



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE** **AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA  
EDUCACIÓN CARRERA DE CULTURA FÍSICA.**

**Informe final del trabajo de Graduación o Titulación previo a la  
obtención del título de licenciado en Ciencias de la Educación**

**Mención: Cultura Física**

**TEMA:**

---

**LOS PROCESOS PARA FORMACIÓN DE DEPORTISTAS Y SU INCIDENCIA EN  
EL DESARROLLO FÍSICO, MENTAL Y APTITUDINAL PARA COMPETENCIAS  
DEPORTIVAS-ATLÉTICAS EN LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO  
DEL COLEGIO "DR. CAMILO GALLEGOS DOMÍNGUEZ", DE LA CIUDAD DE  
LATACUNGA EN EL PERIODO 2009 - 2010.**

---

**Autor: Salazar Córdova Paulo Mauricio**

**Tutora: Ing. Mg. Vásquez Freire Marcia**

**E.**

**Ambato – Ecuador**

**2009 - 2010**

**APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O  
TITULACIÓN.**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación sobre el  
Tema:

“LOS PROCESOS PARA FORMACIÓN DE DEPORTISTAS Y SU  
INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO, MENTAL Y APTITUDINAL  
PARA COMPETENCIAS DEPORTIVAS-ATLÉTICAS EN LOS  
SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DEL COLEGIO “DR. CAMILO  
GALLEGOS DOMÍNGUEZ“, DE LA CIUDAD DE LATACUNGA EN EL  
PERIODO 2009 - 2010.”

Desarrollado por el egresado: Sr. Salazar Córdova Paulo Mauricio de la  
Licenciatura en Ciencias Humanas y de la Educación, Carrera de Cultura  
Física., considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos  
técnicos, científicos y reglamentarios por lo que autorizo la presentación  
del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a  
evaluación por parte del Tribunal de Grado, que el Honorable Concejo  
Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la  
Universidad Técnica de Ambato designe, para su correspondiente estudio  
y calificación.

Ambato, Marzo 2010.

.....

**Ing. Mg. Marcia Vásquez.**

**C.I 180191350-8**

**TUTORA**

### **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Dejo constancia de que el presente informe de Trabajo de Graduación es el resultado de la investigación del autor, quien basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe de investigación son de exclusiva responsabilidad legal y académica de mi persona como Autor.

.....  
**PAULO MAURICIO SALAZAR CÓRDOVA.**

050259658-8

AUTOR

**Al Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias  
Humanas y de la Educación:**

La Comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: "LOS PROCESOS PARA FORMACIÓN DE DEPORTISTAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO, MENTAL Y APTITUDINAL PARA COMPETENCIAS DEPORTIVAS-ATLÉTICAS EN LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DEL COLEGIO "DR. CAMILO GALLEGOS DOMÍNGUEZ", DE LA CIUDAD DE LATACUNGA EN EL PERIODO 2009 - 2010.", presentado por el Sr. Salazar Córdova Paulo Mauricio, egresado en la carrera de Cultura Física, promoción: 2009 una vez revisado el trabajo de Graduación o Titulación, considera que dicho informe investigativo reúne los requisitos básicos tanto técnicos como científicos y reglamentarios establecidos.

Por tanto se autoriza la presentación ante el Organismo pertinente, para los trámites pertinentes.

**LA COMISIÓN**

.....  
.....  
**Dra. Msc. Piedad Aguas G.**

**Villena.**

**Dr. Msc. Danilo**

#### **AGRADECIMIENTO.**

*Expreso un profundo agradecimiento, primeramente a Dios el ser Supremo ya que sin su bendición nada podría realizarse, a la Universidad Técnica de Ambato, por brindarme la oportunidad de*

*superación personal y, en especial a las autoridades y personal administrativo que dirigen tan prestigiosa Institución Educativa.*

## **DEDICATORIA**

*Quiero dedicar este trabajo a las personas que siempre estuvieron a mi lado en el transcurrir del mismo, como lo son mis queridos padres los cuales fueron pilares fundamentales para el logro de mi carrera, a mis tíos y*

*hermano, a mis hijos que son fuente de inspiración y superación, para alcanzar, con éxito mis objetivos propuestos, ya que sin su apoyo, el camino se hubiera tornado oscuro, para dar un paso importante en el campo profesional.*

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

**RESUMEN EJECUTIVO**

**TEMA:** “LOS PROCESOS PARA FORMACIÓN DE DEPORTISTAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO, MENTAL Y APTITUDINAL PARA COMPETENCIAS DEPORTIVAS-ATLÉTICAS EN LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DEL COLEGIO “DR. CAMILO GALLEGOS DOMÍNGUEZ“, DE LA CIUDAD DE LATACUNGA EN EL PERIODO 2009 - 2010.”

**AUTOR:** Salazar Córdova Paulo Mauricio.

**TUTORA:** Ing. Mg. Marcia Vásquez.

**Resumen:**

El propósito de esta tesis es dar a conocer a los protagonistas de la formación deportiva estudiantil de los diferentes colegios, universidades y entrenadores en general, tomen en cuenta pautas para análisis, comprobaciones de lo fundamental y necesario para el desarrollo físico, mental y aptitudinal para la participación en competencias atlético-deportivas.

La actualización del docente permite establecer procesos de planificación de la Unidad Didáctica y el Plan de Clase para formación del deportista, motivación en la participación, el entrenamiento sea de calidad y calidez y se forje en él y la estudiante el deseo de superación personal de cada uno de los involucrados en el hacer educativo, partiendo de la realidad escolar y social que es muy fundamental en el desarrollo de los estudiantes.

En la investigación realizada en la institución he palpado una realidad, que en la participación de los estudiantes en los eventos atlético-deportivos se presentan varias necesidades, comprendiendo que estas dificultades no permiten dar soluciones inmediatas para alcanzar las metas que se planifican.

Con estos datos de la investigación realizada se puede elaborar distintos propuestas, programas en los cuales se pueda dar una gran apertura para la participación estudiantil en diferentes disciplinas atlético-deportivas, no solo, en los segundos años de Bachillerato, sino también, en las diferentes categorías que se incluyen en éste nivel.

Esta dinámica permitirá la por una parte la integración de más estudiantes y por otra parte concretar fundamentos necesarios para el desarrollo del ser humano dentro de un ambiente escolar adecuado fundamentado en el Código de Convivencia Institucional, con enfoque derechos y responsabilidades de la comunidad educativa.



## INDICE GENERAL.

### CONTENIDO.

Pag.

Carátula

Aprobación del tutor del trabajo de investigación. ii

Autoría de la Investigación.

iii

Al Consejo directivo de la Facultad.

iv

Agradecimiento v

Dedicatoria

vi

Resumen ejecutivo

vii

Índice general

viii

Índice de Cuadros y Gráficos

ix

## CAPITULO I EL PROBLEMA

Introducción

01

Tema

04

Planteamiento del problema

04

Contextualización

04

<b>Análisis crítico</b>	
10	
<b>Prognosis</b>	
13	
<b>Formulación del problema</b>	
14	
<b>Interrogantes (sub-problemas)</b>	
14	
<b>Delimitación del problema</b>	
15	
<b>Justificación</b>	
17	
<b>Objetivos</b>	
19	
<b>Objetivo general</b>	
19	
<b>Objetivos específicos</b>	
19	

## **CAPITULO II MARCO TEÓRICO**

<b>Antecedentes investigativos</b>	
20	
<b>Fundamentación filosófica</b>	
22	
<b>Fundamentación Ontológica</b>	
23	
<b>Fundamentación -Epistemológica</b>	
25	

<b>Fundamentación Axiológica</b>	<b>27</b>
<b>Fundamentación Legal</b>	<b>28</b>
<b>Características fundamentales</b>	<b>29</b>
<b>Fundamentación teórica</b>	<b>30</b>
<b>Conceptos generales</b>	<b>46</b>
<b>Hipótesis</b>	<b>51</b>
<b>Señalamiento de variables</b>	<b>51</b>

### **CAPITULO III MARCO METODOLÓGICO**

<b>Modalidad Básica de Investigación</b>	<b>52</b>
<b>Niveles o Tipos de Investigación</b>	<b>52</b>
<b>Población y Muestra</b>	<b>55</b>
<b>Operacionalización de variables</b>	<b>56</b>
<b>Variable independiente:</b>	<b>56</b>
<b>Variable dependiente:</b>	<b>57</b>
<b>Plan operativo de investigación o plan de recolección de datos</b>	<b>58</b>
<b>Recolección de la información</b>	<b>61</b>
<b>Plan de procesamiento de la información</b>	<b>62</b>

### **CAPÍTULO IV**

## **ANÀLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS**

**Análisis de los resultados (observaciones, test, entrevistas y encuestas)**

**64**

**Interpretación de datos (encuestas, entrevistas)**

**82**

**Verificación de hipótesis**

**83**

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

**Conclusiones**

**88**

**Recomendaciones**

**89**

## **CAPITULO VI**

### **LA PROPUESTA**

**Tema**

**90**

**Antecedentes de la propuesta**

**91**

**Justificación**

**93**

**Objetivos**

**94**

**Objetivo general**

**94**

**Objetivos específicos**

**94**

<b>Análisis de factibilidad</b>	
95	
<b>Fundamentación</b>	
95	
<b>Metodología</b>	
103	
<b>Administración</b>	
108	
<b>Previsión de la evaluación</b>	
109	
<b>Bibliografía</b>	
110	
<b>Anexos</b>	
112	

## **INDICE DE CUADROS Y GRÁFICOS.**

### **CUADROS.**

<b>Cuadro 1</b>	
07	
<b>Cuadro 2</b>	
08	
<b>Cuadro 3</b>	<b>Niveles o tipos de investigación</b>
52	
<b>Cuadro 4</b>	<b>Variable independiente</b>
56	
<b>Cuadro 5</b>	<b>Variable dependiente</b>
57	

<b>Cuadro 6</b>	<b>Plan Operativo de investigación</b>
<b>58</b>	
<b>Cuadro 7</b>	<b>Test de observación</b>
<b>65</b>	
<b>Cuadro 8</b>	<b>Respuestas a las encuestas</b>
<b>82</b>	
<b>Cuadro 9</b>	<b>Frecuencias observadas</b>
<b>84</b>	
<b>Cuadro 10</b>	<b>Frecuencias esperadas</b>
<b>85</b>	
<b>Cuadro 11</b>	<b>Verificación</b>
<b>85</b>	
<b>Cuadro 12</b>	<b>Planificación del presupuesto</b>
<b>95</b>	
<b>Cuadro 13</b>	<b>Plan propuesta seminario</b>
<b>104</b>	
<b>Cuadro 14</b>	<b>Determinación de actividades</b>
<b>108</b>	
<b>Cuadro 15</b>	<b>Seguimiento y evaluación</b>
<b>109</b>	

## **GRÁFICOS.**

<b>Gráfico del Árbol de problemas.</b>	<b>10</b>
<b>Gráfico de las categorías fundamentales.</b>	<b>29</b>
<b>Gráficos de los aspectos que promueven la motivación</b>	<b>42</b>
<b>Gráficos del análisis de las encuestas</b>	<b>73</b>
<b>Gráfico de la Interpretación de los resultados</b>	<b>82</b>
<b>Gráfico de la Campana de Gauss.</b>	<b>86</b>
<b>Croquis de la ubicación de Colegio.</b>	<b>112</b>
<b>Fotografías.</b>	<b>117</b>

## **INTRODUCCION**

El presente trabajo de investigación tiene temas muy importantes que deben ser interiorizados por los educadores de Cultura Física, ya que hay que rescatar sus valores y fortalecer el desarrollo físico, el fortalecimiento del sistema muscular, elevar el autoestima, forjar la personalidad del

deportista siendo estas prioridades de los docentes para que permitan a los estudiantes prepararse y así participar en competencias deportivas intercolegiales o en representación de la provincia.

La tesis previa a la obtención del título de le Licenciado en Ciencias de la Educación está organizada en 6 partes:

El primer Capítulo, está formado por los preliminares pertinentes a todo trabajo de investigación, que sirven de referencia para la comprensión de la misma.

El Segundo Capítulo, constituye el marco referencial que consta de las partes básicas para el desarrollo del tema de investigación como son: el tema y su incidencia en la formación de los deportistas del colegio Dr. Camilo Gallegos Domínguez de la ciudad de Latacunga, la contextualización en el macro, meso y micro, la misión y la visión que corresponden a la investigación; la formulación del problema, la prognosis, las justificación desde la óptica de la institución, del investigador y la sociedad, los objetivos que orientan la presente investigación y la elaboración de la propuesta con la que concluye la presente tesis.

El Tercer Capítulo, constituye el marco teórico que ofrece información importante sobre: los antecedentes pertinentes a la investigación como es la ubicación del área de acción, es importante conocer la biografía del Dr. Camilo Gallegos Domínguez patrono del establecimiento, su vida pública en beneficio de los ciudadano y ciudadanas ecuatorianos/as, y una síntesis histórica de mi provincia de Cotopaxi y de la ciudad de Latacunga. Toda investigación de este tipo requiere de una



fundamentación teórica en lo filosófico, ontológico, epistemológico, axiológico, legal, porque está dirigido a la formación de deportistas, es el ser humano en su formación por ello, es necesaria, de la misma manera, en este aspecto teórico, las conceptualizaciones de pedagogía, didáctica, psicología del deporte y social, es decir de las ciencias de la educación. El sistema de hipótesis: general operacionales, así también, el sistema de variables dependientes e independientes que en el capítulo respectivo haré el análisis correspondiente.

