es importante tener en cuenta que esta se produce de forma espontánea e inconsciente y que por medio de ella realmente comunicamos lo que somos y lo que sentimos y aun cuando la hubiéramos ensayado, son inevitables expresiones corporales involuntarias.

Los antiguos llamaban a la acción el “discurso del cuerpo” ya que éste no es sólo el conjunto de palabras expresadas oralmente, sino también la acción de los brazos, las manos, el cuerpo y principalmente, de los gestos del rostro. Cicerón, famoso orador de la antigüedad solía decir que todo el hablar consiste en la acción y en la elocución⁷. La acción afecta directamente a los sentidos, muchas veces un gesto vale más que una palabra. El público no sólo escucha el discurso, sino que lo “ve”, lo siente.

Utilizar con desacierto los ademanes o fuera de contexto deslucen el discurso y revela una desarmonía que se percibe inmediatamente. Los ademanes excesivos arruinan el discurso. La acción oratoria está integrada por las expresiones gestual, manual y corporal. El uso de todas ellas convierte al orador en un artista de la palabra.

Los gestos son los movimientos del rostro. La expresión gestual tiene la ventaja de revelar vívidamente nuestros pensamientos. Por regla general, el rostro del orador debe acompañar las ideas fundamentales de su discurso, sin gesticulaciones, ni visajes exagerados, ni mímicas demasiado estudiadas, ademanes afectados o gestos preciosistas.

La mirada no debe ser vaga ni dormida, sino, viva. Por ella reconocemos a un orador competente y valiente o a un orador incompetente y pusilánime. El orador no debe fijar su mirada en una sola persona, o en varias, incomodándolas. Debe dirigir la mirada, por igual a todo el auditorio. Mirar al lado derecho, luego al centro y finalmente a la izquierda, que todos se sientan observados. La mirada debe ser directa, sin huir de la gente ni seguirla con aspereza.

Los movimientos de brazos y manos deben emplearse para dar mayor énfasis a las palabras; no deben estar estáticos. De ser posible cada frase debe estar acompañada de un ademán y la culminación del movimiento debe coincidir con la finalización del pensamiento. Los ademanes, para que sean efectivos deben ser libres y espontáneos. Es preciso evitar los manierismos⁸

Los ademanes son los movimientos del cuerpo con los que se manifiesta un sentimiento, y se utilizan con la finalidad de subrayar la expresión del orador. Los ademanes pueden expresar con mucha exactitud los estados de ánimo que la palabra a veces no puede reflejar. Los movimientos del cuerpo tienen su origen en el mundo interior y representan una respuesta a cada expresión.

Dentro de los ademanes más generalizados están el de afirmación: se desplaza la mano derecha

⁷ Forma de elegir y distribuir las palabras y las ideas en un discurso (Diccionario Larousse)

⁸ Trastorno de la expresión que se caracteriza por los movimientos complicados e inconexos que acompañan el habla. (Diccionario Larousse)



hacia adelante, como saludando, pero recogiendo los dedos, a excepción del índice que se extiende hacia adelante; el de interrogación: puede realizarse levantando un brazo con el puño cerrado a la altura del hombro (el dedo índice sobresale estirado) y luego dirigir la mirada hacia el dedo como interrogándolo o también colocando los codos a los costados del cuerpo y con los brazos levantados (manos abiertas), abrirlos en forma horizontal formando una “V” cada vez que queramos hacer una pregunta.

También la negación: cerrar el puño a la altura del hombro, luego sacar el índice, dando la huella dactilar hacia el público y realizar movimientos oscilatorios de izquierda a derecha; Victoria: levantar el puño sobre la cabeza, sin oscilarlo o también levantar el puño para acto seguido estirar dedos cordial e índice para formar la “V” de la victoria; unidad: juntando las manos y manteniéndolas unidas por un instante. También se puede lograr abrazando imaginariamente a alguien y juramento: levantar solemnemente el brazo a la altura del hombro (formando una escuadra) con la mano estirada o el puño cerrado para acto seguido hacer un juramento verbal o similar.

Nuestro cuerpo habla. La expresión corporal tiene que ver con el movimiento de todo el cuerpo: piernas, pies, caderas, tórax, cuello, etc. pues los movimientos armoniosos de estas partes transmiten un mensaje.

La mímica nos ayuda a transmitir un mensaje sin emplear ninguna palabra, es puro movimiento del cuerpo. En consecuencia, nuestro cuerpo debe convertirse en elemento complementario y valioso que nos ayude a cumplir cabalmente los objetivos de nuestra exposición.

La actitud oratoria exige, en primer lugar, serenidad y distinción. El movimiento nervioso es contraproducente, así como la inmovilidad y dureza del cuerpo. Debe evitarse la tensión interna a todo costo, porque revela una desarmonía de la personalidad y un proceso psicológico de inseguridad, que se aprecia inmediatamente. El porte no debe denotar arrogancia, petulancia, provocación, desafío, menosprecio, indiferencia o falsa solemnidad.

El orador debe permanecer de pie, erguido, pero sin rigidez; el pie derecho debe estar delante del izquierdo para facilitar el movimiento fácil del brazo derecho y el peso del cuerpo debe descansar sobre ambos pies para evitar el cansancio y transmitir equilibrio. Es recomendable no permanecer estático, sino desplazarse hacia adelante, hacia atrás y a los lados para mantener el auditorio activo, hacerlo mover la mirada y cambiar el punto de atención, evitando así la monotonía, pero no abusar de estos movimientos. El desplazamiento debe hacerse con naturalidad y elegancia, sin rapidez, lo que denota nerviosismo, ni lentitud porque denota timidez.

La presencia personal es otro aspecto importante que debe tener en cuenta el orador, ya que una de las funciones de la comunicación es la perceptiva.

Los medios audiovisuales.



La importancia de los medios audiovisuales radica en que motivan para un mejor aprendizaje, favorecen su adquisición y fijación y ayudan a reforzarlo, enriquece la experiencia sensorial a través de todos los sentidos, ayudan a economizar tiempo y esfuerzo, la demostración y la observación de los materiales simplifica largas exposiciones del orador y estimulan la realización de nuevas actividades, favoreciendo la creatividad de los alumnos.

Científicamente está comprobado que las comunicaciones visuales son mensajes sintéticos que hablan a los ojos y son más eficaces que las palabras. Sirven de complemento a las formas verbales y contribuyen a presentar el tema en forma más clara y convincente.

Para entender la importancia que tales instrumentos tienen en el campo de la enseñanza (oratoria pedagógica), los especialistas manifiestan que a través de pruebas estadísticas se ha demostrado que en una clase de estudios el 81% de los alumnos prestan atención a una película (video), mientras que sólo el 54% de los mismos prestan atención a una conferencia oral (audio); y que mientras un alumno recuerda el 20% de lo que se le enseña con ayuda de los medios audiovisuales, los que reciben enseñanza oral recuerdan sólo un 5% de lo que le enseñan.

Estas ayudas visuales pueden ser: el pizarrón, los rotafolios o papelógrafo, el retroproyector, las diapositivas, las películas, los mapas, los diagramas, los planos, los dibujos y hasta las maquetas reducidas a escala.

El orador, al emplear cualquier tipo de ayuda audiovisual, ha de tener en cuenta las siguientes reglas:

No colocarse nunca entre el auditorio y lo que desea mostrar; colocarse al lado izquierdo de la ayuda visual y hablar de cara al auditorio; garantizar que el material a emplearse tenga el tamaño adecuado para que pueda verse con claridad y pueda entenderse desde la primera mirada y que los materiales guarden relación directa el contenido de la exposición.

El uso de la pizarra permite tangibilizar el contenido al combinar lo oral y lo visual. Da más valor al discurso pues añade acción a lo narrado, concentra la atención visual del distraído, permite que lo anotado se pueda corregir o cambiar rápidamente, que puedan tomarse apuntes con más claridad, la atención se concentra más en lo que escribe el expositor.

Reglas para su uso.

Debe encabezarse con la fecha, el tema y las temáticas a tratar. Todo lo que se escriba debe presentarse bien organizado y debe haber sido previsto previamente. Una presentación en forma confusa y desordenada, además de ser antiestético y denotar falta de profesionalidad, no ayuda a la instrucción, ni a educación.

Debe aprovecharse la superficie del tablero usando apuntes escuetos. Se puede enfatizar los contenidos más importantes mediante esquemas, diagramas, cuadros sinópticos o comparativos, croquis y resúmenes, entre otros. Los diagramas o esquemas más complicados pueden dibujarse



en la pizarra, antes de iniciar la charla. Puede utilizarse para el tratamiento a la ortografía y las palabras que ofrecen dificultad o de origen extranjero.

Se debe escribir de izquierda a derecha, teniendo cuidado de no dar la espalda al auditorio, al cual es al que debe hablarse, no al pizarrón. Las letras del texto deben ser grandes, para permitir su fácil lectura. No dejar en la pizarra información que ya haya sido usada, salvo que sea ex profeso. Puede combinarse con el uso de otras ayudas visuales: mapas, fotos, etc. Pueden destacarse determinados aspectos, subrayándolos o encerrándolos en un círculo. No usar la parte inferior de la pizarra, no es visible para todos. De ser posible usar tizas o plumones de colores pues acentúan el interés y la claridad del tema.

Al terminar de utilizarlo siempre debe borrarse, haciéndolo con el borrador de arriba abajo, si se escribió con tiza, para evitar regar el polvo sobre el cuerpo del orador.

El rotafolio o papelógrafo formado por blocks de papel del tamaño de los periódicos grandes se usa sobre un caballete o puede fijarse a la pizarra. Constituye para el orador una ayuda gráfica para exponer su tema de manera ordenada, sin temor a perderse. No es necesario borrar lo escrito o dibujado para presentar otro mensaje, pues basta con dar vuelta a la hoja y usar otra; además permite preparar material antes de la exposición y que pueda ser usado en otra ocasión. Concentra la atención visual del distraído. Los gráficos añaden acción, color y dinamismo a las exposiciones del orador. Permite que los asistentes puedan tomar apuntes con más calma. La atención no se concentra en el expositor sino en lo que éste muestra, es recomendable para los oradores nuevos.

Reglas para su uso.

El rotafolios debe estar colocado como mínimo a un metro y medio de altura. Situar a la izquierda del rotafolio utilizando un “apuntador o puntero”. Hablar mirando al auditorio, nunca al rotafolios. Usar letras grandes y de tipo “impresa”, nunca la escritura “corrida”, lo cual facilita la lectura. Puede combinarse el uso del rotafolio con la pizarra; en ella pueden hacerse gráficos sin malograr los papelotes. Todo punto que desee destacarse debe ser subrayado o señalado con el auxilio del “apuntador”.

El proyector multimedia, conocido también como “cañón multimedia” o data show, conectado a una computadora personal puede proyectar imágenes, gráficos, presentaciones de Power Point y videos.

Reglas para su uso:

Antes de usarlo verificar su funcionamiento, haciendo una prueba minutos antes del inicio de la exposición. Utilizar, de ser posible, un puntero láser para ir señalando el texto o gráfico que se desea mostrar. No ubicarse, ni permitir que se ubiquen en la trayectoria del haz de luz del cañón multimedia, esto impide una correcta visualización.



Los videos representan una ventaja pedagógica solo si el expositor sabe armonizar lo oral con lo visual. La combinación audiovisual permite al auditorio una mejor captación del mensaje y comprensión del contenido. Los vídeos son parte del discurso y no deben considerarse una novedad o diversión, sino que su uso debe tener un objetivo previamente definido.

Reglas para su uso.

La forma y momento de la utilización de un material audiovisual forma parte de la preparación previa del orador, por lo que debe estar claramente determinado si se va a utilizar antes, durante o después de abordar el contenido al cual apoya el material, en dependencia de lo que se pretenda lograr.

Es indispensable ver el video antes de proyectarlo, determinando el objetivo de su utilización y tener en cuenta que es una ayuda, no sustituye nunca al orador. Antes de la visualización se debe explicar dicho objetivo, y proporcionar una guía de observación para el posterior análisis. De considerarse necesario pudiera repetirse antes de comenzar la discusión del mismo.