El Capítulo Cuarto ofrece la información realizada sobre los procesos de formación que realizan el profesor de cultura física en el Colegio Nacional Técnico Dr. Camilo Gallegos D., con el objetivo de alcanzar mejores resultados competitivos, constando aquí los resultados de aplicación del instrumento tales como: Test de desarrollo de habilidades motrices, encuestas a los estudiantes de acuerdo al tema planteado, así también las entrevistas efectuadas a los miembros de COBE y docente del área de Cultura Física determinando el proceso de la investigación con sus tablas, y representaciones gráficas que demuestran la verificación de la hipótesis en la que se evidenciara “La carencia de procesos para formación de deportistas donde SI afecta el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas en los Segundos Años de Bachillerato.

El Quinto Capítulo constituye las conclusiones mismas que manifiestan la necesidad de la planificación didáctica orientada a la formación de deportistas para participar con éxito en las competencias deportivas, como también la ausencia de trabajo en equipo, el poco interés institucional por sus deportistas; recomendaciones que evidencia la necesidad de aplicar procesos de formación de deportistas en la

planificación didáctica, que responda a un modelo educativo de Cultura Física. La bibliografía y los anexos correspondientes al informe.

El Sexto Capítulo constituye la oferta que pretende describir la propuesta de innovación pedagógica en el área Cultura Física en la formación de deportistas mediante la aplicación de una adecuada planificación de la Unidad Didáctica y el Plan de Clase, y los fundamentos de estos instrumentos, para las competencias y la vida siendo el atletismo y la gimnasia, los puntos específicos a desarrollar para así alcanzar los niveles necesarios para la participación en competencias deportivas y de esta manera buscar soluciones a las dificultades que se presentan en la actualidad.

## **CAPITULO I**

### **EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN.**

#### **1.1. TEMA:**

“LOS PROCESOS PARA FORMACIÓN DE DEPORTISTAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO, MENTAL Y APTITUDINAL PARA COMPETENCIAS DEPORTIVAS-ATLÉTICAS EN LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DEL COLEGIO “DR. CAMILO GALLEGOS DOMÍNGUEZ“, DE LA CIUDAD DE LATACUNGA EN EL PERIODO 2009 - 2010.”

## **1.2.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

### **1.2.1.- CONTEXTUALIZACIÓN.**

“La Formación Deportiva, conocida también como Cultura Física, establece una relación muy estrecha entre la Educación y el Deporte como componentes esenciales de los sistemas de educación. En la antigua Grecia, Roma y Egipto, la Cultura Física ocupaba gran parte del tiempo dedicado a la educación integral de niños y jóvenes; este modelo se difundió al igual que las artes y las ciencias y, con el pasar del tiempo abarcaron todos los continentes; a mitad del Siglo XX, los sistemas educativos de los países socialistas, al igual que Francia, la Alemania del Este o socialista y de Occidente incluían la Formación Deportiva dentro de su sistema escolar. En América: Cuba y Brasil adoptaron este modelo para sus programas escolares de orden nacional y desde el año 2000, Venezuela fortaleció la Formación Deportiva en sus programas escolares con su reforma Educativa Nacional.

Una de las formas más comunes de hacer referencia a objetivos educacionales, es en términos de lo que se pretende que un individuo pueda alcanzar a través de la acción educadora: la construcción de

conocimientos, el desarrollo de habilidades, la formación de hábitos y actitudes, la internalización de valores, entre otros.

A través de los años, en forma muy relacionada con las características y la evolución de los grupos sociales, algunos de los posibles logros antes mencionados han ido ocupando el foco de atención. Durante un largo periodo, la adquisición de conocimientos fue considerada como el objetivo prioritario de la acción educativa, de tal manera que, la mayoría de los programas de formación, en esa época, fueron contruidos con base en una lógica de inclusión y organización de los contenidos para enseñanza y aprendizaje.”<sup>1</sup>

Los diversos desempeños en los que se manifiesta el desarrollo de una habilidad pueden ser designados como competencias, pero estas últimas no constituyen la habilidad en sí, únicamente la evidencian. Alcanzar cierto nivel de calidad en un tipo de desempeño, puede designarse, como haber alcanzado determinado nivel de competencia para una tarea o grupo de tareas específicas.

“El desarrollo de habilidades tiene como característica, la posibilidad de transferencia en el sentido en que una habilidad no se desarrolla para un momento o acción determinados, sino, que se convierte en una cualidad, en una forma de respuesta aplicable a múltiples situaciones que comparten esencialmente la misma naturaleza; de allí que, se habla, de habilidades desarrolladas por un individuo configuran una forma peculiar de resolver tareas o resolver problemas en áreas de actividad determinada.”<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> WWW.PROCESOSFORMATIVOS/Deportes/evolución.cfm

<sup>2</sup> <http://educar.jalisco.gob.mx/06/6habilidad.html>

## **MACRO**

“El Comité Olímpico Ecuatoriano, en uso de sus funciones y teniendo como objetivo primordial, el bienestar de los deportistas, puso en funcionamiento el Centro Olímpico de Alto Rendimiento (COAR)”.

Las actividades “técnico, científicas”, que se realizan diariamente, están encaminadas a conocer exhaustivamente, la aptitud física y nivel de entrenamiento de los atletas seleccionados a representar a nuestro país, en justas deportivas internacionales.

Los entrenadores con este objetivo ejecutan varios ciclos de preparación para la participación en los: “Bolivariano, Sudamericano, Panamericano y Olímpico”. En cada uno de ellos se realizan estudios programados de acuerdo al deporte y al período de entrenamiento.<sup>3</sup>

“La firma de convenios con instituciones nacionales como el Instituto Nacional de Higiene y Medicina Tropical, nos permite homogenizar y estandarizar metodología internacional y así entrar en el campo de la publicación en medios de difusión científica.”<sup>4</sup>

## **MESO**

---

<sup>3</sup> [www.ecuadorcoe.org.ec](http://www.ecuadorcoe.org.ec)

<sup>4</sup> [WWW.DEPORTEYSALUD.COM](http://WWW.DEPORTEYSALUD.COM)

Siendo Latacunga una de las ciudades en las que un mínimo número de deportistas son preparados para competencias en representación de Cotopaxi, según la FEDECOTOPAXI nos muestra que son pocos los participantes en la diferentes disciplinas.

**Cuadro 1:** Relación numérica delegaciones de FEDECOTOPAXI.

DEPORTES	Total Delegación	Nº Deportistas	Personal Técnico/Dirigentes
AJEDREZ	6	4	2
ATLETISMO	9	7	2
JUDO	5	3	2
NATACIÓN	5	4	1
LUCHA	6	4	2
CICLISMO	10	7	3
Dirigentes/Peñal de Apoyo	7		
<b>TOTALES POR DIA</b>	<b>48</b>	<b>29</b>	<b>12</b>

**Fuente.-** [www.fedecotopaxi.com](http://www.fedecotopaxi.com)

**Cuadro 2:** Resumen general de medallas obtenidas FEDECOTOPAXI.

NOMBRES DEPORTISTAS	DEPORTE	PRUEBA	ORO	PLATA	BRONCE	TOTAL
JÉSICA ALMACHI	ATLETISMO	2000 Mts Planos		1		1
MARY GRANJA	ATLETISMO	2000 Mts Planos			1	1
ESTEFANÍA CHICAIZA	CICLISMO	Prueba de Habilidad			1	1
		3000 Mts Velocidad		1		1
		Contra Reloj Individual		1		1
		Prueba de RUTA	1			1
MATÍAS MERINO	LUCHA		1		1	
JUAN MERINO	LUCHA		1		1	
<b>TOTAL MEDALLAS</b>			<b>1</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>

**Fuente.-** [www.fedecotopaxi.com](http://www.fedecotopaxi.com)

## **MICRO**

*El colegio Dr. Camilo Gallegos Domínguez de la ciudad de Latacunga, son pocos los estudiantes que participan sin una debida preparación y por ende los resultados no son satisfactorios, debido a que son diferentes disciplinas en que tienen que participar y su nivel de preparación no considero adecuada para participar en los juegos intercolegiales, en este caso tienen un solo entrenador para las diferentes disciplinas y tiene que incluso dirigir a todas las categorías.*

*Debido a esto, mi deseo es, realizar una investigación en la que demuestre, los cambios que se pueden obtener al ejecutar los procesos de formación de deportistas con los estudiantes del 2do Año de Bachillerato dando gran apertura a ideas personales de cada uno de los estudiantes y a aplicar innovaciones pedagógicas, así, por medio de ellos despertar el interés a los demás por la práctica del deporte y atletismo e integrar a estos procesos a otros paralelos o cursos en los que ningún estudiante querrá ser excluido.*

*En lo posterior participen en el programa más cursos y que se realice competencias internas en las que permita demostrar las habilidades y destrezas que los estudiantes tienen y, así prepararlos para que participen en competencias intercolegiales con mayor interés y nivel de preparación en las distintas disciplinas.*

*En el colegio “Dr. Camilo Gallegos D.” son pocos los estudiantes que participan en las competencias intercolegiales y ponen de manifiesto sus capacidades, destrezas pero pocas oportunidades de obtener triunfos,*

*porque, no existe, el interés por parte de los profesores por preparar a los estudiantes, dejando pasar por alto, el talento deportivo que cada uno de ellos y ellas tiene, en (físico fuerza y resistencia, sino también, mente concentración, retención, resistencia, aptitudes destrezas y habilidades cognitivas) ya que no solo pueden ser los deportes tradicionales en los que los estudiantes puedan participar sino en deportes de concentración como ajedrez.*

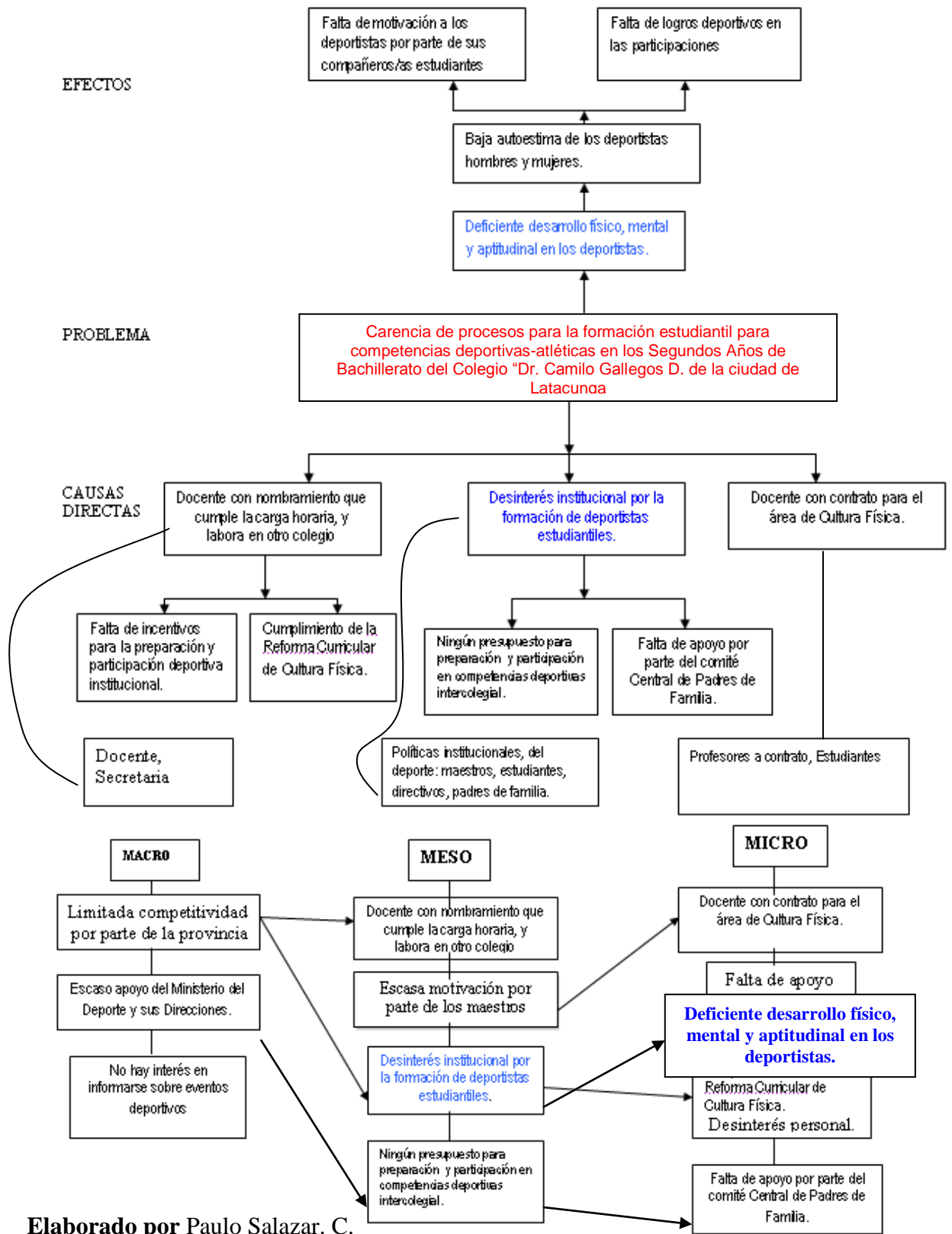
*Debido a este desinterés institucional y docentes, del Comité de Padres de Familia muchos de los estudiantes de esta institución buscan otras maneras de pasar el tiempo en ocupaciones poco productivas para su edad y objetivos de la sociedad.*