Los video-conferencias constituyen una importante herramienta audiovisual para comunicar con eficacia un determinado mensaje o enseñanza. Se pueden elaborar clases utilizando la animación multimedia para luego proyectarlas como una película o grabar un video-conferencia impartida por un prestigioso y experimentado orador y luego proyectarla en un encuentro presencial o a través de la intranet o internet.

Reglas para su uso.

Verificar el funcionamiento correcto del equipamiento a utilizar. Las pantallas o monitores deben tener el tamaño adecuado para el número de espectadores presentes. Debe existir un orador que haga las funciones de moderador y una orientación previa para el posterior análisis.

Finalmente la oratoria pedagógica o académica requiere de retroalimentación sobre los objetivos para el profesor y los propios alumnos, lo que puede lograrse mediante:

1. Observación
2. Comprobación parcial
3. Comprobación final
4. La evaluación, la autoevaluación, la coevaluación, heteroevaluación
5. La actividad práctica
6. La participación de los alumnos, la calidad de las respuestas.

CONCLUSIONES.

La práctica de la oratoria pedagógica requiere de una preparación que abarca los elementos del arte oratorio clásicos, las cualidades del orador, la calidad en la preparación y ejecución del discurso combinado con los aspectos pedagógicos que están presentes en todo acto académico y que contribuyen al logro de los fines de la enseñanza.



La conjugación de ambos factores permitirá al orador mayor profesionalidad en su actuación, al explotar al máximo sus recursos expresivos en función de lograr los fines del acto oratorio y aprovechar las posibilidades que le ofrecen otros medios de apoyo para la ejecución del acto académico.

BIBLIOGRAFÍA

Alban Alencar, Alexander, 2007. *Manual de oratoria*, Edición electrónica gratuita. Texto completo en www.eumed.net/libros/2007b. Marketing mix editores. Lima, Perú.

Báez García Mireya, 2006. *Hacia una comunicación Eficaz*. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.

Corso, Corea Pedro, SF. *Mayeútica*. Portal Académico IMES.

Diccionario de la Lengua Española (22ª edición). 2001. Real Academia Española. <http://lema.rae.es/drae/?val=Oratoria>.

Nozhin E. A. *Fundamentos del arte oratorio soviético*. Editora Política. La Habana, 1983.

Martí José. *Obras Completas*. Tomo 14. La Habana: Editorial de Ciencias Sociales; 1975.

4.2. TÍTULO: MEDIACIÓN DIDÁCTICA CONTEXTUALIZADA PARA LA FIJACIÓN DE CONCEPTOS MATEMÁTICOS

Autores: Dr. C. Michel Enrique Gamboa Graus⁹

Luis Zaldívar Henríquez

Yusleydis Cruz López

Maricela Rodríguez Ortiz

RESUMEN

La fijación de los conceptos matemáticos ocupa un lugar significativo para aprender los contenidos de la Matemática. Esta ponencia aborda el tratamiento de este proceso para resolver limitaciones que presentan los métodos respecto a los procedimientos que se emplean, incoherentes con los utilizados para el proceso de elaboración total en etapas anteriores. En ella se presenta un modelo didáctico en el que se expresan las relaciones entre los subsistemas: teórico-orientador, mediacional-contextual y práctico-instrumental. Estos, permiten la actualización didáctica del proceso en función del desarrollo tecnológico existente en el contexto de enseñanza-aprendizaje, en el que se considera el contenido de los conceptos para organizar el trabajo con los procedimientos lógicos asociados a estos, en una colaboración social con diferentes agencias y agentes mediadores, a partir de un procedimiento de mediación didáctica contextualizada para el aprendizaje de la Matemática. El procedimiento didáctico creado facilita la fijación de conceptos matemáticos con un nivel de actualización como lo demandan las

⁹Profesor Titular. Dr. C. Universidad de Las Tunas. Cuba. E-mail: michelgg@ult.edu.cu



circunstancias en que se desarrolla el proceso. Esto permitió evaluar la efectividad del proceso modelado mediante las transformaciones obtenidas en los estudiantes muestreados.

Palabras Claves: Contextualización, fijación de conceptos, mediación didáctica.

INTRODUCCIÓN

La educación es reconocida internacionalmente como un derecho del hombre cuyo objetivo fundamental es el pleno desarrollo de la personalidad, el fortalecimiento de los derechos humanos y las libertades fundamentales. Con una actualización didáctica de los contenidos matemáticos al ser presentados en diferentes medios tecnológicos, se está poniendo al estudiante a la altura de los tiempos en que vive con los adelantos de la ciencia y la tecnología, que realza su desempeño más efectivo en su actividad social, a los que permite dar respuesta científica a las necesidades y exigencias actuales de su desarrollo.

La presencia en la escuela de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) ha suscitado modificaciones en el diseño, desarrollo y evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje de la Matemática. Está claro entonces, que en la enseñanza-aprendizaje de los contenidos matemáticos, debe atemperarse a esta actualización tecnológica y a las nuevas relaciones de este contenido con los medios y demás categorías didácticas.

Para organizar la actividad docente donde se les da tratamiento a los contenidos matemáticos es necesario interiorizar los fundamentos esenciales del enfoque Histórico Cultural de Vigotsky, L. S. (1979). La mediación en el proceso de desarrollo intelectual, como producto de la actividad en el proceso de enseñanza-aprendizaje, exige la participación activa y consciente de docentes y estudiantes. La interacción que se da en las relaciones sociales que se establecen para enseñar y aprender matemáticas son determinantes para el éxito de las propuestas educativas que se implementen.

En consecuencia, la mediación didáctica de las TIC promueve relaciones entre los objetos y sujetos de aprendizajes. Además, las acciones de mediación permiten la participación activa, reflexiva y protagónica desde el colectivo hasta las individualidades. Al mismo tiempo, es necesario considerar el contexto para estimular las interacciones que permitan enseñar y aprender recíprocamente, lo que exige nuestra labor de educar en el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje de la Matemática. Para aprender Matemática es necesario una implicación de los estudiantes en la búsqueda de información en diferentes fuentes que requieran la interpretación de tablas, gráficos y textos en que intervienen los conceptos y relaciones matemáticos que se estudian, pero los hechos demuestran que tanto docentes como estudiantes carecen de procedimientos para que esa información que se gestiona con las TIC se convierta en conocimientos duraderos.

En esta investigación se muestra las relaciones entre los subsistemas: teórico-orientador, mediacional-contextual y lo práctico-instrumental, en unidad dialéctica para generar una actualización didáctica en el



proceso de enseñanza-aprendizaje de la Matemática, desde un modelo didáctico del proceso de fijación de conceptos con una mediación didáctica contextualizada con las TIC.

DESARROLLO

Investigadores como Proenza, Y. (2002); Cruz, M. (2002); Amat, M. (2009); Jiménez, H. (2010); Rodríguez, M. (2011); La O, W. (2011); Álvarez, A. (2011), profundizan en el tratamiento de los contenidos matemáticos con el dominio de los conceptos, desde perspectivas que propician el uso de metodologías con posiciones novedosas, con las que se logran resultados en el aprendizaje de diferentes niveles educativos. Sin embargo, sus propuestas no alcanzan el tránsito hacia niveles de enseñanza superiores, se mantenga la solidez y durabilidad de lo aprendido, pues en las mismas queda sin profundizar la etapa de fijación del concepto, sin tener en cuenta el tratamiento de sus procedimientos lógicos asociados.

Autores como Ballester, S. y otros (1992); Álvarez, M. (2011); Campistrous, L. (1993); Gamboa, M.E. (2007), Santana, H. (2009); Amat, M. (2009); Rebollar, A. (2009); Rodríguez, M. (2011); Carmenates, O.A. (2011); Bueno, S. (2012); proponen soluciones al ofrecer modelos didácticos matemáticos en los que docentes desarrollan el proceso de enseñanza-aprendizaje en correspondencia con las demandas sociales y científicas de cada período histórico. Estas dejan brechas abiertas al ser insuficiente la actualización del proceso con los recursos tecnológicos, en función del desarrollo actual, como expresión de la contextualización didáctica de un proceso que considera el uso de las potencialidades que poseen las TIC en la asignatura Matemática.

En la última década autores como Crespo, E. (2007); Escalona, M. (2007); Rojas, O. (2009); Portilla, Y. (2012) han expuesto en sus investigaciones las potencialidades de las TIC en los procesos académicos y en especial en la Matemática. Expresan su incorporación en la clase mediante la Colección Futuro que posee el software Eureka, los Asistentes Matemáticos y otras herramientas con las que cuentan las TIC para mostrar los contenidos en las clases; pero la adecuación de la metodología para que el estudiante se apropie de ese conocimiento no logra a plenitud las exigencias recogidas en los Estándares Curriculares del National Council of Teachers of the Mathematics. (NCTM).

En investigaciones desarrolladas por el autor en tres proyectos de investigación constató que la enseñanza-aprendizaje de conceptos matemáticos en la práctica educativa se basa fundamentalmente en la propuesta de los textos básicos de Metodología de la Enseñanza de la Matemática de Ballester, S. (1992) y Jungk, W. (1979). En las clases se manifiesta que estas propuestas promueven que docentes y estudiantes sean menos protagónicos en busca del conocimiento a enseñar y aprender.

Al determinar referentes teóricos imprescindibles para la elaboración del modelo se reafirmó, desde la ciencia, que toda parte del proceso de enseñanza-aprendizaje de conceptos matemáticos requiere de la participación social en cada contexto de aprendizaje, y con estas el desarrollo. Como premisas del modelo se enuncian que:



- El proceso didáctico de la fijación de conceptos matemáticos se expresa en el contenido matemático y en la relación con los contextos en que se desarrolla el estudiante, a partir de las relaciones didácticas que se establecen en los componentes y categorías en un proceso de mediación didáctica contextualizada con las TIC.
- El carácter dinamizador que aportan las TIC como mediadores didácticos en el proceso de enseñanza-aprendizaje de conceptos matemáticos, y recurso novedoso que le permite al docente dinamizar el diseño, desarrollo y evaluación del proceso didáctico de la fijación de conceptos matemáticos en correspondencia con las circunstancias del mismo, para lograr eficiencia en el plano de las operaciones lógicas, y poder arribar a una conclusión acertada.
- El carácter flexible para la integración e interacción con diferentes recursos didácticos que aportan las TIC, para que los docentes diseñen sus actividades contextualizadas según las posibilidades reales existentes en el contexto. Además, puedan realizar adaptaciones metodológicas razonables y apropiadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje para proporcionar la posibilidad a todos los estudiantes de obtener logros.

La proyección de estos aspectos permite revelar la justificación de la necesidad de trabajar en alternativas que respondan a enfoques desarrolladores desde la actualización didáctica en función del desarrollo tecnológico existente, para perfeccionar el aprendizaje de los estudiantes.

En la concepción del modelo se muestran las características que debe tener su distribución al ser abierto y representar un subproceso del proceso de elaboración de conceptos. La utilización de las TIC en la enseñanza-aprendizaje de la Matemática demanda una actualización didáctica, la relación entre ellas y los componentes del proceso didáctico de la fijación de conceptos como caso particular, propicia la participación activa de los estudiantes en la clase y el trabajo independiente.

Se caracterizan los subsistemas y componentes del modelo, relacionados con el proceso didáctico de la fijación de conceptos matemáticos. El mismo se dirige esencialmente a hacer uso de rasgos característicos de las TIC como es la movilidad, la interactividad y accesibilidad a una variedad de información a consultar, para que el estudiante en su capacidad de análisis y síntesis, de inducción y deducción, pueda apropiarse de ese conocimiento al adquirir un nuevo desarrollo en la forma de ser representado para la elaboración de los conceptos matemáticos.

Las teorías consultadas en este campo de investigación permitieron a los autores poder determinar relaciones didácticas que emergen cuando los medios de enseñanza-aprendizaje son las TIC, estas traspasan sus funciones de medios, en su integración e interacción en el proceso didáctico de la fijación de conceptos.