*El apoyo moral de los maestros de las diferentes asignaturas para los deportistas es fundamental, pero no es evidente, esto no quiere decir que el estudiante no cumpla con el perfil académico que corresponde, de la misma manera, el Comité Central de Padres de Familia debe apoyar la participación estudiantil con una meta que es descubrir hombre y mujeres deportistas de alto nivel y ser un aporte para la institución.*



## 1.2.2.- Análisis crítico.

Gráfico 1 Árbol del Problema



*Interesado en descubrir las causa y efectos de los procesos de formación deportiva que se realiza con los estudiantes para participar en competencias atléticas-deportivas, me lleva a realizar la presente investigación para descubrir cuáles son las técnicas de enseñanza útiles para mejorar y desarrollar las habilidades de los y las estudiantes y que su práctica resuelva sus actitudes cotidianas, sus problemas de motricidad y también los de la parte emocional.*

**VISIÓN.-** *Con la investigación deseo desarrollar una propuesta que permita ser mejor entrenador deportivo, como ser humano profesional de la Cultura Física, permitir el crecimiento de las personas con las que trabaje en lo social, cultural y deportivo, basándome en normas ya establecidas de control y planificación, generando espacios de investigación y aplicando lo establecido, o seleccionando la mejor alternativa en la formación de personas felices e integras, con conciencia social y capacidades para triunfar.*

*Ser una institución que forme parte y contribuya al desarrollo de los estudiantes para poder alcanzar grandes logros en las competencias y desarrollar las capacidades: físicas, intelectuales, espirituales y aptitudinales para que por medio de la integración armónica sirvan en su formación integral, de su cuerpo y su alma.*

**MISIÓN.-** *El entrenador , docente, el supervisor de Cultura Física tienen en mente obtener grandes resultados en competencias atléticas-deportivas formando a estudiantes por medio de la Planificación de la Unidad Didáctica, Plan de clase, instrumentos curriculares que deben contener procesos sistemáticos que permitan la motivación, conocimientos y el cultivo de valores, fortaleciendo las virtudes, el*

*autoestima del deportista, capacidades y habilidades de nuestros jóvenes, sustentados en la calidad de innovación, la tecnología y la participación de la familia.*

*Formar jóvenes con todo tipo de capacidades y habilidades para tener una vida sana en donde la actividad deportiva y recreativa sea un instrumento de felicidad.*

### **1.2.3.- PROGNOSIS.**

*Personalmente creo que la realización de esta investigación tiene un objetivo fundamental centrado en conocer la realidad institucional, a partir de ella para plantear la propuesta de proceso para la formación de deportistas. Misma que contribuye a brindar las oportunidades señores y señoritas estudiantes que tiene las condiciones innatas para ser deportistas de alto nivel, y dejar en alto el nombre de la institución e inclusive dar la importancia al talento deportivo en diferentes disciplinas deportivas que posee la institución.*

*Generando espacios de importancia a la práctica adecuada del deporte al igual que a la Matemática, esto significa, dar la importancia y apertura a la presencia masiva de estudiantes de los dos sexos a que participen y demuestren sus capacidades deportivas para competencias, y peor aún desaprovechar a los talentos que puedan representar a la provincia, formando parte del progreso de la comunidad con estímulos que propaguen el deseo de hacer deporte y formar parte de un equipo.*

*Con esto, pretendo que sean más los cursos o niveles que participen y por ende obtener grandes resultados en cuanto la participación en las competencias intercolegiales que se realizan en la provincia.*

#### **1.2.4.- FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.**

##### **PROBLEMA.**

*¿Cómo incide el estudio de los procesos para la formación de deportistas en el Segundo Año de Bachillerato del Colegio “Dr. Camilo Gallegos D., en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias atléticas-deportivas de alto rendimiento?*

#### **1.2.5.- INTERROGANTES (SUBPROBLEMAS)**

*¿Qué procesos de formación de deportistas utilizan los profesores de Cultura Física para que los estudiantes se motiven a participar en competencias Intercolegiales?*

*¿Qué autoformación o capacitación poseen los profesores de Cultura Física para incidir en los estudiantes por la participación en los intercolegiales?*

*¿Qué formación profesional posee el o los profesores de Cultura Física para el entrenamiento profesional de los estudiantes?*

*¿Cuál es la frecuencia del o de los profesores de Cultura Física que asiste a eventos de capacitación específica en la que trabaja?*

### **1.2.6.- DELIMITACIÓN DE OBJETO DE INVESTIGACIÓN.**

**CAMPO:** Deportivo.

**ÁREA:** Cultura Física.

**ASPECTO:** Participación en competencias atlético-deportivas.

**TÉMA:**

“LOS PROCESOS PARA FORMACIÓN DE DEPORTISTAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO, MENTAL Y APTITUDINAL PARA COMPETENCIAS DEPORTIVAS-ATLÉTICAS EN LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DEL COLEGIO “DR. CAMILO GALLEGOS DOMÍNGUEZ“, DE LA CIUDAD DE LATACUNGA EN EL PERIODO 2009 - 2010.”

**PROBLEMA:**

Carencia de procesos para la formación estudiantil para competencias deportivas-atléticas en los Segundos Años de Bachillerato del Colegio “Dr. Camilo Gallegos D. de la ciudad de Latacunga

### **DELIMITACIÓN ESPACIAL:**

El presente trabajo de investigación centra su atención en el Estudio de los procesos para la formación de deportistas en los Segundos Años de Bachillerato del Colegio “Dr. Camilo Gallegos D. y su incidencia en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas, se realizara en el periodo lectivo 2009 2010.

### **DELIMITACIÓN TEMPORAL:**

Este problema va a ser estudiado en el período comprendido de febrero 02 a febrero 28 del 2010

### 1.3.- JUSTIFICACIÓN.

*El desarrollo físico, mental y aptitudinal constituye uno de los **objetivos prioritarios** en la formación del deportista desde las etapas de iniciación hasta la consecución del alto rendimiento.*

*Es importante que el docente de cultura física que trabaja con los estudiantes del Segundo Año de Bachillerato se nutra de los conocimientos actualizados en lo relacionado a Pedagogía, Psicología deportiva, Psicología social, Didáctica especial de Cultura Física, liderazgo estudiantil cuyo objetivo es llegar con el mensaje claro a los y las adolescentes permitiendo una comunicación muy fluida y como de fruto esta se desarrolle una empatía.*

*Mis aspiración es de contribuir con la elaboración de un programa de formación de deportistas en la institución en la que me gradué de Bachiller para que exista mayor interés en formar parte de competencias para integrar más estudiantes que representen al establecimiento y si es posible cubrir todas las disciplinas según las categorías para así dejar muy en alto el nombre de la institución en las competencias intercolegiales, dotando de conocimiento a los estudiantes y a los maestros en diferentes formas de desarrollar procesos en los que forman personas emprendedoras por medio del deporte y el convivir colectivo.*

*El aporte de este trabajo de investigación, es importante para la sociedad y en los momentos que vive la adolescencia en medio de conflictos en el **mal uso del tiempo libre**, esta propuesta de estudios de los procesos de formación de deportistas que utilizan los profesores de Cultura Física para*



*que los estudiantes se motiven a participar en competencias Intercolegiales permitirá en el futuro, formar a los y las estudiantes en lo relacionado a la práctica deportiva y de valores, ellos y ellas, serán personas que se destaque como líderes en sus comunidades locales y en el plantel al que pertenecen, de esta manera, logrando un gran desarrollo personal.*

*El presente trabajo de investigación recopila información pedagógica, didáctica, fisiológica del organismo del deportista, es decir, se fundamenta en la investigación bibliográfica y, de campo en el momento de elaborar el programa de formación de deportistas destinados a participar en las competencias intercolegiales, y la utilización de un método y técnicas para procesar la información obtenida como resultado del trabajo.*

## **1.4.- OBJETIVOS**

### **1.4.1.- OBJETIVO GENERAL**

*Implementar los procesos para la formación de deportistas en los Segundos Años de Bachillerato del Colegio “Dr. Camilo Gallegos D. y ver su incidencia en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas.*

### **1.4.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- *Determinar la necesidad de la aplicación de los procesos de formación deportiva.*
  
- *Identificar el nivel de calidad de los procesos para la formación de deportistas en el colegio aplicado a los estudiantes del Segundo de Bachillerato.*
  
- *Elaborar un programa educativo destinado a la formación de deportistas para dotarles de conocimientos, motivaciones, elevar el autoestima para la participación en las competencias atlético-deportivas.*

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO.**

#### **2.1.-ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.**

##### **2.1.1.-UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL AREA DE INVESTIGACIÓN.**

El Colegio "Dr. Camilo Gallegos D. se encuentra ubicado en la ciudad de Latacunga provincia de Cotopaxi, en la Panamericana Norte Km1 Hacienda San Gabriel vía a la Ciudad de Quito.

##### **2.1.2.-BIOGRAFÍA DEL DR. CAMILO GALLEGOS DOMÍNGUEZ.**

"Nace el 9 de Junio de 1939, en la ciudad de Latacunga; hijo del distinguido jurisconsulto Dr. Camilo Gallegos Toledo y de Doña Elisa Domínguez, sus estudios primarios lo realiza en la escuela "San José la Salle", luego ingresa a la Academia Militar "Ecuador ", continuando sus estudios superiores en la Pontificia Universidad Católica de Quito para luego realizar un Postgrado en Washington (O.E.A). Los cargos desempeñados fueron:

Consejero Provincial de Pichincha, Vicepresidente del Congreso Nacional. Profesor de la PUCE, Profesor de la ESMIL, Miembro de la Comisión de

Asuntos Constitucionales, Ministro de Educación y Cultura del Ecuador en el Gobierno del Ing. Febres Cordero”<sup>5</sup>

### **2.1.3.- SÍNTESIS HISTÓRICA DE LA PROVINCIA DE COTOPAXI.**

“La provincia de Cotopaxi se llamó en el pasado provincia de León. Antes de la venida de los españoles, su territorio estuvo habitado por diversas parcialidades indígenas que entraron por olas migratorias. Algunos arqueólogos como Max Uhle, Jacinto Jijón y Zúñiga consideran que la civilización primitiva que llegó a la región fue la protopanzalea de descendencia chibcha.

Otras olas migratorias serían la de los Cayapas-Colorados procedentes de Centroamérica, los Atacameños, los Quijos procedentes del Oriente y que habrían formado los cacicazgos independientes de Tacunga, Mulliambato y Píllaro, Quizapincha y otros. En la etapa preincaica, la zona fue muy poblada y cuando llegó la invasión cuzqueña la composición étnica fue alterada una vez más por la presencia de mitimaes que poblaron varias comarcas por decisión del Inca.

Inicialmente los tacungas se defendieron de la invasión incaica pero gracias a la política hábil de Huayna-Cápac y al mestizaje, depusieron su resistencia para más tarde oponerse valientemente a los conquistadores españoles. Sin embargo, algunas tribus luego de sangrientas luchas contra los incas se dispersaron a Sigchos, Angamarca y zonas orientales.

---

<sup>5</sup> <http://www.camilogallegosdominguez.edu.ec>

Antes de la llegada de los españoles, Latacunga era un tambo incaico y esta condición la mantuvo después de la conquista. La tradición cuenta que Huayna-Cápac al recibir a los mitimaes trasplantados a esta región, les dijo: "Lacta cunani" que quiere decir: "Os entrego esta tierra", de donde provendría el nombre de la población."<sup>6</sup>

#### **2.1.4.- SÍNTESIS HISTÓRICA DE LA CIUDAD DE LATACUNGA.**

“Desde el comienzo de la Colonia empezó el reparto del territorio entre los conquistadores y se estableció el régimen de encomiendas, mitas y trabajo forzado en los obrajes. El reparto de tierras se lo realizó desde Quito pues el Corregimiento de Latacunga formaba parte de la Real Audiencia con el nombre de San Vicente Mártir. Es incierta la fecha de fundación española de la ciudad de Latacunga. Algunos investigadores consideran que el Asiento de Latacunga tuvo formación el año 1573 en que el visitador Licenciado Cárdenas hace las reducciones de pueblos. Después de ello, en 1580 se funda la Capellanía de San Vicente Mártir de Latacunga y se consolidaría la vida jurídica de la actual ciudad de Latacunga. Muy temprano en la Colonia, el año 1564 se estableció un obraje en Latacunga por su cacique principal, don Sancho Hacho. También durante la Colonia se establecieron los marquesados de Villa Orellana, de Maenza, de Miraflores. Esta zona fue codiciada por la nobleza de Quito.”<sup>7</sup>

#### **2.2.- FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA.**

*El deporte, la lúdica es una actividad humana que permite el desarrollo físico, intelectual y de interacción social y permite un intercambio cultural, dado que en esencia el hombre es un ser social.”*

---

<sup>6</sup> <http://www.explored.com.ec/ecuador>

<sup>7</sup> <http://www.explored.com.ec/ecuador>

*Este proyecto está enfocado a una mejor ejecución de los procesos de formación deportiva para competencias atléticas-deportivos donde vamos a conocer y desarrollar las capacidades, destrezas, habilidades y conocimiento de nuestros estudiantes.*

***Este proceso de formación deportiva lo conformaran:*** los estudiantes, el profesor o entrenador, la administración deportiva, padres de familia de los atletas, los comunicadores sociales deportivos (Departamento de Orientación y Bienestar Estudiantil DOBE).

*La ética del deporte utiliza la axiología (ciencia de los valores) para definir el principio de lo positivo o negativo en toda manifestación de cada uno de los subsistemas componentes del deporte.*

### **2.2.1.- FUNDAMENTACIÓN ONTOLÓGICA.**

*El compromiso con una formación de deportistas para competencias que se preocupa de los distintos ámbitos de la vida cotidiana del ser humano, señala la importancia de establecer criterios unificados sobre el para qué y el cómo involucrarla en los diversos sectores de actividad humana.*

*En este sentido el profesor detecta los obstáculos que interfieren en su desempeño, con el propósito de mostrarle lo que no ve y conducirá los estudiantes a emprender las acciones que los lleven a alcanzar los niveles de desarrollo óptimo a los que se aspira, de esta manera transformar la realidad que considera negativa.*

*Sólo así serán capaces de lograr altos niveles de desempeño para la participación en competencias. La tarea fundamental del profesor es precisamente la de facilitar, motivar, demostrar, guiar, orientar dotar de conocimientos científicos y disolver aquellos obstáculos que limitan la clase en el aprendizaje.*

Como enfoque los profesores de Cultura Física utilizan una novedosa concepción basada en el rol que asumen el profesor en definir tanto el carácter y dificultad de la conducta deportiva como sus posibilidades de éxito.

**Esta propuesta incluye dos pilares éticos fundamentales:**

- 1.- la confianza y el respeto mutuo. Son condición de la efectividad, de la productividad de los estudiantes seleccionados a participar en competencias deportivas.
- 2.- Surgen para hacer más efectiva, permiten que surja el compromiso con el desempeño y los resultados.

En vez de enseñar, el profesor facilita al estudiante a que aprenda de sí mismo. En este sentido, el proceso requiere básicamente de los siguientes 6 pasos:

- 1.- **Observar** - La observación será fundamental para que el profesor encuentre soluciones. A través de la observación de los paradigmas, *enfoques del deporte, estilos de aprendizaje*, creencias y conductas que se desarrollan, los estudiantes podrán elegir entre nuevas alternativas que le apoyen a construir los resultados que se busca.
- 2.- **Toma de conciencia** - La observación permite la toma de conciencia, básicamente acerca de nuestro poder de elección. El profesor centrará a los estudiantes en las elecciones que toma y las consecuencias que ellas crean, brindándole herramientas específicas para elegir con mayor efectividad y elegir conscientemente.
- 3.- **Determinación de objetivos** - Es esencial para todo proceso de formación deportiva, el contar con objetivos claramente definidos. Este será el paso crucial hacia la obtención de los mismos y servirá

de guía *emitir juicios de valor* para la toma de decisiones y acciones *que buscan corregir los fracasos y mantener los éxitos*.

**4.- Actuar** - Una vez reunida toda la información, hay que actuar de una forma sostenida en el tiempo. El profesor acompañará de cerca este proceso superando las dificultades que suelen aparecer en la puesta en práctica.

**5.- Medir** - En todo momento es imprescindible comprobar si nos acercamos o nos alejamos del objetivo marcado. Esto permitirá tomar acciones correctivas y así contribuir a la obtención de los logros buscados.

**6.- Acción comprometida** - Todo proceso como entrenador concluye con una acción comprometida alineada con el plan de acción establecida previamente entre el profesor y los estudiantes.<sup>8</sup>

### **2.2.2.- FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA.**

La epistemología se ocupa de la definición del saber y de los conceptos relacionados *con el conocimiento*, de las fuentes, los criterios, los tipos de conocimiento posible y el grado con el que cada uno resulta cierto; así como la relación exacta entre el que conoce y el objeto conocido.

El deporte identificado con la Motricidad se caracterizaría como un proceso de intervención que condiciona sus resultados a los efectos derivados de la experiencia de una capacidad motriz. El resto de los instrumentos o fórmulas didácticas no serán sino recursos eficaces para potenciar este proceso de estructuración que será identificado en función del compromiso conceptual desde el que se entiendan los dos referentes

---

<sup>8</sup> Bonilla V. Carlos. Pedagogía y cultura física. Editorial Kinesis



fundamentales del proceso de adquirir experiencias como: el cuerpo, *espacio-tiempo* y el movimiento.

Epistemología y Enseñanza del deporte se convoca como un espacio de encuentro para la discusión de quienes desde diferentes campos de acción participan en el desarrollo teórico, práctico y político del deporte.

La convocatoria a la reflexión en torno a la posibilidad de una epistemología del deporte se produce en un contexto de desarrollo de proyectos de investigación, experiencias pedagógicas, reformas curriculares y multiplicación de prácticas corporales y actividades físicas, lúdicas y deportivas, *valores, habilidades cognitivas*, que irrumpen como hechos de la cultura contemporánea en la que se juegan proyectos de instrumentalismo o emancipación del ser humano.

Desde la visión expuesta, la Epistemología y Enseñanza de los deportes, potencia la investigación epistemológica como condición para la producción de conocimientos disciplinares que transformen procesos de enseñanza, la visión social y el diseño de políticas públicas, que contribuyan a estrategias transformadoras, como por ejemplo, el Plan Nacional de Desarrollo de la Educación Física y El Deporte cuyo concepto fundamental es la relación del conocimiento con la construcción social. *No puede ser de otra manera ya que el hacer conocimiento es una construcción social donde intervienen los mediadores culturales como son los miembros de la familia, barrio o comunidad, la misma sociedad con sus necesidades insatisfechas.*

El ser humano, como todo ser vivo, no es un agregado de elementos yuxtapuestos; es un todo integrado que constituye un supra sistema dinámico, formado por muchos subsistemas perfectamente coordinados: el subsistema físico, el químico, el biológico, el psicológico, el social, el cultural, el ético-moral y el espiritual. Todos juntos e integrados constituyen la personalidad, y su falta de integración o coordinación desencadena procesos patológicos de diferente índole: orgánica,

psicológica, social, o varias juntas. Por ello, la complejidad y unicidad de la persona requiere también una interpretación diferente del concepto de “ciencia”, con su fundamentación filosófica y rigurosa metodología.

### **2.2.3.- FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA.**

Trata sobre los valores de orden práctico, miran las acciones del hombre en cuanto proceden de su voluntad y no de la obra que llevan a cabo. Ellos determinan el valor de la persona humana, estos valores son relativos y cambiantes. Los valores que son en sí intrínsecos, se hacen instrumentales a través de la educación y así pasa a ser extrínsecos o socialmente valorables así, el valor una vez conseguido, le empuja a superarlo.

Los entrenadores y deportistas tenemos frente a la sociedad un papel importante que cumplir, hay un vínculo que es necesario construir juntos y es el de cooperar, participar, crear, respetar, solidarizarse, responsabilizarse por la actividad, hablar la verdad, buscar la justicia con el fin de alcanzar una calidad humanística de integridad y mostrar su incidencia de su accionar en el entorno.

#### **Debemos considerar a la práctica de valores:**

- Como un eje transversal dentro del proceso de formación deportiva o sesión de entrenamiento, *no como asignatura sino como práctica en la vida diaria tanto de deportistas como del entrenador.*
- Debemos considerar a la práctica deportiva como un compromiso moral, *y un grande espacio de convivencia social.*
- Como una voluntad social, sobre la búsqueda de identidad personal y *social de masas.*<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> REVISTA “PRACTICA DE VALORES DEPORTIVOS”, primera edición.

## **2.2.4.- FUNDAMENTACIÓN LEGAL.-**

### **SECCIÓN SEXTA**

#### **Cultura Física y tiempo libre.**

Art.- 381.- El estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; (...)

El estado garantizara los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetaran al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

Art. 382.- Se reconoce la autonomía de las organizaciones deportivas y de la administración de los escenarios deportivos y demás instalaciones destinadas a la práctica del deporte, de acuerdo con la ley

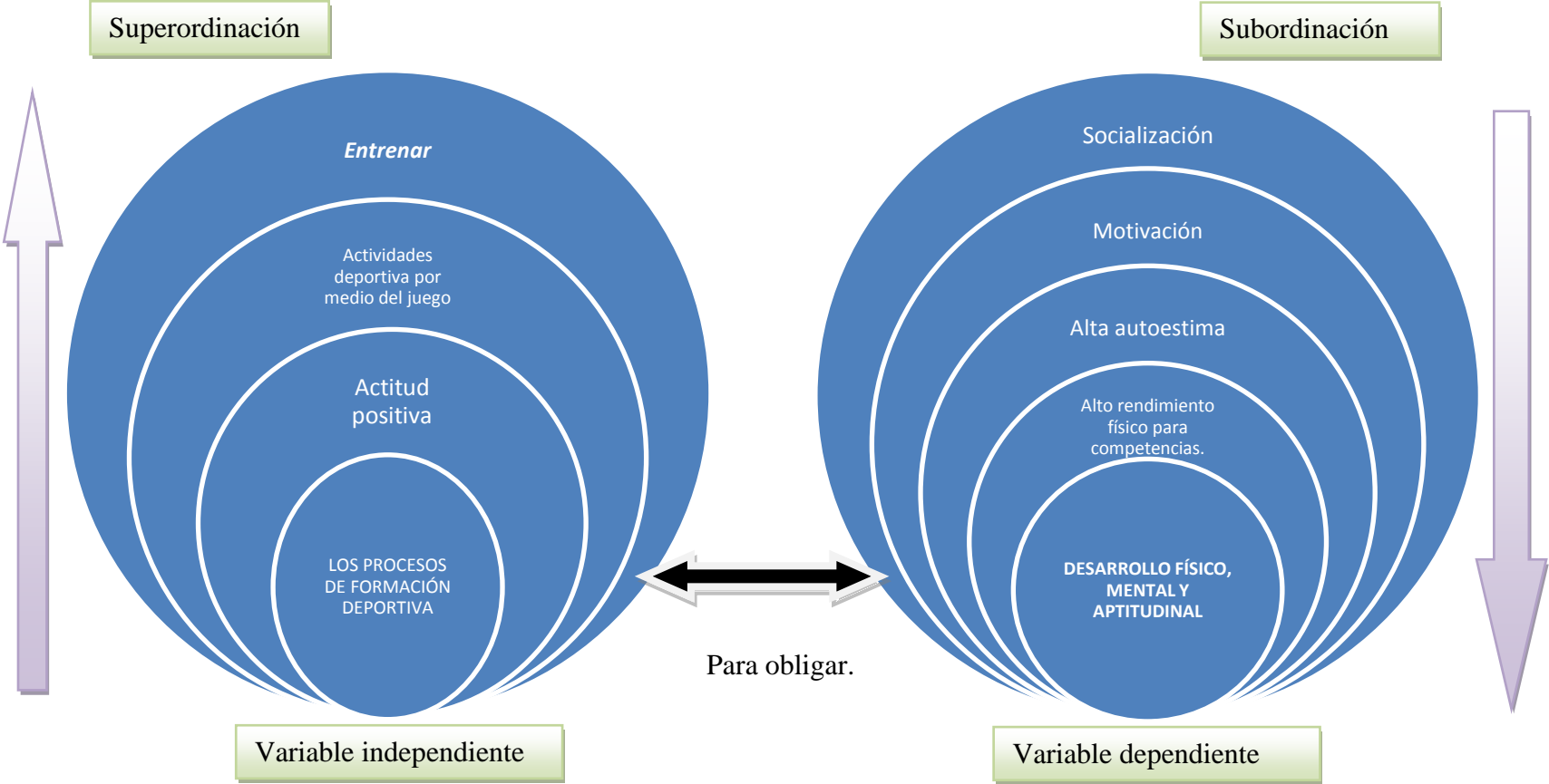
Art. 383.- se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup>*CONSTITUCIÓN DE LA REUBLICA DEL ECUADOR*

2.3.- CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

Gráfico 2.- Red de Inclusiones.



Elaborado por: Paulo Salazar C.

### **2.3.1.- FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.**

#### **2.3.1.1.- PROCESOS DE FORMACIÓN DEPORTIVA.**

Esto sugiere llevar al deportista de una situación inicial a una situación final esta perspectiva consiste en evaluar a los deportistas para analizar su proceso de formación y establecer las variables clave que los diferencia. A consecuencia de este cambio en la comprensión del talento, lo que se pretende es orientar el proceso de formación de deportistas en la fase de iniciación a los deportes colectivos. La iniciación deportiva debe encaminarse al desarrollo de patrones sociales, psicológicos, cognitivos y motrices. El tiempo necesario para aprender, éste en términos de cantidad empleado a un nivel apropiado de dificultad y la cantidad o variabilidad de las experiencias, son variables que marcan el éxito de la enseñanza y el aprendizaje.

La iniciación deportiva.- Como proceso general por el que el individuo se forma en uno o varios deportes, se fundamenta en la adquisición de los patrones sociales, cognitivo-motrices básicos sobre los que asentar el posterior aprendizaje de la toma de decisión y las habilidades motrices específicas de un deporte. En dicho desarrollo, la práctica deportiva desempeña una labor esencial en tanto que contribuye al progreso del ser humano.

### **2.3.1.2.- ACTITUD POSITIVA.**

La actitud positiva es la actitud mental adecuada en cualquier situación ayudándonos a resolver los problemas que puedan aparecer en nuestro camino.

La actitud que se toma frente a los problemas o sucesos que se presentan cotidianamente es finalmente la que determina la dimensión e importancia de los mismos, hay dos formas de ver el vaso: medio lleno y puedes alegrarte al observar la mitad llena o puedes preocuparte por la mitad vacía. Esto no es ni más ni menos que una cuestión de dos actitudes antagónicas: la positiva y la negativa. Sin dejar de ser realista o soñador, poder transformarse en una persona más positiva y creativa para vivir las circunstancias de una manera menos traumática y más relajada.