Para el desarrollo de este proceso se transita por tres subsistemas relacionados con las teorías didácticas y la investigación científica. Un primer subsistema teórico-orientador (Figura 1), determinado con el objetivo de crear las condiciones previas necesarias para movilizar determinados procesos de



dirección del pensamiento, sobre la base de la organización teórica y metodológica de docentes y estudiantes para encauzar el proceso didáctico de la fijación de conceptos matemáticos.

Su función en el sistema se encuentra determinada por orientar desde la teoría de la Didáctica de la Matemática los elementos que son necesarios conocer para desarrollar los conocimientos conceptuales en los estudiantes en un proceso diseñado desde la teoría y planificado para llevarlo a la práctica en su interacción con los diferentes contextos de actuación.

El punto de partida de la etapa de fijación es el contenido del concepto, como un componente del subsistema, que sirve de orientación para la selección de las acciones en cada una de las fases de fijación y los procedimientos que se potencian para determinar la solución de los ejercicios y problemas. Este representa las características esenciales que determinan el concepto, lo hacen ser él y se basa en el enunciado de propiedades internas o sustanciales del ente que se caracteriza.

En este subsistema otro componente lo constituyen los procedimientos para fijar los conceptos. Al formar parte de los métodos de enseñanza-aprendizaje son herramientas didácticas que le permiten al docente instrumentar el logro de los objetivos, mediante la creación de acciones a partir de las características del contenido, que propician orientar y dirigir la actividad del estudiante en la actividad docente y extradocente. Estos se clasifican en algorítmicos y heurísticos.

La relación entre estos dos componentes permiten contextualizar el contenido por aprender y poner a los estudiantes en situaciones de aprendizaje donde sean capaces de asimilar los mismos de forma activa, innovadora, creadora y transformadora, es decir, hay que preparar a los estudiantes para que aprendan desde el contexto en que se desarrollan, a conocer y crear con los medios a su alcance.

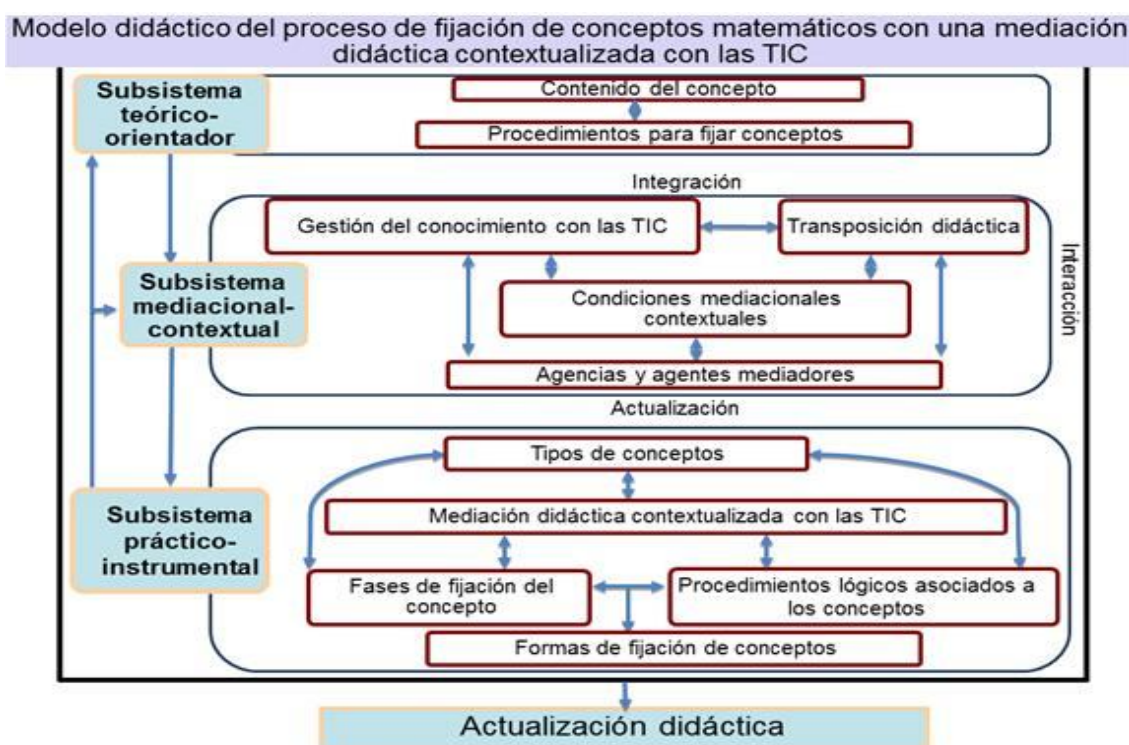


Figura 1: Esquema del modelo de fijación de conceptos matemáticos con una mediación didáctica contextualizada



Una vez orientados desde la teoría hay que conocer los elementos que relacionan lo externo con lo interno en el aprendizaje. Por esta razón, se necesita de un subsistema mediacional-contextual (Figura 1), cuyo objetivo central está determinado a representar un proceso necesario para dinamizar la forma en que los estudiantes y docentes hacen la búsqueda de los conocimientos matemáticos que se encuentran en la cultura matemática y deben ser fijados mediante un proceso organizado y dirigido por el docente en un contexto determinado.

La función del subsistema se encuentra en organizar un procedimiento didáctico que se desarrolla mediante acciones mediacionales con las TIC, como mediadores didácticos, al ser utilizadas durante el desarrollo de las actividades en el proceso didáctico de fijación de conceptos matemáticos, como base del contenido que está en la cultura matemática y las condiciones en que se encuentran preparados los estudiantes y docentes que aprenden y enseñan.

El procedimiento de mediación didáctica contextualizada con las TIC es definido como el conjunto de acciones y operaciones que se realizan para desarrollar situaciones de aprendizaje, relacionadas con la búsqueda y el análisis de información, la implicación reflexiva y valorativa en la solución de ejercicios, problemas y actividades del contenido que se aprende, en correspondencia con el contexto de la realidad objetiva y relacional que propician el desarrollo intelectual con métodos productivos.

La mediación didáctica contextualizado con las TIC, como procedimiento para encausar los métodos productivos, permite relacionar el contenido de enseñanza-aprendizaje, los mediadores didácticos y las condiciones en que se desarrolla el proceso. Conduce a la reorganización de los roles tradicionales del docente en un proceso que propicia una relación interactiva entre el estudiante, los conocimientos y el contexto. Esta mediación se nutre de las relaciones entre los estudiantes, la familia, la comunidad y demás agencias y agentes mediadores, sobre la base de una flexibilidad que permite garantizar al estudiante el uso de recursos tecnológicos para realizar las actividades con un enfoque desarrollador.

Este subsistema genera la categoría esencial identificada como la mediación didáctica contextualizada con las TIC (Figura 1), se nutre de componentes determinados según las exigencias del proceso que se modela, al funcionar como un sistema organizado que se desarrolla como proceso y está integrado por las condiciones mediacionales contextuales que aportan la caracterización pedagógica del proceso y los elementos teóricos establecidos en la orientación didáctica, la integración e interacción de agentes y agencias mediadoras que intervienen en el mismo, la gestión del conocimiento que deben desarrollar estudiantes y docentes para aprender los conceptos matemáticos del contenido contextualizado en las TIC y la transposición didáctica que se realiza para ser llevado al aula.

Para que el estudiante se apropie de la cultura matemática en una organización coherente del proceso de enseñanza-aprendizaje, bajo la dirección del docente, es necesario conocer las condiciones contextuales y mediacionales en que se desarrolla el proceso, como el componente que permite la



contextualización didáctica. Sus resultados son las primeras acciones del procedimiento didáctico que contribuyen a la organización coherente del proceso de enseñanza-aprendizaje, que bajo la dirección del docente, conducen al estudiante a apropiarse de una cultura matemática más integral (Figura 1).

Al considerar las condiciones mediacionales contextuales como un componente que se nutre del diagnóstico pedagógico integral, permite caracterizar otros componentes del modelo. Además, proporciona la particularidad que ostenta el objeto de aprendizaje para una relación de integración e interacción dinámica entre estos y los estudiantes.

Las condiciones caracterizadoras permiten que la fijación de conceptos sea un proceso continuo, por lo que es necesario reconocer a los agentes y agencias mediadoras que están presentes, como otro componente mediacional-contextual, en su interacción e integración con el contexto de enseñanza-aprendizaje desde una realidad relacional objetiva y subjetiva. Estas acciones durante el desarrollo del procedimiento didáctico permiten la presencia contextual en la enseñanza-aprendizaje del alumno.

Entre los agentes mediadores se encuentran la familia, los docentes, el grupo, los repasadores en la comunidad y otras personas que participan indirectamente en la mediación para realizar las actividades extradocentes. Las agencias mediadoras se encuentran compuestas por las instituciones, la comunidad y otras relaciones de la comunidad virtual en las que los estudiantes acuden para desarrollar sus actividades de estudio. Este componente determina la mediación social del aprendizaje.

En una relación de coordinación se encuentra la gestión de conocimientos con las TIC, la cual se caracteriza por un proceso de transformación continua de los datos en información y luego en el conocimiento de la cultura matemática. En ella se planifican acciones para conducir la búsqueda de soluciones, como parte del procedimiento, a partir de las necesidades de la Matemática que se convierten en objetos didácticos sobre la base de sus avances.

En el proceso de gestión mediado por las TIC existen múltiples informaciones sobre la cultura matemática que deben transcurrir en un proceso de actualización constante. Es necesario que se reconozca en el mismo, la lógica de la interacción y la integración, así como el sistema de relaciones y nexos entre los diferentes tipos de conceptos de la Matemática. Esta actualización constante, como expresión de la contextualización, significa llevar un proceso didáctico acorde con el desarrollo tecnológico del momento en que se hace uso de ese contenido en el aula.

Los nexos y relaciones que se establecen entre la cultura matemática y la necesidad de establecer la dinámica de su sistematización en los componentes didácticos para convertirse en objetos didácticos necesitan de un proceso de transposición didáctica (Figura 1), que es entendida como un contenido de la cultura matemática que ha sido designado como el conocimiento a enseñar, y adaptado mediante transformaciones que permiten estar en condiciones para ocupar un lugar entre los objetos de enseñanza en la Didáctica de la Matemática.

Este proceso favorece la actualización didáctica de la fijación de conceptos matemáticos con el



desarrollo tecnológico existente y se logra con el procedimiento de mediación didáctica contextualizada. Las acciones ordenadas que permiten lograr la solución de las actividades se llevan a cabo mediante su implementación práctica, su presencia dinamiza en proceso de enseñanza-aprendizaje de los conceptos matemáticos.

El procedimiento didáctico se ejecuta mediante el subsistema práctico-instrumental (Figura 1), y representa la estructuración de los componentes necesarios para la fijación de conceptos matemáticos. En él se relaciona el instrumental didáctico-metodológico para desarrollar las acciones necesarias que permiten fijar los conceptos y poder representar la base del saber científico a que se enfrentan los estudiantes, en su interacción con los agentes y agencias involucrados, mediante una relación armónica que es establecida por la Didáctica de la Matemática.

La función fundamental del mismo se encuentra en organizar teóricamente la implementación práctica del proceso de fijación de conceptos mediante el procedimiento didáctico de mediación propuesto. Se estructuran los componentes para la enseñanza-aprendizaje de los conceptos matemáticos a través de las acciones de mediación didáctica contextualizada con las TIC.

En la preparación metodológica de las clases se les da tratamiento a los tipos de conceptos a enseñar, por lo que es necesario incluirlos como componentes del subsistema práctico-instrumental. La forma metodológico-organizativa de la misma permite que este procedimiento didáctico actualice el tratamiento de las situaciones típicas donde se trabaja con cada tipo de concepto.

Al planificar las actividades para fijar los tipos de conceptos es imprescindible transitar por las diferentes fases de fijación del mismo, como otro componente del subsistema. Durante el desarrollo del procedimiento de mediación didáctica contextualizada con las TIC estas fases de fijación, que se desarrollan en la memoria del estudiante, se dinamizan al activarse procesos lógicos del pensamiento, de forma tal, que le permita reflexionar, profundizar, definir, valorar, argumentar y plantear conjeturas.