Una buena actitud positiva hace posible el ser exitoso. Le da la energía para poder seguir su propósito, crecer su potencial, y sembrar semillas que beneficien a otros. Pero también hace que el viaje sea más agradable en el camino sin importar a donde le lleve, *Ser positivo es una actitud que marca diferencia.*

#### **PODEMOS AGREGAR, QUE LAS PERSONAS POSITIVAS COMPARTEN SIETE CUALIDADES:**

- **Creer en sí mismos:** Herb True dijo: "Muchas personas tienen éxito cuando otros no creen en ellas. Pero muy rara vez una persona que no cree en sí misma alcanza el éxito". La primera característica de una

persona con una alta actitud positiva es que piensa positivamente en su valor personal. Cuando cree en sí mismo, es libre para verse bajo una luz objetiva y enfocarse en mejorar y alcanzar su potencial. Su imagen positiva es el pasaporte para el éxito en la vida.

- **Están dispuestos a ver lo mejor en los demás:** nunca se ha conocido una persona positiva que no aprecie a las personas y trate de ver lo bueno en ellas. Todos tenemos expectativas de los demás.

*Si constantemente esperamos ver cosas buenas en otros, es mucho más fácil tener una actitud positiva. Si los trata positivamente, la tendencia es que lo tratarán de la misma manera.*

- **Pueden ver oportunidades donde quiera:** el filósofo griego Plutarco, escribió: "Como las abejas extraen miel del tomillo, la más fuerte y seca de las hierbas, los hombres sensibles suelen sacar ventaja y provecho de las circunstancias más extrañas". Las personas con actitud positiva ven oportunidades en todo lugar. Entienden que son el resultado de una actitud correcta. La oportunidad existe donde usted la encuentra.
- **Se enfocan en las soluciones:** casi todas las personas pueden ver los problemas. Para ello no se requiere nada especial. La persona con actitud positiva tiene su mente puesta en las soluciones, ve una solución ante cada problema y una posibilidad en cada imposibilidad. Louis D. Brandéis, en honor a quien se puso nombre a la Universidad Brandéis, dijo una vez: "En este mundo, la mayoría de las cosas dignas de hacerse habían sido declaradas imposibles antes de que fueran hechas".

- **Desean dar:** Karl Menninger dijo, "Rara vez la gente generosa es gente mentalmente enferma". Y es raro que sea gente negativa. Dar es el más elevado nivel de vida. Mientras más da la persona, mejor su actitud. La diferencia no está en lo que usted tiene, está en lo que hace con lo que tiene.
- **Persistencia:** los sueños que se han hecho realidad son el resultado de personas que se aferraron a sus ambiciones. Se negaron a desanimarse. No permitieron que el desaliento les pusiera la mano encima. Los desafíos sólo los estimularon a un mayor esfuerzo.
- **Responsabilidad por sus vidas:** una persona de éxito entiende que nada positivo ocurre si no está dispuesto a dar un paso adelante y asumir plena responsabilidad por sus pensamientos y acciones. Sólo cuando usted es responsable por usted mismo puede mirarse con honestidad, evaluar sus puntos fuertes y sus puntos débiles, y comenzar a cambiar.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> <http://www.enbuenasmanos.com/articulos/muestra.asp?art=4>



### **2.3.1.3.- ACTIVIDADES DEPORTIVAS POR MEDIO DEL JUEGO**

El deporte y las actividades físicas individuales o por equipos constituyen instrumentos y vías de acceso importantes para alcanzar y abordar a los jóvenes.

El deporte fomenta la conciencia y el estado físico de los adolescentes a través de la experiencia individual de sus propios cuerpos y la actividad física. Normalmente, la actividad deportiva, que requiere momentos de gran esfuerzo y tensión que alternan con pausas de “merecida” relajación, da a los individuos una experiencia positiva que acrecienta su felicidad general y su sensación de bienestar. Además salud general, esto tiene sobre todo un impacto positivo en la seguridad y confianza en sí mismo de los adolescentes. El deporte mejora la condición física, y un cuerpo en buena forma física goza de la aprobación y el reconocimiento de la sociedad, haciendo que los jóvenes tengan una mejor imagen de sí mismos.

En general, el deporte ayuda a superar temores y tensiones y a resolver conflictos. La experiencia de saberse capaz de hacer algo bien y de tener una actividad recreativa sensata puede ayudar a los jóvenes que han dejado la escuela, y en especial a los desempleados, a no caer en subculturas criminales. En el trabajo con jóvenes discapacitados, el deporte ofrece una buena vía de acceso a temas delicados relacionados con el cuerpo y la sexualidad “Deporte terapéutico”. La actividad física y los logros deportivos no

sólo fomentan las habilidades motoras, sino que tienen también un impacto positivo en la confianza en sí mismo.<sup>12</sup>

#### **2.3.1.4.- ENTRENAR.**

Entrenamiento se refiere a la adquisición de conocimiento, habilidades, y capacidades como resultado de la enseñanza de habilidades vocacionales o prácticas y conocimiento relacionado con aptitudes que encierran cierta utilidad.

El entrenamiento físico es más mecánico: series planeadas de ejercicios desarrollan habilidades específicas o músculos con la intención de conseguir el máximo potencial en un momento determinado. Un tipo de entrenamiento es el entrenamiento fartlek, que es un tipo de entrenamiento flexible que puede ser adaptado a casi a cualquier atleta. Por otro lado, la evolución científica del entrenamiento para las personas de a pie ha llevado a la creación del denominado Entrenamiento Funcional<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> [www.DEPORTEYSALUD.COM](http://www.DEPORTEYSALUD.COM)

<sup>13</sup> <http://es.wikipedia.org/wiki/Entrenamiento>

### **2.3.1.5.- SOCIALIZACIÓN.**

Es un proceso de influjo entre una persona y sus semejantes, un proceso que resulta de aceptar las pautas de comportamiento social y de adaptarse a ellas.

Este desarrollo se observa no solo en las distintas etapas entre la infancia y la vejez, sino también en personas que cambian de una cultura a otra, o de un status social a otro, o de una ocupación a otra.

La socialización se puede describir desde dos puntos de vista: objetivamente; a partir del influjo que la sociedad ejerce en el individuo; en cuanto proceso que moldea al sujeto y lo adapta a las condiciones de una sociedad determinada, y subjetivamente; a partir de la respuesta o reacción del individuo a la sociedad.

La socialización es vista por los sociólogos como el proceso mediante el cual se inculca la cultura a los miembros de la sociedad, a través de él, la cultura se va transmitiendo de generación en generación, los individuos aprenden conocimientos específicos, desarrollan sus potencialidades y habilidades necesarias para la participación adecuada en la vida social y se adaptan a las formas de comportamiento organizado característico de su sociedad.

Desde la perspectiva de la socialización, el deporte puede materializarse en diversas situaciones sociales entre las que se encuentra la escuela. Existe un amplio acuerdo en reconocer el elevado potencial socializador del deporte: "El deporte puede favorecer el aprendizaje de los papeles del individuo y de las reglas de la sociedad, reforzar la autoestima, el sentimiento de identidad y la solidaridad. Además, parece que los valores culturales, las actitudes y los

comportamientos individuales y colectivos aprendidos en el marco de las actividades deportivas vuelven a encontrarse en otros campos de la vida" (VV. AA., 1996).<sup>14</sup>

### **2.3.1.6.- MOTIVACIÓN**

#### **La Motivación para la realización de actividad física escolar en adolescentes**

En la práctica pedagógica del bachillerato, surgen frecuentemente problemáticas relacionadas con los diferentes gustos y motivaciones que manifiestan *los y las estudiantes* a la hora de elegir un deporte a practicar de manera sistemática, tanto a nivel escolar como a nivel extraescolar.

Se ha sentido la necesidad de examinar este tema, para conocer y describir la motivación para la realización de actividad física. Este ensayo parte entonces de varias características o categorías propias del contexto, tales como el nivel socioeconómico, la edad de los estudiantes, sus perspectivas en cuanto a la actividad física se refiere, y el significado que tiene para ellos el deporte.

Los adolescentes, en las instituciones educativas, responden a una serie de motivaciones tanto intrínsecas como extrínsecas para la escogencia de algún deporte en su estilo de vida como por ejemplo, los varones fácilmente eligen actividades con un alto contenido de competitividad y retos, de ahí que, su deporte preferido sea el fútbol, (...). Las mujeres tienen inclinaciones hacia una práctica que involucra más la recreación y la lúdica, (...), la mayor parte de

---

<sup>14</sup> <http://www.efdeportes.com/efd47/valores.htm>

ellas prefieren conversar entre ellas y muy pocas prefieren realizar la práctica deportes tradicionales, como el baloncesto o el voleibol.

La práctica de actividad física trae, subyacente, diferentes necesidades presentes en la literatura que aborda el tema de la psicología del adolescente en el deporte como por ejemplo:

**Necesidad de integración (necesidad de socializarse):** necesidad de interactuar con otras personas, conocer nuevas amistades, necesidad de exhibirse, agradar a otros, interesar, sorprender, destacarse, asombrar.

**Necesidad de éxito y autonomía:** sentir independencia, lograr triunfos sociales y personales.

**Necesidad de rendimiento:** superar los propios límites, competir con otras personas.

**Placer intrínseco:** propio placer, placer por la actividad deportiva como medio de canalización.

**Necesidad de construcción:** organizarse y constituirse a partir del reconocimiento de sí mismo.

**Necesidad de sublimar impulsos:** impulsos agresivos propios de la naturaleza humana, los cuales encuentran en el deporte una vía de escape, son socialmente aceptados y valorados.

**Necesidad de dominio:** se refiere a la necesidad de influir en otros, controlar situaciones y compañeros.

**Necesidad de esparcirse:** relajarse, entretenerse de forma activa.

### **Necesidad según sexo:**

**Mujeres:** Lograr una mejor figura.

**Hombres:** Entablar amistades y demostrarse a sí mismo y a los demás sus destrezas.

Así mismo en nuestra formación académica como profesionales, también se va a estudiar la motivación del adolescente para la práctica deportiva, entre los aspectos más relevantes están:

### **Motivación Extrínseca.**

Es cuando el comportamiento del practicante está motivado por agentes externos o supeditado a ellos, caracterizado por conseguir títulos, reconocimiento de los demás, conseguir bienes materiales o económicos. Estos, a su vez, influyen en la motivación en función de recompensas o motivadores externos que, en la mayoría de los casos, es perjudicial, pero presiona al practicante a ser constantemente motivado para realizar la actividad.

### **Motivación Intrínseca**

Es cuando se realiza la actividad por el gusto que ella implique y no por motivos ajenos a la actividad efectuada, que se caracteriza por la satisfacción por la actividad realizada y además no hay necesidad de motivaciones ajenas a la propia voluntad del practicante.

A su vez trae ventajas como que la motivación será constante, habrá mayor grado de esfuerzo y gozo por parte del practicante, quien dará todo de sí por la sencilla razón de superarse a sí mismo.

Esta clase de motivación es de gran valor debido a que forma parte de todos aquellos que sin ser deportistas de élite bien compensados económicamente (...) y que la adolescencia es el período de vida que se inicia aproximadamente a los 12 o 13 años, y que finaliza más o menos a los 21 años de edad en cuanto a cambios anatómicos y fisiológicos se refiere, (...), debido a la integralidad que representa al ser humano. Además surgen en esta etapa muchas actitudes nuevas como la necesidad de independencia, de establecer relaciones sociales nuevas, entre otras.

Complementando lo antes expuesto hay que saber también que existen motivos directos para la práctica deportiva, como por ejemplo:

1. el sentimiento de satisfacción
- 2.- el placer estético que esto trae consigo.
- 3.- la aspiración a parecer audaz.
- 4.- los elementos de competición.
- 5.- el deseo de resultados

Y motivos indirectos, como

- 1-la aspiración a ser fuerte, vigoroso y sano.
- 2-la comprensión de la importancia social de la actividad deportiva.

Además como actividad física escolar se entienden aquellas manifestaciones tales como el mantenimiento de la condición física, el deporte para todos y deporte de competición (Sánchez Bañuelos, 1995) dentro del contexto escolar y que está regulada por el currículo propio de cada institución, (...) y en el tiempo libre son de participación voluntaria, lo cual implica cierto grado de motivación, para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte. Es por esto que, la clase de educación física debería servir para que las personas tomen conciencia de los beneficios que le representan la práctica de ejercicios físicos, ya sea para su autorrealización como para su salud.

Los planteamientos didácticos en la adolescencia tienen que estar muy bien pensados en función de la motivación que debe generar, no solamente a nivel coyuntural, sino pensando que en un futuro el individuo no va a tener qué practicar obligatoriamente ejercicio físico (Sánchez Bañuelos, 1995),(...).

Esto sin descuidar que nosotros como docentes tenemos la función de no llevar a cabo clases demasiado monótonas que provoquen aversión en los estudiantes con respecto a las clases de educación física y lo mismo para las actividades extraescolares.

En esta etapa la realización de las clases de educación física son determinantes, pues esto garantiza que a futuro, luego de finalizada esta etapa de educación formal, el joven puede optar por continuar realizando actividad física, o bien por el sedentarismo. En este sentido es fundamental la motivación para reforzar sus procesos internos para que los externos y sociales no lo alejen de sus objetivos.

Teniendo en cuenta el estrato socioeconómico en el cual se realiza la práctica pedagógica, el fútbol es un deporte de alta influencia al cual se le rinde culto pues en los tiempos de descanso entre clases, es casi una tradición los típicos desafíos para demostrar superioridad y, más aún, con el reciente mundial Alemania 2006, (...) puede practicarse en cualquier espacio, en tanto que para su adecuación los materiales que se necesitan son mínimos,(...) los estudiantes condicionan el buen comportamiento dentro de la clase, si se les concede parte del tiempo de esta para que ellos jueguen el fútbol; un grupo muy reducido se inclina por el baloncesto al igual que el voleibol. (...).

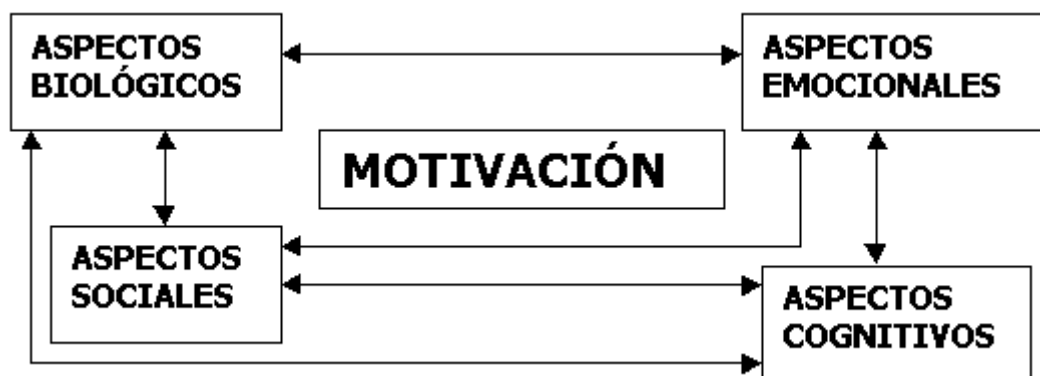
Pasar de la práctica escolar a la práctica del bachillerato, es que el hábito de práctica de actividad física desciende con la edad y presenta una mayor incidencia en las mujeres que en los hombres; es decir, cuando realizábamos la práctica en la escuela, los niños hacían actividad física de manera autónoma,



casi sin ninguna presión por parte del profesor y nos limitábamos solamente al control en la disciplina, pero en el bachillerato las estrategias para que los estudiantes se involucraran de manera activa en la clase urgían de un sentido mucho más complejo, (...).<sup>15</sup>

Los factores que nos impulsan a actuar o a inhibirnos son diversos. Superadas las motivaciones básicas o de supervivencia, nos puede atraer la curiosidad, el logro, el poder, etc. En el gráfico 1, observamos las variables que citan Escartí y Cervelló (1994) relacionadas con la motivación. En este artículo, vamos a analizar las motivaciones hacia la actividad física en general y en las clases de E.F. en particular, para concluir con una descripción de recursos que pueden ser útiles para los profesores de E.F. y entrenadores deportivos.

**Gráfico 3:** Aspectos que promueven la motivación



**FUENTE:** Variables relacionadas con la motivación (Escartí y Cervelló, 1994)<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> BLÁZQUEZ, D. La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde. Barcelona. 1995.

<sup>16</sup> <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/032-motivacion.pdf>

### **2.3.1.7.- ALTA AUTOESTIMA**

Se considera que una persona tiene una alta autoestima cuando tiene una valoración positiva de sí mismo. Sin embargo, esto no quiere decir que una persona con alta autoestima sea una persona perfecta, o que todo le salga bien. La autoestima depende de la valoración que uno tiene y hace de sí mismo. Por ejemplo, una persona podría hacer muchas cosas bien y pensar que debería hacer mucho más de lo que hace o hacerlas todavía mejor, mientras que otra persona podría aceptarse más fácilmente como es aun cuando algunas cosas no le salgan tan bien o no le resulten tan fáciles. Para tener una alta autoestima no hay que ser perfecto, sino saber aceptarse como uno es, con imperfecciones y todo. Pero tampoco hay que caer en el conformismo y no luchar por aquellas cosas que se quieren solo por aceptarse como uno o una es. Uno siempre puede mejorar, aprender y capacitarse, lo que no quiere decir que si a veces no se logra lo que se pretende sea motivo para deprimirse o para auto castigarse.

Tener una autoestima elevada es la capacidad de sentirse bien con uno mismo. Cuando una persona tiene una autoestima elevada, tiene una mayor probabilidad de alcanzar la felicidad, a la vez de conseguir lo que se propone.

Las personas con un alta autoestima, por lo general:

- Son más felices.
- Se relacionan mejor con las demás personas pero también aprecian y saben estar solas.
- Suelen lograr lo que se proponen y las metas que se plantean.
- Tienen confianza en sí mismos y saben lo que son capaces de lograr.

- Se sienten más capaces de enfrentarse a retos aun cuando saben que corren el riesgo de no lograrlos.
- Suelen ser apreciados y respetados por los demás.
- Saben plantear sus puntos de vista, sus gustos, mostrar su opinión y decir cuando están de acuerdo y cuando están no lo están
- Son personas seguras que se muestran fuertes ante los demás por lo que difícilmente no serán tomados en cuenta.
- Pueden aceptar sus errores sin sentirse unos fracasados.
- Les resulta más fácil entender y perdonar a los demás.
- Son más independientes y más capaces de mantenerse e ingeniárselas por si solos.
- Tienen menos dificultades para expresarse o dar a conocer sus sentimientos.<sup>17</sup>

### **2.3.1.8.- ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO**

Llamamos Alto Rendimiento a las condiciones y energías que se ponen en alcanzar el máximo posible de las metas en un deportista. Tanto para el entrenador como para el discípulo, la búsqueda de los máximos posibles hace que la frivolidad, la diversión y el pasatiempo que pueden acompañar al juego de los jóvenes, tengan que transformarse en un trabajo y queden supeditados a valores de persistencia, voluntad y fecunda producción. No quiere decir esto que el trabajo sea algo que deba molestar o someter.

---

<sup>17</sup> <http://www.miautoestima.com/alta-autoestima>

El logro, en el deporte, es una satisfacción que compensa el esfuerzo. Inmensa, duradera y motivadora. Y el trabajo para conseguirlo lo es, más todavía, cuando se despiertan situaciones que el éxito produce y que desparrama en otras actividades o conductas del protagonista. Y que satisfacen mediante la contracción al estudio, a la tarea ardua y a la conducta. Es necesario pensar a futuro y quien piensa solo para lo momentáneo hace perecer esa satisfacción.<sup>18</sup>

### **2.3.1.9.- DESARROLLO FÍSICO, MENTAL Y APTITUDINAL.**

En el **desarrollo físico**: el juego fortalece sus músculos y protege así sus articulaciones y huesos; además fomenta el buen humor, diversión y la risa, con lo que producirá más endorfinas que le harán sentirse bien para así fomentar la producción de defensas contra las enfermedades.

En el **desarrollo mental**: el juego fomenta la inteligencia, el deseo de aprender, de resolver situaciones, desarrollar el sentido común y descubrir una conducta inteligente.

En el **desarrollo afectivo / aptitudinal**: el tiempo de juego es para compartir experiencias, descubrirse y crecer juntos (padres, hijos, educadores, amigos...). Desarrollar y experimentar la empatía, la autoestima, la confianza, la solidaridad... para obtener un cierto equilibrio emocional que al llegar a la edad adulta sirva a los estudiantes para tener una buena autoestima, seguridad y

---

<sup>18</sup> <http://www.laplaza.org.ar/practica/entrena01.htm>

confianza en sí mismos y ser capaces de evaluar correctamente el medio en que se mueven.<sup>19</sup>

## **2.4.- CONCEPTO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE.**

“Esta se ocupa principalmente de dos aspectos fundamentales: los factores psicológicos individuales, grupales e institucionales que co-determinan la práctica de determinados deportes y las consecuencias estructurales psico-sociales de tales prácticas.”

“En este amplio espectro, el psicólogo del deporte elegirá como objeto de su estudio, la estructura de personalidad del deportista, sus aptitudes, el liderazgo, el cumplimiento de las normas que regulen la actividad, las dinámicas grupales, sus motivaciones singulares, el bienestar psico-físico, el rendimiento, el éxito, el fracaso, el espíritu de cuerpo, el mantenimiento y optimización de resultados, los conflictos intra e interpersonales y su resolución, la competencia, armonía del equipo, concentración , percepción, etcétera.”<sup>20</sup>

### **2.4.1.- CONCEPTO DE CULTURA FÍSICA**

Constituye el acopio de habilidades y destrezas adquiridas por el ser humano a través de la práctica de la Educación Física, el Deporte y la Recreación en el

---

<sup>19</sup> <http://www.monografias.com/trabajos16/comportamiento-humano/comportamiento-humano.shtml#adoles>

<sup>20</sup> <http://www.psicologia-online.com/ebooks/deporte/fundamentos.shtml>

proceso educativo, contribuyendo a la formación de la personalidad integral del mismo.<sup>21</sup>

*Creo que, Cultura Física es el desarrollo o la adquisición de habilidades cognitivas, destrezas, valores que le permite al ser humano el desarrollo pleno de su vida social.*

#### **2.4.2.- CONCEPTO DE PEDAGOGÍA DEL DEPORTE.**

**Pedagogía General:** Es la ciencia de la Educación que se encarga de estudiar los procesos de instrucción y de formación integral de la personalidad del individuo, sobre la base de la concepción científica del mundo. Abarca además todos los fenómenos que se manifiestan en el proceso docente-educativo, para el cual establece leyes y principios que rigen su desarrollo. La Pedagogía posee nexos con otras ciencias o disciplinas científicas como la Didáctica, Teoría de la Educación, Metodología de Enseñanza y la Metodología de la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo, *Psicología del Deporte, Psicología Social, Antropología Cultural, Sociología, estas dos últimas ciencias que se dedican al estudio del ser humano como parte de una sociedad y de una cultura, porque no todas las culturas tienen la misma cosmovisión del deporte, del descanso o del tiempo libre.*

El Entrenamiento Deportivo, tiene como misión, la formación multilateral de las personas, desde el punto de vista físico – funcional, motriz, psicológico, cognitivo y moral, por lo tanto desde la óptica pedagógica, clasifica como un proceso complejo o especial, siendo necesario entonces, el tratamiento de sus particularidades a través de una Pedagogía Especial, en correspondencia con

---

<sup>21</sup> REFORMA CURRICULAR (ÁREA DE CULTURA FÍSICA)

las exigencias que se le plantean al mencionado proceso, surge así la denominada Pedagogía del Deporte.<sup>22</sup>

#### **2.4.3.- CONCEPTO DE DIDÁCTICA ESPECIAL DE CULTURA FÍSICA.**

“La didáctica específica de la educación física y el deporte tiene que estar adaptada al desarrollo de una actividad de enseñanza en la que el movimiento corporal y el esfuerzo físico constituyen los contenidos. Pero en el caso del ámbito de la enseñanza de la educación física y el deporte las diferencias de los planteamientos didácticos van más allá de la peculiaridad de esta materia, extendiéndose a aspectos de fondo. Las características y requisitos de la enseñanza en el aula y las de nuestro ámbito son tan distintas que ésta plantea la necesidad de una didáctica específica perfectamente diferenciada.”

Ahora bien, en el caso de la Educación Física, el "que" se enseña resulta bastante problemático de resolver. Más aún si se considera el "que" se estudia. Dice Daniel Feldman *"Las didácticas especializadas evolucionan asumiendo que el objeto de conocimiento determina el proceso de comunicación"*, pero en el caso de la Educación Física el contenido escolar no es necesariamente "ese objeto de conocimiento", un producto de la investigación teórica. El contenido escolar es una práctica social y cultural susceptible de ser estudiada teóricamente por lo tanto, es ésta práctica social y cultural la que determina su proceso de comunicación.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> <http://www.pedagogiadeportiva-online.com>

<sup>23</sup> <http://www.efdeportes.com/efd36/didact.htm>

***La didáctica de la cultura física y del deporte, es y deber ser una Didáctica Especial y diferenciada de las didácticas de las áreas básicas del Ser humano, porque, su recurso principal para el desarrollo de los contenidos es el tiempo-espacio-movimiento, hay una estática y una dinámica, es decir, trabajamos con nudo categorial, el cerebro que aprende e interioriza los conocimientos, el cuerpo que ejecuta las ordenes del cerebro.***

#### **2.4.4.- CONCEPTO DE PSICOLOGÍA SOCIAL.**

*“La psicología social es el estudio científico de cómo los pensamientos, sentimientos y comportamientos de las personas, son influidos por la presencia real, imaginada o implicada de otras personas. Según esta definición, científica refiere al método empírico de investigación. Los términos pensamientos, sentimientos y comportamientos incluyen todas las variables psicológicas que se pueden medir en un ser humano. La afirmación de que otras personas pueden ser imaginadas o implicadas sugiere que somos propensos a la influencia social incluso cuando no hay otra gente presente, como cuando vemos la televisión, o siguiendo normas culturales internalizadas.”*

“La Psicología Social puede ser definida también como la ciencia que estudia los fenómenos sociales e intenta descubrir las leyes por las que se rige la convivencia. Investiga las organizaciones sociales y trata de establecer los patrones de comportamientos de los individuos en los grupos, los roles que desempeñan y todas las situaciones que influyen en su conducta. Todo grupo social adopta una forma de organización dictaminada por la misma sociedad



con el fin de resolver más eficazmente los problemas de la subsistencia y para ordenar la convivencia.”<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> <http://www.monografias.com/trabajos6/isiso/isiso.shtml#que>

## **2.5.- HIPÓTESIS GENERAL.**

*El Estudio de los procesos para la formación de deportistas en el Segundo Año de Bachillerato tiene su incidencia en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas en el Colegio "Dr. Camilo Gallegos D. de la ciudad de Latacunga.*

## **2.6.- SEÑALAMIENTO DE VARIANBLES DE HIPÓTESIS GENERAL.**

### **2.6.1.- VARIABLE INDEPENDIENTE.**

El estudio de los procesos para la formación de deportistas en el Segundo Año de Bachillerato.