Estas fases empiezan con la identificación del concepto: al estudiante visualizar, interactuar y experimentar con los asistentes matemáticos propician una movilidad del objeto de aprendizaje que permite la manifestación de esas características. Continúa con la realización del concepto: se presenta en diferentes actividades con la dificultad de carecer de elementos característicos, donde se incita a los estudiantes a buscar las características o propiedades para operar con el contenido del concepto.

Finalmente contempla las aplicaciones del concepto: aquí se hace uso adecuado de asistentes matemáticos para resolver ejercicios experimentales que permitan comprobar la veracidad o falsedad de conjeturas a las que ha llegado.

Este proceso didáctico requiere de coherencia para poder atender estas fases o acciones en cada forma de fijación del concepto. Las TIC propician, en la gestión del conocimiento, que los docentes organicen guías con cuestionarios heurísticos como parte de la transposición didáctica que hacen. Esto permite movilizar esas acciones en busca del conocimiento durante el proceso de fijación de ese



concepto.

Los procedimientos lógicos que se trabajan durante la elaboración del concepto en las etapas precedentes son enriquecidos por las cualidades que poseen las TIC. Estas les dan la potencialidad de desarrollar activamente el proceso didáctico. Estos procedimientos lógicos tales como identificar el concepto, brindar una idea esquematizada del concepto, indicar contraejemplos, señalar casos especiales, indicar casos límite y establecer relación entre conceptos superiores y conceptos subordinados, se desarrollan cuando hay una integración durante el proceso total de elaboración.

En el tratamiento de los conceptos es importante la selección y organización de ejercicios, problemas y actividades con potencialidades sobre la base de los procedimientos lógicos asociados a estos conceptos para su fijación. El uso de preguntas heurísticas para fijar conceptos en los mismos promueve la gestión de ese conocimiento con los asistentes matemáticos, lo que permite apropiarse del sistema de acciones previsto para cada procedimiento lógico y del nivel de concienciación acerca de las operaciones racionales que se deben realizar en cada situación, al gestionar esos conocimientos. Además, posibilita que se eleven los niveles de comprensión matemáticos y poder transitar por los niveles cognitivos establecidos.

Otro componente está determinado por las formas de fijación. En ellas se debe organizar coherentemente el tránsito por cada una de las fases de fijación del concepto en correspondencia con los resultados del diagnóstico pedagógico integral y del proceso de formación desarrollado. Al encauzar las diferentes formas de fijación de conceptos se hace uso de una mediación didáctica contextualizada con las TIC, para lo cual es necesaria la selección de métodos de comunicación entre los agentes y agencias involucrados.

Con las relaciones didácticas entre estos subsistemas del modelo se ubica al estudiante en la necesidad de reconocer el aprendizaje como una actividad en la que se potencia su desarrollo, que va desde las formas intuitivas iniciales de pensamiento hasta las formas deductivas finales, y que se planifica según los niveles de asimilación de estos.

Al desarrollar este proceso didáctico por los tres subsistemas relacionados y dependientes para obtener una actualización didáctica del mismo, crea una lógica estructural acorde con los contenidos de los conceptos contextualizados en relación con los métodos productivos, ahora actualizados con el desarrollo tecnológico contemporáneo al emplearse el procedimiento de una mediación didáctica contextualizada con las TIC.

CONCLUSIONES

- La fijación de los conceptos matemáticos con la mediación didáctica, se fundamenta en categorías esenciales que desde lo filosófico, lo psicológico, lo pedagógico y lo didáctico reconocen que se favorece para un proceso de enseñanza-aprendizaje donde el estudiante participe, construya,



descubra y redescubra el conocimiento mediante su interacción con los recursos informáticos y desarrolle un pensamiento crítico y creativo.

- El estado actual de la fijación de los conceptos matemáticos que se desarrolla a través de las formas que establece la Didáctica de la Matemática, se organiza mediante ejercicios, problemas y actividades en las que es insuficiente el empleo de los métodos, medios, procedimientos que limitan la participación activa del estudiante para la gestión del conocimiento con las TIC.
- El modelo didáctico, con las relaciones esenciales entre sus componentes, propicia la contextualización de la fijación de los conceptos, a partir de potenciar la mediación didáctica y actualización del proceso de enseñanza-aprendizaje de la Matemática.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez, A. (2011). Estrategia Didáctica para la sistematización del concepto función real de una variable real en el primer año de la carrera Ingeniería Eléctrica. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Universidad de Camagüey.
2. Álvarez, M. (2011). El desarrollo de la comprensión matemática. Curso 6. En Didácticas de las Ciencias. Nuevas perspectivas. Tercera parte. Habana. Editorial Educación Cubana.
3. Amat, M. (2009). Desarrollo del pensamiento relacional mediante la resolución de problemas matemáticos en la Secundaria Básica. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Universidad de Ciencias Pedagógicas "Pepito Tey". Las Tunas.
4. Ballester, S. et al. (1992). Metodología de la enseñanza de la matemática. Tomo I. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
5. Bueno, S. (2012). El aprendizaje de conceptos matemáticos desde una perspectiva desarrolladora. Pedagogía Universitaria. 17(1).
6. Campistrous, L. (1993). Lógica y procedimientos lógicos del pensamiento. La Habana. Editorial ICCP.
7. Carmenates, O.A. (2011). El método de la interconexión significativa en la estructuración del proceso de enseñanza aprendizaje de la Geometría en la Educación Preuniversitaria. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Las Tunas.
8. Crespo, E. (2007). Modelo didáctico sustentado en la heurística para el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Matemática asistida por computadora. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Universidad de Ciencias Pedagógicas "Félix Varela". Villa Clara.
9. Gamboa, M.E. (2007). El diseño de unidades didácticas contextualizadas para la enseñanza de la Matemática en la Educación Secundaria Básica. Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Las Tunas.



4.3. TÍTULO: PROCEDIMIENTOS DE TRATAMIENTO A LA CULTURA DEPORTIVA CON ENFOQUE AXIOLÓGICO.

Autores: MSc. Yaquelín Ruiz García. Profesora Auxiliar. Universidad Las Tunas, Cuba.

Dr. C. Bernardo Jeffers Duarte. Profesor Titular. Universidad Las Tunas, Cuba.

Lic. Joaquín Estrada Sao. Profesor Asistente. Universidad Las Tunas, Cuba

RESUMEN.

La idea esencial consistente en: ofrecer contenidos y procedimientos didácticos para su empleo en el tratamiento de la historia social del deporte local, nacional y sus nexos con el proceso histórico cubano, que permita el desarrollo de una cultura deportiva con enfoque axiológico en la comunidad de la residencia estudiantil y su posterior extensión a la estructura de los barrios, lo que no es valorado de esa forma en la actualidad.

Palabras claves: procedimientos, tratamiento. Cultura deportiva, enfoque axiológico

INTRODUCCIÓN

Entre otros enfoque estudiados pero, coincidentes en esencia, el concepto Historia Social es definido según *Enrique M. Alonso Alonso*. 2008, como el proceso de formación y desarrollo de la sociedad humana, el mismo agrega que debe reconocer se que esa Historia comienza con el establecimiento en él de sus primeros pobladores, con independencia de que estos conocieran o ignoraran la escritura.

Se conoció a demás en el artículo del propio autor, que en ninguno de los territorios insulares ha sido identificado como lugar de origen del hombre, en lo que si se coincide es que en los primeros asentamientos humanos necesariamente existió de una forma u otra vínculos con las actividades físicas por la necesidad de subsistencia en sentido general incluyendo ciertas formas de actividades físicas y deportivas como, el juego llamado Batos practicado en nuestro país.

Precisamente en línea con la reflexión anterior, resulta necesario expresar que la historia del deporte en Cuba es tan rica e interesante como la historia nacional, puede decirse que, indudablemente son las mismas; impregnadas de contradicciones sociales, patriotismo y estrecho vínculo con personalidades hechos y acontecimientos herméticamente vinculados con la historia revolucionaria de nuestro país que culminó felizmente el primero de enero de 1959.

Relacionado con la historia social del deporte en Cuba existe una voluminosa e interesante obra que demuestra sus nexos con el proceso histórico nacional, evidenciado a través de principales hechos y acontecimientos históricos sociales en un recorrido paralelo desde la comunidad primitiva hasta la actualidad, los argumentos que aquí se expresan aparecen detalladamente en las obras:

José Martí: reflexiones sobre el deporte, José Bedia, 1991, El Deporte, la Educación Física y la Recreación visto por José Martí, Alberto Entralgo Cancio, 1980, El Deporte en Cuba, José



Llanusa Gobel, 1990, El Deporte Hoy. Realidades y Perspectivas, Raudol Ruiz Aguilera, 1991, Fidel y el Deporte, selección de pensamientos, 2005, así como, Pusimos la Bomba y Qué de Alicia Herrera, 2000, así como reflexiones de Fidel entorno al papel social del deporte antes y después del triunfo de la revolución.

Las obras referidas cuentan con los recursos indispensables para su empleo en acciones educativas con enfoque axiológico que pueden enriquecer la cultura deportiva, sin embargo, precisamente la idea de esta tesis surge porque dichos contenidos carecen de un enfoque didáctico que propicie su utilización en la instrucción y la educación de las nuevas generaciones.

Sin embargo, existen fundamentos que facilitan la inserción de los temas históricos en la dinámica de la educación física, según Ariel Ruiz Aguilera, 1989, la Educación Física “ es el proceso pedagógico que se realiza en la escuela encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo...la adquisición de conocimientos y el desarrollo de convicciones de forma tal que estén en condiciones de cumplir las tareas que impone la sociedad.

La Educación Física es biológica por sus efectos, pedagógica por sus métodos y social por su organización y actuación, en cuyo centro se encuentra el hombre”. No obstante, al coincidir con esta definición, llama la atención el insuficiente tratamiento a la dimensión actitudinal a pesar de formar parte de la estructura de dicha definición. Justamente tal contradicción es la que nos motiva a buscar una solución mediante este trabajo.

DESARROLLO

Los hechos y fenómenos de carácter histórico y social de nuestro proceso histórico nacional y el surgimiento y desarrollo del deporte en Cuba, los cuales se considera deben formar parte de la concepción didáctica de la educación física actual porque encierran un conjunto de relaciones objetivas, causales y necesarias para el perfeccionamiento de la disciplina educación física dada en:

- Nexos entre el proceso histórico nacional y el desarrollo del deporte y la educación física en Cuba; desde la comunidad primitiva.
- Relación entre la dinámica de la política nacional y la valiosa atención y participación en actividades deportivas de altos rendimientos y profilácticas y compensatorias respectivamente.

El estudio de estas relaciones deviene en funciones importantes de la cultura deportiva para contribuir con el encargo social de la educación en Cuba, particularmente en los futuros profesionales de la educación, atletas y entrenadores, que consiste en: la formación de una cultura general e integral, de un hondo sentido patriótico y revolucionario



Significa que el contenido a sistematizar debe expresar básicamente, asumiendo el criterio en este sentido, de Carlos Rojas Arce, 2002, la riqueza y las potencialidades multidimensionales que induce el modelo formativo de los futuros egresados de las carreras pedagógicas, así como del proceso de enseñanza y aprendizaje de la educación física.

Los elementos didácticos que facilitan la concreción de las actividades cognitivas con enfoque axiológico son: Requisitos didácticos y demás componentes didácticos, organizándose, además, los contenidos según las etapas del proceso histórico nacional.

Los requisitos didácticos son elementos que subyacen en los principios didácticos con el objetivo de garantizar el desarrollo de las actividades físicas del proceso pedagógico en correspondencia con las exigencias de los principios citados.

Requisitos didácticos

- Distribuir los contenidos según las etapas del proceso histórico nacional, de manera asequible y accesible.
- Dinamizar las actividades cognitivas mediante la utilización de métodos y procedimientos productivos que estimulen la búsqueda, la reflexión y el conocimiento científico del por qué, y el para qué, el desarrollo de una cultura deportiva con enfoque axiológico.
- La dinámica de la propuesta debe imprimir en los alumnos una cultura que se manifieste en el interés consciente de que le servirá para la cultura personal y futura práctica profesional.
- La evaluación debe ser integral; desarrolladora

Dentro de los métodos productivos se asumen:

- la exposición problémica, el práctico, el investigativo, la conversación heurística e inductivo deductivo.