### **2.6.2.- VARIABLE DEPENDIENTE.**

El desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas.

## CAPITULO III

### MARCO METODOLÓGICO.

#### 3.1.- Modalidad Básica de la investigación.

*La presente investigación es de carácter cuantitativo y cualitativo, es cuantitativo debido a que se utilizan procesos matemáticos y estadísticos para procesar la información que se obtenga y representarla gráficamente y cualitativo, porque se va a valorar la incidencia en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas en los estudiantes de segundo año de bachillerato.*

#### 3.2.- Cuadro 3: NIVELES O TIPOS DE INVESTIGACIÓN.

NIVELES O TIPOS DE INVESTIGACIÓN	METODOS	TECNICAS
<p><b><u>INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL</u></b></p> <p><b><u>Explicativa: Causa.</u></b>- Desinterés institucional por la formación de deportistas estudiantiles.-<b><u>Efecto:</u></b> Deficiente desarrollo físico, mental y aptitudinal en los deportistas.</p> <p><b><u>Descriptiva: Estudio de la variable independiente.</u></b>- Observar los procesos para la formación de deportistas que utilizan los profesores en el Segundo Año de Bachillerato.</p> <p><b><u>Correlacional.</u></b>- Me permitirá determinar el grado de relación o asociación no causal existente entre las variables, se miden las variables y luego, mediante pruebas de hipótesis y la aplicación de técnicas estadísticas,</p>	<p>Los métodos básicos y esenciales para la presente investigación serán los siguientes:</p> <p style="text-align: center;"><b>MÉTODO CIENTÍFICO</b></p> <p>Es científico porque se aplicarán técnicas que permitan comprobar hechos investigativos y obtener resultados comprobables.</p> <p style="text-align: center;"><b>MÉTODO EMPRÍRICO</b></p> <p>Se utilizará lo kinestésico y sensorial, esto permitirá captar directamente el problema de la</p>	<p><b><u>LA OBSERVACIÓN</u></b></p> <p><b>-Plan de observación.-</b></p> <p>Nombre del lugar donde se realizó la observación.</p> <p>Nombre del informante o informantes.</p> <p>Fecha.</p> <p>Aspecto de la guía de observación en el ángulo superior derecho.</p> <p>Tema, al centro.</p>

<p>se estima la correlación</p> <p><b>Exploratoria:</b> Tendrá su propia identidad</p> <p><b>Bibliográfica:</b> Debido a que permite revisar, analizar, sintetizar, ampliar, comparar, profundizar y diferenciar varios puntos de vista de autores, teorías y criterios, y temas referentes los procesos para formación de deportistas, y su incidencia en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas</p> <p><b>INVESTIGACIÓN DE CAMPO</b></p> <p><b>La observación:</b></p> <p><b>Investigación participante</b> porque como investigador participaré de la vida del grupo, con fines de acción social y observar los hechos que requiero.</p> <p><b>La observación simple no controlada</b> la realizaré con el propósito de "explorar" los hechos o fenómenos de estudio que permitan precisar la investigación.</p> <p><b>La observación sistemática</b> se realizará de acuerdo con un plan de observación preciso, en el que se han establecido variables y sus relación, objetivos y procedimientos de observación.</p>	<p>Carencia de procesos en la formación estudiantil para competencias deportivas-atléticas</p> <p><b>MÉTODO DE LA OBSERVACIÓN</b></p> <p>Este método que está implícito en todo trabajo de investigativo se observará, se dialogará con los participantes y se detectará como los procesos para formación de deportistas, y su incidencia en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas</p> <p><b>MÉTODOS TEÓRICOS</b></p> <p><b>MÉTODO HISTÓRICO-LÓGICO</b></p> <p>Es histórico y lógico porque enfoca sistemáticamente causas (Planificación) y efectos (práctica y preparación) los cuales permitirán en base al trabajo de investigación presentar alternativas de solución al problema planteado.</p> <p><b>MÉTODO ANALÍTICO SINTÉTICO</b></p> <p>Visto el problema nos permitirá analizar el contexto de la los procesos para la formación de deportistas y su incidencia en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas.</p> <p><b>MÉTODO EXPLORATORIO</b></p> <p>El trabajo de investigación permitirá conocer más sobre la problemática del desconocimiento(explorar nuevas formas de procesos para la formación de</p>	<p>Texto: descripción de la observación.</p> <p>Iniciales del investigador, en el ángulo inferior izquierdo.</p> <p>- <b>Entrevistas.</b></p> <p><b>Planeación de la entrevista</b></p> <p>Elaborare la guía.</p> <p>Definir de manera clara los propósitos de la misma.</p> <p>Determinar los recursos humanos, tiempo y presupuesto necesarios.</p> <p>Planear las citas con los entrevistados, mostrando respeto por el tiempo del mismo.</p> <p>Ejecución de la entrevista</p> <p>Propiciar durante ésta un ambiente positivo.</p> <p>Presentarse y explicar los propósitos de la misma.</p> <p>Mostrar interés y saber escuchar.</p> <p>Actuar con naturalidad.</p> <p>No mostrar prisa.</p> <p>Hacer las preguntas sin una respuesta implícita.</p> <p>Emplear un tono de voz modulado.</p>
---	---	---

	<p>deportistas adaptadas a la realidad institucional)</p> <p><b>MÉTODO INDUCTIVO-DEDUCTIVO Y SISTEMÁTICO</b></p> <p>A más de los métodos anteriormente descritos permitirá participar y trabajar en los lineamientos de la propuesta con cuestiones prácticas que ayudarán a solucionar el problema, sea pues una labor de sensibilización y concientización sobre las vivencias de los actores y sus consecuencias negativas, que se presentan en el problema. La Planificación de todas las actividades a realizarse en la propuesta y en última instancia, se darán lineamientos para su evaluación.</p> <p>La inducción consiste en ir de los casos particulares a la generalización. La deducción, en ir de lo general a lo particular. El proceso deductivo no es suficiente por sí mismo para explicar el conocimiento. Es útil principalmente para la lógica y las matemáticas, donde los conocimientos de las ciencias pueden aceptarse como verdaderos por definición. Algo similar ocurre con la inducción, que solamente puede utilizarse cuando a partir de la validez del enunciado particular se puede demostrar el valor de verdad del enunciado general. La combinación de ambos métodos significa la aplicación de la deducción en la elaboración de hipótesis, y la aplicación de la inducción en los hallazgos. Inducción y deducción tienen mayor</p>	<p>Ser franco.</p> <p>No extraer información del entrevistado sin su voluntad.</p> <p>No apabullar con preguntas.</p> <p>Evitar aparecer autocrático.</p> <p>Permitirle salidas airoas.</p> <p><b>Control de la entrevista</b></p> <p>Verificar si todas las preguntas han tenido respuesta.</p> <p>Detectar contradicciones.</p> <p>Detectar mentiras, dándole a conocer lo que se conoce del hecho.</p> <p>Evitar desviaciones del tema y oportunidades para distraer la atención.</p> <p><b>Cierre de la entrevista</b></p> <p>Concluirla antes que el entrevistado se canse.</p> <p>Despedirse, dejando el camino abierto por si es necesario volver.</p> <p>Si se requiere de una entrevista larga, programarla en sesiones.</p> <p><b>Cuestionarios.</b> Se utilizarán preguntas cerradas a las que sólo</p>
--	--	--

	objetividad cuando son consideradas como probabilísticas.	permitirán una opción para contestar, y abiertas a las que dejan plena libertad para responder  <b>Medición.-</b> Aplicación de test.
--	---	--

**Elaborado por:** Paulo Salazar C.

### **3.3.- POBLACIÓN Y MUETRA.**

**3.3.1.- POBLACIÓN.-** *El presente trabajo se realizara con una población estudiantil aproximada de 73 personas tomando en cuenta que es el total del muestreo.*

### 3.4.- OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

3.4.1.- Cuadro 4: VARIABLE INDEPENDIENTE: El estudio de los procesos para la formación de deportistas en el Segundo Año de Bachillerato.

CONCEPTO	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	TECNICA
<p>En el proceso de formación deportiva sugiere llevar al deportista desde una situación inicial a una situación final. Dada la gran importancia de las capacidades físicas, mentales y aptitudinales en la formación del deportista será totalmente necesaria una planificación de la enseñanza a largo plazo que tenga en cuenta la preparación de estos aspectos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Actitud positiva</li> <li>✓ Actividades deportivas por medio del juego</li> <li>✓ Entrenar:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Actitud que lleva al aprendizaje</li> <li>✓ Logro de metas</li> <li>✓ Crecimiento personal.</li> <li>✓ Incentivos</li> <li>✓ Todos los momentos de la vida.</li> <li>✓ Diversión.</li> <li>✓ Recreación</li> <li>✓ Principio de totalidad</li> <li>✓ Principio de continuidad</li> <li>✓ Principio de progresión</li> <li>✓ Principio de sobrecarga:</li> <li>✓ Principio de transferencia</li> <li>✓ Principio de especificidad</li> <li>✓ Principio de acción voluntaria</li> <li>✓ Principio de eficacia</li> <li>✓ Principio de individualización</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Conoce Ud. Qué tipo de procesos de formación deportiva utiliza los maestros para formar competidores? SI ( ) NO ( )</li> <li>2. ¿Cree Ud. Que se puede mejorar los procesos de formación de deportista para competencias intercolegiales? SI ( ) NO ( )</li> <li>3. ¿Cree que los maestros deben implementar nuevos procesos de entrenamiento para formar deportistas? SI ( ) NO ( )</li> <li>4.- ¿Te gustaría participar en los Procesos de formación deportiva? SI ( ) NO ( )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Técnica: Encuesta</li> <li>✓ Instrumento: Cuestionario estructurado.</li> </ul>

Elaborado por: Paulo Salazar C.

**3.4.2.- Cuadro 5: VARIABLE DEPENDIENTE:** El desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas.

CONCEPTO	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	TECNICA
<p><b>Desarrollo físico:</b> fortalece sus músculos y protege así sus articulaciones y huesos; además fomenta el buen humor, diversión y la risa, con lo que producirá más endorfinas que le harán sentirse bien.</p> <p><b>Desarrollo mental:</b> es el logro de una identidad personal como un proceso de diferenciación e integración, a través del cual la persona organiza sus experiencias de acción y de interacción en el mundo.</p> <p><b>Desarrollo aptitudinal:</b> Potencialidades innatas que poseen los seres humanos y que requieren ser desarrolladas mediante la educación con el fin de resolver problemas.</p>	Alto rendimiento físico para competencias.	Test físico.	¿Las actividades deportivas mejoran tu rendimiento físico? SI ( ) NO ( )	<p>✓ Técnica: Encuesta</p> <p>✓ Instrumento: Cuestionario estructurado.</p>
	Alta autoestima	Comportamiento	¿Crees Ust. Que puede realizar diferentes deportes en las horas clase de Cultura Física? SI ( ) NO ( )	
	Motivación	Necesidades. ✓ de seguridad ✓ de independencia ✓ de experiencia ✓ de integración ✓ de afecto	¿Crees que puedes participar en competencias intercolegiales representando a tu institución? SI ( ) NO ( )	
	Socialización	Integración	¿Si fueras escogido para representar a tu institución puedes planificar tu tiempo para realizar el entrenamiento fuera de la hora clase? SI ( ) NO ( )	

**Elaborado por:** Paulo Salazar C.



**3.5.- Cuadro 6: PLAN OPRATIVO DE INVESTIGACION O PLAN DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

<b>ETAPA</b>	<b>1 PLANIFICACION</b>	<b>2 DISEÑO DE INVESTIGACION</b>	<b>3 1RA REVISION</b>	<b>4 2DA REVISION</b>	<b>5 3RA REVISION</b>	<b>6 VERSION DEFINITIVA DE LA INVESTIGACIÓN</b>
PLAZO DIAS	01 -02-2010 AL 26-02-2010	01-02-2010 al 05-02-2010	08-02-2010 Al 12-02-2010	15-02-2010 Al 19-02-2010	22-02-21010 Al 26-03-2010	01-03-2010 Al 03-04-2010
CONTENID O	<p>1.-Contacto con las autoridades</p> <p>1.- Autorización</p> <p>1.1.- Entrega de oficio</p> <p>Ejecución de la Investigación</p> <p>1.2.- Aceptación de la propuesta</p> <p>2.- Investigación de campo</p> <p>2.- Técnicas</p> <p>2.1.- Observación</p> <p>Profesor. # estudiantes</p>	<p>2.1.1.- Clases de cultura física de lunes 1 al viernes 19 de Febrero 2010. Estudiantes del segundo año de bachillerato (hora / clase)</p>	<p>X</p> <p>2.1.2.- Aplicación de los tests del 8 al 26 de Febrero.</p>	<p>X</p> <p>X</p>	<p>X</p> <p>X</p>	<p><b>RECTORA</b></p> <p><b>FICHA ESTRUCTURADA</b></p> <p>FICHA ESTRUCTURADA: DE LAS TÉCNICAS DE DESARROLLO DE HABILIDADES BÁSICAS EN LOS PROCESOS DE FORMACIÓN DEPORTIVA</p>