Al contar con los métodos para conducir las acciones educativas con enfoque axiológico es necesario entonces para lograr la accesibilidad, asequibilidad, y la socialización activa de los estudiantes en la estructuración y desarrollo de las actividades; los procedimientos didácticos, parte indisoluble del método que influye en la dinámica y efectividad de este último en el proceso pedagógico.

Para la modelación de los diferentes procedimientos precisamos un conjunto de aspectos internos de la clase desde el punto de vista metodológico y fisiológico, de manera que no se afecte su objeto social. Se ha considerado también la necesaria percepción de vivencias por parte de los estudiantes y la posterior socialización de estas entre los propios estudiantes, con sus profesores y su familia. Por consiguiente, los procedimientos didácticos de referencia son los siguientes

Procedimientos didácticos y metodológicos

- Definir con claridad a los participantes, de qué ideas o mensajes deben apropiarse durante el estudio de los temas.



- Estimular la percepción de vivencias durante el estudio e investigaciones relacionadas con la historia social del deporte local, territorial y nacional.
- Estimular el establecimiento de relaciones e interpretaciones de las ideas y el modo de actuación de las personalidades históricas y del deporte estudiadas por etapas.
- Elaborar preguntas heurísticas e inductoras que planteen a los estudiantes la búsqueda de respuesta que con su conocimiento actual no pueden resolverse.
- La producción de textos personalizados valorativos críticos y reflexivos relacionados con el tema tratado.
- Aplicar un modelo de evaluación integral sustentado en un enfoque desarrollador.

Metodológicos

- Orientación clara y precisa de las tareas y la bibliografía a utilizar.
- Asumir el diálogo y la socialización como herramienta básica en la ejecución de las actividades.
- Creación de espacios para la reflexión y la confrontación de argumentos.
- Presentación de resultados de trabajos en actos conmemorativos.
- Convocatorias de concursos e investigaciones axiológicas sobre personalidades del proceso histórico nacional relacionadas con el desarrollo del deporte en Cuba.

Concepción didáctica de los contenidos para su concreción práctica.

Para la modelación y distribución de los contenidos la autora se adscribe a la pregunta qué enseñar en materia de desarrollo de una cultura deportiva con enfoque axiológico ajustado al modelo y principios de la política de la sociedad en Cuba, la respuesta estuvo en contenidos relacionados con la historia social del deporte seleccionados con criterios pedagógicos integradores de conocimientos, modos de pensar, actuar y sentir identificado con nuestra historia y sus conquistas.

Desde esta posición los contenidos se presentan por temas con la siguiente estructura.

Tema 1. El deporte en la comunidad primitiva. Principales manifestaciones y contradicciones sociales a partir de la entrada de los colonizadores españoles en Cuba.

Objetivo: Conocer e identificar las manifestaciones del deporte en la comunidad primitiva y su vínculo con el inicio de las contradicciones y las luchas sociales en Cuba.

Interrogantes que sirven de guía para el trabajo:

- ¿Qué actividad deportiva caracterizó la comunidad primitiva?
- ¿Cuáles fueron las causas de las contradicciones sociales de la actividad deportiva en la comunidad primitiva?
- ¿Por qué desaparecieron las actividades deportivas y recreativas en la comunidad primitiva?
- ¿Por qué y cuándo reaparecen las actividades deportivas y recreativas en la comunidad



primitiva?

Habilidades intelectuales implicadas

Analizar, valorar, comparar, reflexionar y comentar.

Tema 2. El deporte en la época colonial. Contradicciones sociales.

Objetivos:

- Conocer y caracterizar el deporte en la época colonial.
- Caracterizar las principales contradicciones sociales como consecuencia de la práctica de deportes.

Interrogantes que sirven de guía para el trabajo:

- ¿Quién es el padre del ajedrez en Cuba y que implicación tuvo en la Guerra de los diez años?
- Durante la guerra entre los Mambises y los colonizadores españoles, resultó prohibido un deporte y, perseguidos los que lo practicaban. Cuál era ese deporte, por qué prohibido y perseguidos los que lo practicaban.
- ¿Cuál fue el patriota Mambí, víctima de la persecución y privación de libertad por su participación en la organización y dirección de competencias de béisbol para el apoyo económico de los mambises?

Habilidades intelectuales implicadas

Analizar, valorar, comparar, reflexionar y comentar.

Tema 3. El deporte en la época neocolonial.

Objetivos.

- Caracterizar el deporte en la época neocolonial. Principios y valores morales.
- Identificar el vínculo de personalidades del deporte y de los movimientos revolucionarios con la historia del deporte en la época neocolonial.

Interrogantes que sirven de guía para el trabajo:

- Mencione los problemas sociales del deporte en la época neocolonial, así como el nombre de las personalidades implicadas en las luchas revolucionarias populares que practicaban deportes y, sus principales resultados.
- Mencione las principales personalidades expedicionarios del Granma y combatientes del Ejército Rebelde que han desempeñado un papel protagónico en la organización y desarrollo del deporte en Cuba.

Habilidades intelectuales implicadas

Analizar, valorar, comparar, reflexionar y comentar.

Tema 3. El deporte en Cuba después del Triunfo de la Revolución.

Objetivo.



- Realizar una caracterización económica, política y social del deporte en Cuba con el triunfo de la revolución.
- Establecer relaciones e interpretaciones acerca de los nexos entre las causas y las consecuencias del bloqueo económico y los actos terroristas contra Cuba y, específicamente al movimiento deportivo cubano.
- Presentar un análisis valorativo y comparativo de las tendencias de la globalización del deporte y la concepción y fundamentos de los principios del deporte cubano actual.

Interrogantes que sirven de guía para el trabajo:

- ¿Cuáles fueron las primeras medidas tomadas con el triunfo revolucionario en el deporte por parte la máxima dirección de la revolución?
- ¿Cuáles son los problemas sociales e ideológicos presentes en la concepción del deporte mundial? ¿Qué sucede en Cuba?
 - a. ¿Cuáles son los principios que identifican dichos contextos?
 - b. ¿Por qué la diferencia de principios respecto a Cuba? Fundamente.
 - c. ¿cuáles son las consecuencias del bloqueo económico y los ataques terroristas contra el deporte en Cuba?

Habilidades intelectuales implicadas

Analizar, valorar, comparar, reflexionar y comentar.

La forma de evaluación en sentido general será cualitativa, es decir, participativa, democrática y socializada, definida como coevaluación. Sin dudas, el desarrollo de las actividades sobre la base inductiva deductiva de las preguntas va dirigido a garantizar el desarrollo de una cultura deportiva con enfoque axiológico teniendo como base la socialización

CONCLUSIONES

- Se verificó que la concepción didáctica que se propone propicia el desarrollo de una cultura deportiva con enfoque axiológico en los miembros de la comunidad de la residencia estudiantil universitaria de la Universidad Las Tunas, así como la posibilidad de su posterior extensión a otras comunidades del territorio.

BIBLIOGRAFÍA

- Existe un consenso entre los profesores y los estudiantes miembros de la comunidad de la residencia estudiantil universitaria, en el sentido de que la propuesta favorece la adquisición de la cultura que le permitirá identificarse con la historia, social del deporte cubano.
- BEDIA, JOSÉ. José Martí: reflexiones sobre el deporte. __ La Habana: Centro de estudios Martianos, 1991.



- Colectivo de autores. Programa de Educación Física para la carrera de Profesores Generales Integrales de Secundaria Básica Curso 2002 -2003. Departamento de Cultura Física de la Universidad Pedagógica “Enrique José Varona”. La Habana. 2002.
- Colectivo de autores. Programa de Educación Física para todas las carreras de los ISP, primer año. MINED, 2003.
- Construir la escuela intercultural / Miguel Ángel Essomba... [et al].__ España: Ed. Educación y ciencia, 1989.
- Epistemología de la Educación Física: evolución y desarrollo de las distintas concepciones y su objeto de estudio. __ p. 31 – 36. __ En Proyecto de investigación. Deporte y salud: clasificación desarrollo tecnológico / Bernardo Jeffers Duarte. __ Las Tunas, 2003.
- LLANUSA GOBEL, JOSÉ. El deporte en Cuba: análisis para debatir.__ La Habana: Ed: José Martí, 1990.
- JEFFERS DUARTE, BERNARDO. Evaluación integral de la actividad física en la educación secundaria básica.__ 2004 Tesis (opción de Doctor en Ciencias Pedagógicas).__ ISP” Enrique José Varona”.__ La Habana, 2004.
- JEFFERS DUARTE, BERNARDO. Modelo Didáctico para el Docente en Formación (ISBN 959-250-298-6)

4.4. TÍTULO: LA EDUCACIÓN EN VALORES MEDIANTE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN EL CONTEXTO COMUNITARIO.

Autores: Lic. Joaquín Estrada Sao. Profesor Asistente. Universidad Las Tunas, Cuba.

Lic. Ana María Jerez González. Profesor Asistente. Universidad Las Tunas, Cuba.

Lic. Mauricio Mojena Leyva. Profesor Asistente. Universidad Las Tunas, Cuba.

RESUMEN.

Este trabajo es el resultado de una investigación empírica en el que los autores realizan la caracterización de un contexto comunitario donde se constataron manifestaciones de despreocupación y sentido de pertenencia por parte de la población de adolescentes durante la organización y desarrollo de actividades físico recreativas y deportivas en la comunidad, comportamiento que se confirmó en entrevistas realizadas en las escuelas donde dichos adolescentes reciben su formación general y a la vez justificó, la aplicación de métodos de nivel teóricos, empíricos y estadísticos para la constatación de la pertinencia y factibilidad de aplicación de la propuesta donde fueron tratados de manera integrada, criterios teóricos generales y específicos que se consideran esenciales y representativos en el diseño de las actividades.

Palabras claves: educación, valores, actividades deportivas, contexto comunitario



INTRODUCCIÓN

La observación empírica unida a las vivencias de los autores en el tiempo de trabajo acumulado en el deporte y específicamente en las actividades físicas comunitarias le ha permitido corroborar insuficiencias identificadas mediante los datos que emergen de las observaciones y las encuestas realizadas las cuales revelaron.

- La presencia de manifestaciones agresivas entre los adolescentes durante el desarrollo de las actividades competitivas a pesar observarse buenas relaciones interpersonales en las no competitivas.
- Insuficiente coordinación de actividades deportivas entre los profesores y activistas de deportes respectivamente en la comunidad.
- Insuficiente unidad de acción entre la escuela y la comunidad y viceversa.
- Carente nivel de herramientas pertinentes en las manos de los profesores para la educación en valores desde las dimensiones cognitivas procedimentales y actitudinales en el contexto comunitario.
- La encuesta aplicada a los docentes de la escuela y los profesores que laboran en la comunidad corrobora lo expresado anteriormente al constatare un 58,3% y 41,75% entre nivel medio y bajo respectivamente según el criterio de medidas del indicador I establecido para los docentes y los profesores.

Por todo lo planteado hasta aquí los investigadores consideran que entre los centros deportivos y la comunidad debe existir una unidad de acción en función de fortalecer los valores morales aprovechándose las potencialidades de ambos contextos. De ahí la justificación de la propuesta de un conjunto de actividades que permita la concreción integradora de actividades deportivas y recreativas de intencionalidad valorativa.

Para lograr los objetivos propuestos se utilizan como vía actividades docentes y extra docentes; que se concretaran en la escuela debido a las potencialidades que ofrecen ambos contextos. El tiempo de duración partirá del consenso entre los docentes de la escuela y los profesores de deporte y recreación en la comunidad.

DESARROLLO

Las actividades propuestas se modelaron considerando los siguientes elementos:

Objetivo general de las actividades deportivas y recreativas: promover a través de las actividades deportivas y recreativas un ambiente socializado donde se introduzcan actividades valorativas que contribuyan a fortalecer los valores en los adolescentes entre 12 y 15 años de edad en las comunidades.

Contenido: los contenidos están relacionados con actividades complementarias relacionadas con el factor social del deporte, es decir, la intencionalidad suprema no es la actividad deportiva sino,



crear a través de ellas los espacios para fortalecer el valor responsabilidad en la dinámica de las propias actividades deportivas.

Métodos y medios: el desarrollo de las actividades se determina según la tipología de estas (charlas, debates del reglamento, juegos didácticos y deportivos recreativos, visitas a lugares históricos de la comunidad, trabajo socialmente útil para el aseguramiento de las actividades) buscando siempre una actitud protagónica de los adolescentes en las distintas fases de la preparación de las actividades, su desarrollo y valoración de los resultados finales.

Control y evaluación: son elementos a tener en cuenta antes, durante y después de la realización de cada actividad. Posibilita la retroalimentación sobre la calidad que se alcanza en el diseño de las actividades y su impacto en la educación de la responsabilidad en los adolescentes entre 12 y 15 años de edad.

El colectivo de trabajo comunitario previa coordinación con los profesores de educación física, deporte y recreación que prestan servicios en la comunidad convocan a la participación de los adolescentes entre 12 y 15 años de edad a los festivales recreativos y competencias deportivas programadas por etapas, momento en el cual se presentan las siguientes consideraciones generales:

- La estructura general de las actividades estará definida por tres etapas, la primera comprende los meses de septiembre, octubre, noviembre, la segunda, diciembre, enero, febrero y la tercera los meses de marzo, abril, mayo.
- Los deportes convocados pueden variar por etapas atendiéndose a los gustos y preferencias verificadas sistemáticamente, lo que permite encontrar los espacios y la participación de los adolescentes.
- Los profesores de educación física serán los asesores, organizadores, ejecutores y controladores de la actividad deportiva por su nivel de especialización.
- Los docentes de las escuelas de donde procede la muestra se integran en la dinámica de las actividades valorativas encaminadas a la educación de la responsabilidad mediante métodos flexibles; conferencias, conversatorios y el diálogo oportuno entre otros.
- Las actividades deportivas se concretan en el criterio de juegos inter barrios para potenciar las relaciones sociales.
- La participación de los adolescentes entre 12 y 15 años de edad en las actividades valorativas aportarán puntos adicionales a los resultados de las actividades deportivas por equipos.

Consideraciones generales para la planificación de las actividades valorativas por etapas.

- Tener presente que las actividades deportivas y recreativas deben constituir el eslabón fundamental para entamar las actividades valorativas encaminadas a la educación del valor responsabilidad en los adolescentes; objetivo fundamental de la investigación.



- Buscar variantes de estimulación; individual o grupal, a cada evolución o comportamiento favorable concerniente al valor moral responsabilidad.
- Cada etapa debe iniciar implicando a los adolescentes entre 12 y 15 años de edad en actividades organizativas, divulgación, de limpieza y remodelación de las áreas de competencia con la intencionalidad de inducir la responsabilidad por el cuidado y la protección de las instalaciones y otros recursos de la comunidad.
- Involucrar a los propios adolescentes, la familia y demás miembros de la comunidad en la planificación ejecución y evaluación de las actividades.
- Establecer un sistema de normativas educativas de obligatorio cumplimiento por los participantes en las actividades deportivas y recreativas.
- Desarrollar los juegos preferentemente los días, viernes, sábados y domingos, no obstante, en los congresillos se definirán según convenga a la mayoría.

Pasos metodológicos para la integración de las actividades deportivas y valorativas:

- Implicar a los adolescentes y sus familiares en la convocatoria y divulgación de la actividad deportiva correspondiente a la etapa.
- Reunión con los adolescentes para resolver la interrogante, con qué contamos y qué hacer para desarrollar los juegos.
- Limpieza, remodelación y recuperación y ornamentación de las áreas de competencia con la intencionalidad de inducir la responsabilidad por el cuidado y la protección de las instalaciones y otros recursos de la comunidad.
- Una vez creadas las condiciones se inicia el calendario de competencia con una conferencia que trate el tema de los valores enfatizándose en la responsabilidad en sentido amplio y en lo particular el cumplimiento del reglamento de los deportes y demás actividades.
- Continuar introduciéndose actividades valorativas relacionadas con la historia social del deporte en los espacios que se crean convenientemente durante el desarrollo de un festival o el calendario de los juegos mediante conferencias, conversatorios u otras modalidades basadas en el análisis valorativos socializados del modo de actuación de los adolescentes durante el desarrollo de las actividades.

Estructura y dinámica de las actividades deportivas, recreativas y valorativas.

Objetivo general de la propuesta: Crear un estado de predisposición a través del deporte y la recreación que permita introducir actividades valorativas para fortalecer el valor moral responsabilidad los adolescentes entre 12 y 15 años de edad comprendidos en la muestra durante el desarrollo de las actividades deportivas y recreativas.

I ETAPA. (Septiembre, octubre, noviembre).

Septiembre



Actividades.

- Tareas preliminares socializadoras de acciones como: (limpieza, organización y recuperación de áreas deportivas)
- Se convocaron el voleibol y el fútbol sala. (resultado de la identificación de gustos y preferencias)
- Como actividad recreativa física se programó un a jugar con habilidades. ajustadas a la edad.

Actividad deportiva: campeonato inter barrios de voleibol y fútbol sala

Objetivo: Incrementar el número de participantes adolescentes en actividades valorativas dirigidas a fortalecer los valores inducidos por los gustos y preferencias por el deporte.

Deportes convocados: voleibol y fútbol sala.

Recomendaciones metodológicas:

- Hacer la Inscripción de equipos, discusión de bases de las competencias o festivales deportivos recreativos, sorteos y calendario de actividades.
- Los representantes de los grupos u equipos deben informar a los adolescentes participantes que el criterio de medida para determinar los ganadores es consecuencia de la integración de los resultados en las actividades deportivas y las valorativas.
- Habilitar un registro del cumplimiento de los patrones de la responsabilidad y demás valores cuyos resultados sirven de contenidos para las actividades valorativas.

Actividad valorativa: Conferencia de un especialista que aborde el tema de la formación de valores.

Objetivo: definir el concepto de valor, de formación de valores y valor responsabilidad vinculado a la dinámica de las actividades deportivas y recreativas, a través de una conferencia impartida por un profesor que domine el área de conocimientos.

Recomendaciones metodológicas:

El contenido seleccionado para la exposición debe tener una marcada identificación con experiencias y vivencias de las actividades deportivas en que están implicados los adolescentes con el propósito de que se sientan a gusto y motivados durante el desarrollo de las actividades.

Presentación de la actividad.

Exposición del contenido por el profesor seleccionado. Diálogo con los adolescentes entre 12 y 15 años de edad (conversación, debate, análisis, reflexiones).

Inicio de los juegos.

Conclusiones: (análisis valorativo crítico y reflexivo de cada actividad tomándose como referencia los valores profundizándose en la responsabilidad).



Evaluación: la valorativa estará dirigida al nivel de participación y asimilación de los contenidos por parte de los adolescentes. En las deportivas y recreativas se considera como primera referencia el modo de actuación moral de los participantes y como segunda los resultados de la competencia. Se hará de forma verbal induciéndose el dialogo socializado mediante interrogantes.

Octubre

Actividad deportiva: Se mantienen las actividades del voleibol y el fútbol sala pero se incluye el baloncesto.

Recomendaciones metodológicas:

- Hacer la Inscripción de los equipos de baloncesto, discusión de las bases de las competencias o festivales deportivos recreativos, sorteos y calendario de actividades.
- Los representantes de los grupos u equipos deben informar a los adolescentes participantes que el criterio de medida para determinar los ganadores es consecuencia de la integración de los resultados en las actividades deportivas y las valorativas.
- Habilitar un registro del cumplimiento de los patrones de la responsabilidad y demás valores cuyos resultados sirven de contenidos para las actividades valorativas.

Actividad valorativa: Debate sobre la responsabilidad en el cumplimiento del reglamento de los deportes convocados.

Objetivo: Sensibilizar a los adolescentes entre 12 y 15 años de edad con el cumplimiento del reglamento del deporte en que participa así como de la convivencia en las actividades.

Recomendaciones metodológicas:

El profesor debe orientar a los adolescentes teniendo en cuenta el contenido recibido en la conferencia anterior, además darle tiempo necesario para que puedan responder las interrogantes y así dirigirlos hacia las reflexiones donde se tiene interés de llegar.

Evaluación:

Se concebirá en el momento de la actividad y en el modo de actuar, se hará de forma oral.

Noviembre

Actividad deportiva: fase final de las actividades deportivas que se vienen desarrollando (voleibol y fútbol sala).

Como actividad recreativa física se programó un ciclo turismo hacia lugares históricos.

Recomendaciones metodológicas:

- Tabulación de los resultados de las actividades deportivas y valorativas para su empleo en la definición de los destacados individuales y colectivos considerándose la integración de los resultados en las actividades deportivas y las valorativas.



- Habilitar un registro del cumplimiento de los patrones de la responsabilidad y demás valores en la fase final de los deportes voleibol y fútbol sala, cuyos resultados sirven de contenidos para las actividades valorativas.

Actividad valorativa: Visitar el museo “Mártires de Barbados”.

Objetivo: Estimular la visita a lugares de carácter histórico aprovechando las potencialidades de la historia social del deporte identificada con la responsabilidad.

Recomendaciones metodológicas:

Aprovechándose el ciclo turismo hacia lugares históricos los profesores podrán en manos de los adolescentes una guía de trabajo que le permitirá apropiarse de la información acerca de los valores implícitos y explícitos en las obras u objetos que aparecen en el museo, cuestión que le ofrece a los profesores un nivel de referencias sobre el criterio de los adolescentes acerca de las vivencias e importancia de la visita.

Evaluación:

Estará determinada por el tiempo dedicado a la actividad y la calidad con que deben socializar y describir verbalmente las vivencias emanadas de la visita al museo.

Al final de la etapa, convocar a los organizadores de las actividades y a los adolescentes entre 12 y 15 años de edad que componen la muestra para hacer un análisis valorativo, crítico y reflexivo que permita replantear las actividades y sus contenidos en la próxima etapa.

II ETAPA (diciembre enero, febrero).

Diciembre

Objetivo: Enfatizar en la búsqueda de reglas y normas de convivencia durante el desarrollo de las actividades que establezcan un equilibrio entre lo competitivo y la mejora de la responsabilidad entre los adolescentes entre 12 y 15 años de edad.

Actividad deportiva: convocatoria e inicio de las actividades de fútbol grama, atletismo y béisbol.

Recomendaciones metodológicas:

- Hacer la Inscripción de equipos, discusión de bases de las competencias o festivales deportivos recreativos, sorteos y calendario de actividades.
- Los representantes de los grupos u equipos deben informar a los adolescentes participantes que el criterio de medida para determinar los ganadores es consecuencia de la integración de los resultados en las actividades deportivas y las valorativas.
- Habilitar un registro del cumplimiento de los patrones de la responsabilidad y demás valores cuyos resultados sirven de contenidos para las actividades valorativas.

Actividad valorativa: Lectura del libro “Fama sin dólares”.

Objetivo: Valorar los modos de actuación individual frente a determinadas situaciones y compararlos con los de personalidades de referencia como Ana Fidelia Quirot.



Recomendaciones Metodológicas

Leer la entrevista “Ana Fidelia Quirot. “Desde una cama de hospital a... ¡lo más alto del podio!”; de forma fragmentada donde participarán de tres a cuatro adolescentes entre 12 y 15 años de edad, los demás estarán escuchando para luego realizar el debate y análisis de la lectura.

Luego, en otras actividades se retomarán algunos párrafos donde se identifique como idea central el valor responsabilidad, asociado este a su comportamiento diario en todas las tareas.

Evaluación: se realizará mediante la profundidad de los argumentos que sean capaces de ofrecer en el debate y las valoraciones, tanto individual como grupal.

Debe insistirse en la invitación de niños/as y jóvenes en la medida de los cambios favorables en su conducta verificable en la evolución favorable de las relaciones sociales.

Enero

Objetivo: integrar en los espacios que ofrezca la comunidad las actividades deportivas con las valorativas en función de la educación de la responsabilidad.

ACTIVIDADES

Actividad deportiva: continuación de las actividades competitivas del fútbol grama, atletismo y béisbol.

Recomendaciones metodológicas:

- Se mantiene las dos últimas acciones de la actividad deportiva anterior.

Actividad valorativa: Conferencia acerca de la historia social del béisbol y el fútbol en Las Tunas.

Conferencia acerca de la historia social del béisbol y el fútbol en la Comunidad las 40 Reparto Fernando Betancourt, Las Tunas.

Recomendaciones Metodológicas

Convocar a los equipos en los días alternos a las competencias para recibir conferencias relacionadas con la historia social del futbol en Las Tunas y en el Reparto de referencia. Para ello contarán con una guía de interrogantes identificadas con los temas en función de revelar el valor responsabilidad.

Estimular la socialización de los temas en el seno de los equipos.

Evaluación: será individual y por equipos atendiendo a la coherencia y la profundidad de las intervenciones durante el desarrollo de las conferencias, así como la asistencia y puntualidad a los espacios establecidos para los intercambios de conocimientos programados.

Febrero

Objetivo: integrar las actividades físicas deportivas con los conocimientos de la historia social del fútbol y el béisbol en Las Tunas y en la comunidad las 40 Reparto Fernando Betancourt

ACTIVIDADES



Actividad deportiva: fase final de las actividades competitivas del fútbol grama, atletismo y el béisbol.

Recomendaciones metodológicas:

- Tabulación de los resultados de las actividades deportivas y valorativas para su empleo en la definición de los destacados individuales y colectivos considerándose la integración de los resultados en las actividades deportivas y las valorativas.
- Habilitar un registro del cumplimiento de los patrones de la responsabilidad y demás valores en la fase final de los deportes fútbol grama, atletismo y béisbol, cuyos resultados sirven de referencia para las actividades valorativas.

Actividad valorativa: Socialización de los conocimientos adquiridos sobre la historia social del béisbol y el fútbol en Las Tunas.

Socialización de los conocimientos adquiridos sobre los valores de la historia social del béisbol, el atletismo y el fútbol en la comunidad las 40 Reparto Fernando Betancourt, Las Tunas.

Recomendaciones Metodológicas

En los días alternos a las competencias convocar a los equipos para el intercambio socializado de los conocimientos relacionados con la historia social del fútbol en Las Tunas y en el Reparto de referencia. Para ello contarán con una guía de interrogantes identificadas con los temas y en función de revelar el valor responsabilidad.

Estimular la socialización de los temas en el seno de los equipos y entre equipos.

Evaluación: será individual y por equipos atendiéndose a la coherencia y la profundidad de los intercambios de informaciones que ofrecerán los participantes, así como la asistencia y puntualidad a los espacios establecidos para los intercambios de conocimientos programados.

Finalmente vuelve a convocarse a las personas responsables de las actividades (docentes de la escuela donde reside la muestra, los activistas de deporte de la comunidad y los profesores de deporte para hacer el acostumbrado análisis valorativo y crítico que permite perfeccionar las actividades y sus normas en la próxima etapa.

III ETAPA (marzo, abril, mayo).

Programa de actividades.

Marzo

Objetivo: fomentar la práctica de actividades físicas e identificación de los rasgos distintivos de responsabilidad implícitos en el juego de ajedrez.

ACTIVIDADES

Actividad deportiva: convocatoria e inicio de las actividades competitivas del ajedrez.

Recomendaciones metodológicas:



- Hacer la Inscripción de equipos, discusión de bases de las competencias o festivales deportivos recreativos, sorteos y calendario de actividades.
- Los representantes de los grupos u equipos deben informar a los adolescentes participantes que el criterio de medida para determinar los ganadores es consecuencia de la integración de los resultados en las actividades deportivas y las valorativas.

Actividad valorativa: Historia social del ajedrez en Cuba y en la comunidad.

Lectura de breve reseña histórica del juego de ajedrez, luego indicar referirse a la influencia de este deporte en el comportamiento de los valores.

Recomendaciones Metodológicas

Por encontrarse en una etapa del curso donde empiezan aparecer algunas manifestaciones de fatiga por las cargas docentes debe hacerse una revisión de los gustos intereses y preferencias de los adolescentes entre los 12 y 15 años representados en la muestra para determinar nuevas opciones de actividades deportivas y físico recreativas.

Realizar análisis valorativo socializado inter grupos y equipos para mejorar las relaciones y tener referencias para determinar los destacados en el orden individual y colectivo, resultado que como es sabido se integra al deportivo para definir los lugares de vanguardia.

Evaluación: dependerá del nivel de socialización activa que se ponga de manifiesto intra e inter equipos deportivos.

Abril

Objetivo: mantener la práctica de actividad deportiva como vía socializadora que permita la educación en valores.

ACTIVIDADES

Actividad deportiva: fase final de las actividades competitivas del ajedrez.

Recomendaciones metodológicas:

- Tabulación de los resultados de las actividades deportivas y valorativas para su empleo en la definición de los destacados individuales y colectivos considerándose la integración de los resultados en las actividades deportivas y las valorativas.

Actividad valorativa: Orientación sobre el uso e importancia de un registro de control para el cumplimiento del deber.

Objetivo: Registrar y valorar en un ambiente socializado el cumplimiento de las tareas orientadas en las etapas precedentes.

Recomendaciones Metodológicas

Para el desarrollo de esta actividad se debe elaborar un registro que permita llevar un control de aquellas actividades concebidas en cada etapa para comprobar el cumplimiento del deber.



La actividad debe orientarse con una semana de antelación para que puedan revisar el recorrido de sus comportamientos en la diversidad de tareas realizadas.

El cumplimiento de las tareas que emergen de la planificación, organización y ejecución de las actividades debe valorarse en un ambiente socializado.

Evaluación: Dependerá de la riqueza y el nivel de socialización de los análisis valorativos y críticos intra e inter equipos.

Mayo

Objetivo: Resumir la diversidad de enfoques de actividades mediante un festival deportivo recreativo

ACTIVIDADES

Actividad deportiva: festival deportivo recreativo y fútbol grama inter barrios.

Recomendaciones metodológicas:

Integrar en la convocatoria divulgación, ejecución y evaluación de las actividades a los adolescentes con sus familiares y demás factores de la comunidad.

Informar a los participantes que el criterio de medida para determinar los ganadores es consecuencia de la integración de los resultados en las actividades deportivas y las valorativas.

Actividad valorativa

La socialización de acciones como: (limpieza, organización y recuperación de áreas deportivas y el Memorial Mártires de Barbados)

Recomendaciones Metodológicas

Comunicar sin exigencias, la necesidad de colaborar en la organización, limpieza y embellecimiento de los espacios donde se desarrollarán las actividades.

Evaluación: Estará determinada por la asistencia, puntualidad y la participación activa de todos los niños/as y jóvenes de la comunidad, enfatizándose en la muestra de adolescentes entre los 12 y los 15 años de edad.

CONCLUSIONES

1. El análisis valorativo, crítico y reflexivo de las vivencias prácticas durante la aplicación de las actividades deportivas y valorativas integradas demostró, que hubo cambios en los modos de actuación en la muestra investigada, lo que unido al porcentaje de aceptación y verificación de factibilidad por parte de los usuarios corrobora la pertinencia y la validez del producto presentado.

BIBLIOGRAFÍA

Amador Martínez, Amelia, El adolescente y su desarrollo: ¿Aceptados o rechazados en su grupo escolar?, ¿Por qué? __ La Habana: Ed Pueblo y Educación, (1993).



Baxter Pérez, Esther. La formación de valores: una tarea pedagógica _La Habana: Ed. Pueblo y Educación, 1989.

MINED. 2002; P. 47.

Denis L. Los valores sociales y culturales. Escuela Nacional de Salud Pública. Material impreso. Maestría "Formación Didáctica". C. Habana. (2003)

Pérez, S. A. (2002) Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo Individual. Disponible: CD de la maestría de actividad física comunitaria /cursos/ especializado/ Diplomado I/Recreación/ bibliografía. Consultado 8 de junio del 2010.

4.5. TÍTULO: LA RECREACIÓN COMO VARIANTE DE ACTIVIDAD FÍSICA PROGRAMADA PARA MEJORAR LA FUERZA RELATIVA EN EL ADULTO MAYOR.

Autores: Lic. Mauricio Mojena Leyva.

MSc. Lisbe Ladrón de Guevara Barreda.

MSc. Erélice Morales Osorio.

RESUMEN

La investigación es el resultado de la sistematización de los fundamentos teóricos que caracterizan el comportamiento de la fuerza en los adultos mayores, los cuales sirvieron de sostén a la elaboración del programa de actividades físicas dirigido a mejorar la fuerza relativa en dichos adultos en correspondencia con las posibilidades reales de los adultos mayores. Se aprecia además en la concepción del programa algunos fundamentos teóricos y prácticos que servirá de referencia para otras investigaciones según el contexto que se realicen; en otras, institucionales, nivel estatal, regional, nacional e internacional.

Palabras claves: recreación, fuerza relativa, adulto mayor, actividad física

INTRODUCCIÓN

La recreación es la actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades para el tiempo, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida. Citando el sitio web <http://es.geocities.com>

Mientras Silvia Fernanda Los Santos en el portal www.efdeportes.com (2002) define La recreación en la tercera edad de la siguiente manera: "El envejecimiento es un proceso que está rodeado de muchas concepciones falsas, de temores, creencias y mitos, envejecer significa adaptarse a cambios en la estructura y funcionamiento del cuerpo humano por un lado y cambios en el ambiente social por el otro" Entonces, para lograr una vejez exitosa se debe mantener una participación activa en roles sociales y comunitarios para una satisfacción de vida adecuada.



Sánchez Acosta, M .E. y Col. (1987) realizaron una investigación sobre el nivel de participación en los ejercicios físicos y las actividades recreativas y culturales que eran de interés para el adulto mayor de diferentes círculos, encontrando que las diferencias del nivel de participación en los ejercicios físicos y en las actividades recreativo-culturales estaban más allá de la conciencia de la importancia social que ellas le concedían y se dirigían claramente a las repercusiones personales beneficiosas que ellas vivenciaban.

Referido a ello se contempla que las actividades deberán seleccionarse en función de las posibilidades y limitaciones del grupo, de sus necesidades y motivaciones, de las características de su entorno social y se debe permitir que los participantes valoren y expresen cuáles son las tareas que prefieren y si son capaces de llevarlas a cabo con cierto éxito.

Las actividades ejecutadas en esta etapa de la vida según Los Santos (2002) están comprendidas en dos grupos: actividades básicas y actividades complementarias; en las actividades básicas están comprendidas la gimnasia de mantenimiento con y sin implementos, gimnasia suave, juegos, expresión corporal, actividades aerobias (gimnasia de bajo impacto, trotes y caminatas), actividades rítmicas, ejercicios con pequeño pesos y relajación con auto masaje.

En las actividades complementarias se ubican los paseos de orientación, actividades acuáticas (gimnasia y juegos en el agua, natación, baños en el mar), danzas tradicionales y bailes, juegos populares y deportes adaptados, festivales recreativos, composiciones gimnásticas, encuentros deportivos- culturales y reuniones sociales.

De los tipos de actividad referidos se asumen las denominadas actividades básicas porque se ajustan a la estructura de diferentes juegos que pueden estimular la mejora de la fuerza relativa en la dinámica de las clases para los adultos mayores las cuales deben realizarse en áreas donde sea factible ejecutarlas con mucha seguridad para los participantes, teniendo en cuenta las características de las personas comprendidas en el grupo. Las frecuencias semanales estarán en dependencia de las posibilidades de los beneficiarios considerándose como mínimo tres secciones, pero, lo ideal sería realizar las sesiones diarias entre 25 y 30 minutos.

Las clases deben ser altamente motivadas, de ahí la idea del enfoque recreativo, de manera que los participantes se diviertan a la vez que se ejercitan, utilizando formas variadas de organización, orientación y control de rutinas de ejercicios continuos para incentivar la memoria motora, considerando que cuando se orienta un ejercicio por muy sencillo que sea debe darse un tiempo adecuado para que cada adulto elabore su propia respuesta motriz con implementos de fácil manejo, ya que se trabaja con grupos heterogéneos sexalescentes.

Pasos metodológicos para la aplicación de juegos recreativos con la intencionalidad de mejorar la fuerza relativa en el adulto mayor.

La lógica estructural de los juegos, los motivos e intereses de los participantes, las circunstancias



en las cuales se ve obligado a participar cada uno de los adultos mayores, exige la utilización de pasos metodológicos para el desarrollo de juegos cooperativos que permitan el dominio por parte de los beneficiarios del contenido del juego, la relación armónica entre todos los jugadores, es decir la socialización y la participación activa de los practicantes.

Pasos metodológicos

Enunciado del juego: Dar a conocer el nombre del juego.

Motivación y explicación del juego: Se realizará inmediatamente después de la enunciación, consiste en la conversación o cuento que hace el profesor con el fin de interesar al practicante por la actividad, en ocasiones de una buena motivación dependerá el éxito del juego. Por otra parte la explicación debe ser comprensible, auxiliándose de los medios de los juegos, donde se expongan todas las acciones que se realizaran durante el juego.

Organización: En este caso se incluye lo concerniente a la distribución de los participantes, esto se realizará de la forma que el profesor lo tenga planificado teniendo en cuenta sus necesidades y su objetivo propuesto para el juego.

Entrega de los materiales: Consiste en repartir en ese momento los materiales necesarios para realizar el juego.

Demostración: En este paso se explicará el juego de forma práctica, por parte del profesor.

Práctica inicial del juego: Una vez que se haya demostrado el juego se realizará una pequeña práctica por parte de los practicantes a la señal del profesor, esto puede ser con todo el colectivo o solo por una parte de él, como lo disponga el profesor. Esto ayudará a reafirmar el aprendizaje del juego y a evacuar las dudas que hayan quedado con la explicación y la demostración.

Explicación de las reglas: Esta se realizará durante la ejecución práctica del juego, en la cual se expondrán los deberes y derechos que tienen los jugadores durante el juego. Se hará énfasis en el cumplimiento de ellas por parte de los participantes, para lograr el éxito de la actividad.

Desarrollo: Consiste en la ejecución del juego hasta llegar a su resultado final, no se podrá comenzar hasta que todos los participantes hayan comprendido.

Variantes: Después que haya concluido el juego, el profesor puede realizar variantes de ese juego o dejar que sea por parte de los beneficiarios en dependencia de sus motivaciones y gustos.

Evaluación: Aquí se evaluarán los resultados obtenidos en el juego, partiendo de los objetivos trazados por el profesor al inicio de la actividad.

Entonces se podría decir que el juego, en la tercera edad, es un importante agente socializador y motivador que les permite asimilar ejercicios basados en juegos e intencionados a mejorar la fuerza relativa en una dinámica de interacción con los otros, disfrutándose de actividades grupales implícitamente recreativas.



Como docentes debemos presentar a la recreación como una alternativa en la adaptación del proceso de envejecimiento teniendo en cuenta las necesidades e intereses de la población anciana y respetando los cambios que puedan darse en el ámbito biológico, psicológico y social para una vejez feliz y productiva.

La recreación es una alternativa de adaptación a los cambios y pérdidas sociales de la vejez. La palabra recreación nos da la idea de crear nuevamente, motivar y establecerse nuevas metas, nuevos intereses y estilos de vida. Se trata de mejorar la calidad de vida mediante un involucramiento en actividades estimulantes, creativas y de mucho significado.

Esto tiene que ver con la manera en que el individuo se maneja en las diversas situaciones de su vida, algunas de ellas sociales y otras biológicas, por consiguiente, el sujeto debe adaptarse continuamente a las condiciones de vida para mejorar la calidad de vida, especialmente en personas ancianas, la cual se define en cuatro categorías generales según (Mc. Donald, T.) citado por Los Santos (2002)

- **Bienestar físico:** refiriéndose a la comodidad en términos materiales, de higiene, salud y seguridad.
- **Relaciones interpersonales:** en cuanto a las relaciones familiares, y el involucramiento comunal.
- **Desarrollo personal:** relacionado con las oportunidades de desarrollo intelectual, autoexpresión, actividad lucrativa y autoconciencia.
- **Actividades recreativas:** para socializar y buscar una recreación pasiva y activa.

Metodología del programa de actividad física para mejorar la fuerza relativa en el adulto mayor.

Debido a esto se aplicará un programa de actividades físicas durante 5 semanas y se realizarán mediciones en diferentes etapas, esto siguiendo las recomendaciones de Romero García (2004) debido a que el programa es sistemático y bien estructurado siguiendo los objetivos propuestos, los ejercicios se elaboraron partiendo de las necesidades de la comunidad y sabiendo sus limitaciones, los medios e infraestructura utilizada fue adecuada, contando con la ayuda de un equipo de trabajo calificado, sin embargo se tuvo que estimular la creatividad para ejecutar las actividades físicas.

- Los métodos dieron respuesta a los objetivos planteados ya que el programa fue progresivo, controlado y continuo, dividido en 3 momentos, inicial, proceso y final, complementado por un continuo seguimiento, control y evaluación formativa que al final en un ambiente socializado determinó si hubo o no mejoramiento de la fuerza.

La dinámica de la metodología se concreta en tres etapas: acondicionamiento, desarrollo y por último la etapa de mantenimiento.



- La primera se logra mediante paseos a sitios históricos y charlas para informarles la importancia de la actividad física en la salud, la etapa de acondicionamiento los adultos mayores resistieron los constantes estímulos y lograron modificaciones funcionales de los diferentes órganos y sistemas, para la etapa de desarrollo se afianzo en la capacidad de funcionamiento de los diferentes órganos y se aprecio como asimilaron las actividades físicas, al final con la etapa de mantenimiento lo que se desea es mantener la fuerza relativa en el adulto mayor.
- Ya entrando en la esencia del programa se describirá las fases del programa, la primera es la de los ejercicios de calentamiento esta engloba la movilidad articular permitida a esta edad y la elongación muscular tolerada por los adultos mayores, además se ejecutaron juegos de mesa para lograr la integración de los adultos mayores, estas actividades se continuaran realizando durante todos los días restantes del programa, al igual que los ejercicios de calentamiento.
- Se hace énfasis en cada jornada se introduzcan ejercicios de fuerza relativa ejecutando actividades variadas de resistencia, como caminatas cortas por la comunidad, caminatas con obstáculos en la cancha y Bailo terapia para la relajación de dichas actividades, además se combinaran con actividades recreativas y pre deportivas por medio de festivales recreativos.
- Se continuaran con las actividades de desarrollo de las capacidades físicas (ver ejecutando los ejercicios de fuerza con las botellas de refresco de 1,5 ml de agua que servirán como pesas, además las actividades de fortalecimiento de las musculatura con gomas para los miembros superiores, las gaveras y escaleras se usaran para los miembros inferiores, también se coordinará con las instituciones gubernamentales para ejecutar paseos a sitios históricos y playa.
- Los fines de semana se ejecutaran los festivales recreativos, donde se llevaran a cabo diversas actividades como: juegos pre deportivos y recreativos identificados con algunas acciones de fuerza, así como diferentes atracciones para motivar a los adultos mayores, el mes siguiente se ejecutara idéntico al primero, pero con la variante que en el últimos festival recreativo se entregaran reconocimientos entre otras sorpresas.
- Al final de cada jornada se ejecutaran actividades recreativas de vuelta a la calma para restablecer el equilibrio del nivel funcional, esto mediante la realización de ejercicios con baja intensidad, estiramientos y ejercicios de respiración y así disminuir la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria, llevando al organismo aun estado similar al que tenía al comienzo de la sesión.

En esta fase, se incluye la evaluación de la sesión para identificar el grado de satisfacción y las dificultades que se presentaron en la realización de las actividades programadas, así como, los



resultados que se obtuvieron con relación a los indicadores planteados al principio usando los test adecuados.

- Nivel de aceptación del programa por parte de los adultos mayores.
- Nivel de factibilidad de los indicadores para evaluar la evolución de la fuerza en adultos mayores.
- Factibilidad de aplicación del programa.

A los resultados obtenidos por el investigador se adicionan sugerencias y recomendaciones que no recogen las guías, concerniente a los indicadores y criterios de medidas. Los resultados que se presentan a continuación.

Análisis de los resultados

Antes de realizar el análisis comparativo de los resultados parciales sobre la base de los indicadores y los criterios de medidas presentados resulta pertinente destacar las manifestaciones de entusiasmo y motivación que se reflejó en cada beneficiario en cada una de las actividades desarrolladas, propiciado por la selección y aplicación de juegos diversos y animados, logrando en los adultos mayores un estado de ánimo favorable que los ayudo a combatir el estrés y asimilar las acciones que derivaban las actividades

Se apreció también mayor satisfacción y niveles de compromiso en la asistencia, puntualidad, participación e incorporación de adultos mayores sexalescentes a las actividades, a pesar de no haber logrado el 100% de asistencia. Asimismo se destaca la atención e información de los profesionales del deporte concerniente al contenido del programa, hecho que permitió su integración y a la vez la estimulación a la participación de factores de la comunidad.

Por otro lado, se ofrecieron intercambios de experiencia con otras comunidades, tanto para exponer las vivencias prácticas del programa como, sugerencias e iniciativas de conjunto con los profesionales del deporte, y activistas de deportes en los consejos populares.

Durante el desarrollo de las etapas se mantuvo un seguimiento y control sistemático de la influencia de la actividad dirigida al mejoramiento de la fuerza relativa del adulto mayor, sustentado en un modelo de diagnóstico integral a ejecutar en tres momentos: inicial, proceso y final complementado con indicadores y sus correspondientes criterios de medida.

Finalmente expresar que el programa para el trabajo dirigido a mejorar la fuerza relativa fundamentada mediante un enfoque recreativo dinamizado por juegos, los cuales se adaptan metodológicamente a las necesidades y limitaciones de los adultos mayores, aspecto estimuló el incremento de la asistencia, así como, el nivel de compromiso y participación activa durante la ejecución de los ejercicios.

Referente a los resultados obtenidos en el criterio de usuarios referente al indicador: nivel de aceptación del programa por parte de los adultos mayores, se constató una afirmación positiva en



el 93.4% de la muestra, las cuales agregan que se debe a la introducción de la variante juegos y la posibilidad de observar su evolución con el apoyo de los indicadores de fuerza relativa establecidos por el investigador.

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos demuestran la efectividad del programa de actividades para el mejoramiento de la fuerza desarrollada, por cuanto, se observó, según el comportamiento de los indicadores una mejora de la fuerza relativa en el adulto mayor. Desde el punto de vista cualitativo se constató la viabilidad de los juegos con enfoque recreativo, así como, el logro de un estado de salud que se revierte en favorable desenvolvimiento en el contexto social.

BIBLIOGRAFÍA

1. Barboza, R. & Alvarado, D. (1987) beneficios del ejercicio y la actividad física en la tercera edad. En la revista educación, 11(2):99-103.
2. Casola Emilio (2008) "La influencia de la actividad física para el mejoramiento de las capacidades físicas y funcionales del adulto mayor en la Áreas de Salud Integral Comunitaria (ASIC) Maneiro Arismendi" estado Nueva Esparta.
3. Ceballos Díaz, Jorge. L. (2001) "El Adulto Mayor y la Actividad Física". Departamento de Medicina
4. Cortés Cuesta, Sonia.; et al.1990. Orientaciones Metodológicas de cuarto grado. Primera edición. La Habana, Cuba. Editorial pueblo. p. 1.
5. Dotres, C y otros. (1998). Programa Nacional de Prevención, Diagnóstico, Evaluación y control del HTA. Editorial Ciencias Médicas. 85 p.