3.-Análisis de resultados	2.2.- Entrevista		2.2.1.- Miembros del COBE-DOBE, Profesor. 22, 23 y 24 de Febrero			FICHA ESTRUCTURADA
	2.3.- Encuestas					FICHA ESTRUCTURADA
	2.4.- POA			2.3.1.- A los Estudiantes del segundo año de bachillerato (total de muestra)18 y 19 de Febrero 2010		PLANIFICACIÓN INSTITUCIONAL
	3.1.-Tabulación de datos				2.4.1.- Elaboración 2.4.2.- Revisión 2.4.3.- Aprobación 22 al 26 -02-2010	RAZONES ESTADÍSTICAS
						3.1.1.- Comparar 3.1.2.- Medir 23 y 24 Febrero 2010

4.- Interpretación de los resultados 5.- Comprobación de Hipótesis 6.-Resumen Ejecutivo	3.2.- Fijación de razones estadísticas				3.2.1.- Determinación de razones estadísticas 27-02-2010 al 220-03-2010 4.1.- Determinar cualitativa y cuantitativamente los resultados 5.1.- Hipotesis alternativa aceptada y comprobada. X	RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN
RESPONSABLES	1.-Investigador, profesores, inspector general, COBE-DOBE y secretaria de la institucional.	Investigador	Estudiantes, profesor, inspector, investigador.	Investigador, estudiantes y profesor	Investigador, tutor	Investigador, tutor, tribunal calificador.
REVISION TUTOR		06-02-2010	13-02-2010	20-02-2010	27-03-2010	
REVISION TRIBUNAL CALIFICADOR						27-03-2010 Al 03-04-2010
PRODUCTO	1.Perfilajustado 2.Cronograma	Documento de avance	Documento de avance 1 revisión	1. Informe 2.cronograma ajustado	Borrador	1.Documento final 2. Informe de conformidad

**Elaborado por:** Paulo Salazar C.

### 3.5.1.- RECOLECCIÒN DE LA INFORMACIÒN.-

#### CÒMO?

**Método Deductivo:** Método por el cual se procede lógicamente de lo universal a lo particular

**Método Inductivo:** Método que consiste en sacar de hechos particulares una conclusión general.

**Método Científico:** Método que tiene que ver con las exigencias de precisión y objetividad propia de la metodología de las ciencias

**Método Experimental:** Método que tiende a la búsqueda de nuevas formas estéticas y de técnicas expresivas innovadoras.

#### CON QUÈ?

**Encuestas:** Conjunto de preguntas tipificadas dirigidas a la totalidad de la muestra, para averiguar estados de opinión o diversas cuestiones de hecho.

**Entrevistas:** Libro en el que se recogen y explican de forma ordenada voces de una o más lenguas, de una ciencia o de una materia determinada.

**Observaciones:** Mirar con atención y recato, atisbar.

**Test:** Prueba destinada a evaluar conocimientos o aptitudes, en el cual hay que elegir la respuesta correcta entre varias opciones previamente fijadas.

### **PARA QUÈ?**

Para determinar los mejores procesos de formación de deportistas y su aplicación en unidades de entrenamiento óptimos.

### **DÒNDE?**

En el campus deportivo del colegio “Dr. Camilo Gallegos D.”

### **CUÀNDO?**

En el meses de Febrero del 2010

### **3.6.- PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÒN**

*Se solicitará por escrito la autorización de las autoridades del plantel para realizar la investigación, posteriormente, se aplicarán los instrumentos de investigación a toda la muestra, tanto encuestas, entrevistas como los diferentes test físicos en los cuales irá incluido los test mentales y aptitudinales, con un comprobatorio final.*

*Se calificarán y se tabularán los resultados relacionando aquellos que corresponden a las variables de cada hipótesis, analizarlos y realizar los cuadros estadísticos con sus respectivos gráficos, para finalmente realizar la comprobación de hipótesis planteadas emitiendo de esta manera las conclusiones y recomendaciones convenientes.*

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

#### 4.1.- Análisis de los resultados (observaciones, test, entrevistas y encuestas)

##### 4.1.1.- Observaciones con valor cualitativo

*El proceso de recolección de los datos se los ha ejecutado aplicando una serie de herramientas que conduzcan a la obtención de una mayor cantidad de información, esto lo demostramos mediante las fichas de observación realizada en el mes de febrero del año 2010 en el Colegio “Dr. Camilo Gallegos Domínguez” de la ciudad de Latacunga, lo cual se hará con el fin de demostrar si una de las hipótesis es falsa o no con su respectivo demostración.*

*A continuación indicamos el Test de observación con su respectivo resumen e interpretación el cual se lo realizo a los segundos años de bachillerado del Colegio “Dr. Camilo Gallegos Domínguez” de la ciudad de Latacunga período 2009 – 2010*

Cuadro 7 Test de Observación			TEST. FISICO									TEST. MENTAL								TEST. APTIT.					
			PART. INICIAL		EJERC. GENRS			EJERC. ESPEC				ADAPTACIÓN								COORDINACIÓN		ADQUIRIRIO DESTRZ.			
			CALENTAMIENTO	JUEGOS PREDEPT.	BRAZOS	ABDOMEN	PIERNAS	VARIAC. BRAZ.	VARIAC. ABDOMN	VARC. PIERNAS.	MOTIVACIÓN		PREDISPOSICIÓN		CREATIVIDAD		COMPREENCIÓN		SI	NO	SI	NO			
SI	NO	SI									NO	SI	NO	SI	NO										
FEBRERO 2010	DIAS	HORA CLASE	CURSO																						
	Jueves 4	08:45 > 09:30	2do Soc. "A"	✓	✓	✓	☐	✓	✓	☐	✓	✓	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Jueves 4	12:15 > 01:00	2do Comr. "B"	✓	✓	✓	☐	✓	✓	☐	✓	✓	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Viernes 5	10:45 > 11:00	2do Comr. "B"	✓	✓	☐	✓	✓	☐	✓	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Viernes 5	12:15 > 01:00	2do Soc. "A"	✓	✓	☐	✓	✓	☐	✓	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Jueves 11	08:45 > 09:30	2do Soc. "A"	✓	☐	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Jueves 11	12:15 > 01:00	2do Comr. "B"	✓	☐	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Viernes 12	10:45 > 11:00	2do Comr. "B"	✓	✓	☐	✓	✓	☐	✓	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Viernes 12	12:15 > 01:00	2do Soc. "A"	✓	✓	☐	✓	✓	☐	✓	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Jueves 18	08:45 > 09:30	2do Soc. "A"	☐	✓	✓	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	✓
	Jueves 18	12:15 > 01:00	2do Comr. "B"	☐	✓	✓	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Viernes 19	10:45 > 11:00	2do Comr. "B"	☐	✓	☐	✓	☐	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	☐	☐	✓
	Viernes 19	12:15 > 01:00	2do Soc. "A"	☐	✓	☐	✓	☐	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	✓
	Jueves 25	08:45 > 09:30	2do Soc. "A"	☐	☐	☐	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	✓
	Jueves 25	12:15 > 01:00	2do Comr. "B"	☐	☐	☐	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	✓
	Viernes 26	10:45 > 11:00	2do Comr. "B"	☐	☐	☐	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	✓
Viernes 26	12:15 > 01:00	2do Soc. "A"	☐	☐	☐	☐	✓	☐	☐	✓	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	✓	☐	☐	☐	☐	✓	

Elaborado por: Paulo Salazar C.



## Resumen de las observaciones

El profesor decide todo el trabajo de la clase o la práctica, la comunicación con los estudiantes es aceptable basándose en las normas de respeto mutuo y valores individuales, por lo cual su relación es positiva y flexible en la parte motivacional.

Los estudiantes que aportan con ideas, se basan en programas de T.V, internet o participan en programas deportivos fuera de la institución como en la federación deportiva, escuelas de futbol, etc. y debido a esto la mayoría de compañeros se adaptan y aceptan esas propuestas de mediano entrenamiento.

El ambiente de trabajo es bueno, pero los materiales e instrumentos para la práctica de los diferentes deportes no es debidamente proporcional debido al bajo presupuesto con el que cuenta la institución.

El calentamiento es el adecuado, provisto de todos los ejercicios necesarios para poner en condiciones de iniciar la práctica.

La preparación física es moderna, se utilizan diferentes implementos como: balones, postas, balas, conos, pero un número limitado, esto no permite que haya seguimiento con todos(as) los(as) estudiantes y así algunos quedan rezagados de la participación, lo que en ese momentos el profesor decide hacer eso lo ejecutan.

La preparación técnica es variada, ya sea con el trabajo en los diferentes fundamentos tanto en ejercicios individuales, en dúos o colectivos, lo que si se hace es corregir constantemente los errores para que el estudiante mejore su ejecución

No se termina la clase con el proceso de vuelta a la calma, sino una vez suena el timbre se da por terminada la hora clase y los estudiantes se retiran en el estado cardíaco que estén.

Tampoco se hace la retroalimentación sobre lo ocurrido en las clases anteriores.

**INTERPRETACIÓN:** Las horas clase tienen un escaso dinamismo, pero se nota a las claras que los estudiantes quieren participar en las prácticas deportivas, me atrevo a decir que no se trabaja con la debida organización en la planificación, también la falta de implementos deportivos no permite que los procesos de formación se ejecuten debidamente.

#### **ANÁLISIS DE LOS TEST.**

*El test fue realizado a los Segundos años de Bachillerato del Colegio “Dr. Camilo Gallegos Domínguez” de la ciudad de Latacunga, en los cuales constan el horario de clases de cultura física en los días jueves y viernes respectivamente con dos horas clase por semana para cada curso, los parámetros que se tomaron para su ejecución son proceso que contienen las partes fundamentales en el desarrollo de habilidades motoras básicas, principalmente se trato de ejecutar con juegos pre-deportivos lo cual determinaba las habilidades que cada estudiante tenía para los diferentes deportes lo cual se detalla a continuación:*

**Test Físico.-** En el test físico se ha utilizado medidas en los cuales consta de la parte inicial, ejercicios generales y ejercicios específicos con sus respectivas variaciones las cuales son ítems básicos en el desarrollo de habilidades innatas que son necesarias para mejorar, desarrollar y alcanzar las destrezas necesarias para que el profesor pueda darse cuenta en la disciplina a la cual pueden los estudiantes participar.

**Test Mental.-** Cabe recalcar que el test realizado fue ejecutado en el mes de febrero el cual se realizo en gran parte las prácticas para el programa del 27 de febrero (Juramento de la Bandera) pero de igual manera se ejecuto el test refiriéndonos a las prácticas de las marchas, conversiones en el cual se tomo en cuenta la parte motivacional que es el parte fundamental del tema de investigación ya que tratamos de encontrar diferentes formas y recursos que nos permitan motivar a los estudiantes a participar en eventos deportivos en un futuro cercano,

Por lo que se tomaron en cuenta los puntos como la motivación la predisposición, creatividad y comprensión de los estudiantes y maestros en estructurar nuevas formas de desarrollo deportivo tomando en cuenta la planificación establecida por el maestro e institución.

**Test Aptitudinal.-** También se tomo en cuenta la coordinación que los estudiantes tienen en la ejecución en la planificación de las marchas que se realizaron en la práctica del programa del juramento a la bandera, mediante la ejecución de muchas practicas pudimos observar que varios estudiantes no se adaptaban a los ejercicios de coordinación, esto conllevo a que el profesor ponga de parte la motivación que él les brinda permitiendo que con la practica mejoren las diferentes destrezas desarrolladas mediante los

*ejercicios que realizaron con anterioridad, se tomo en cuenta un ítem que se refiere al desarrollo de destrezas adquiridas por los estudiante.*

*Una vez hecho el estudio de los resultados de la información obtenida a través de la observación cualitativa-valorativa en el cuadro que antecede presento el análisis correspondiente a las encuestas y entrevistas realizadas a los estudiantes, profesor miembros del COBE, DOBE del colegio "Dr. Camilo Gallegos Domínguez"*

**Análisis de las entrevistas realizadas a los miembros del COBE – DOBE  
del Colegio Nacional Técnico  
“Dr. Camilo Gallegos Domínguez” de la ciudad de Latacunga.**

FECHA DE LAS ENTREVISTAS

Febrero 22 2010

Febrero 23 2010

**PRONUNCIAMIENTOS Y COMPENDIO DE LA INFORMACIÓN**

1.- DOBE – COBE, participa activamente en la preparación psicológica de los estudiantes?

SI ( ✓ ) NO ( )

¿Por qué?

- Existe en la institución una psicóloga la cual se interrelaciona constantemente con los estudiantes
- Se basan en valores

2.- DOBE – COBE, cuenta con el equipo multidisciplinario que permita el trabajo con los estudiantes seleccionados en elevar la autoestima

SI ( ) NO ( ✓ )

¿Por qué?:

- Falta de presupuesto
- Falta apoyo institucional

3.- Cual es el apoyo que brinda el DOBE o COBE a los estudiantes seleccionados para las distintas disciplinas deportivas?

- No se ha presentado la oportunidad
- No se conoce cuales son los estudiantes que participan en deportes y menos aun en competencias intercolegiales

**Análisis de las entrevistas realizada al profesor de Cultura Física del  
Colegio Nacional Técnico “Dr. Camilo Gallegos Domínguez”  
de la ciudad de Latacunga.**

FECHA DE LAS ENTREVISTAS

Febrero 24 2010

PRONUNCIAMIENTO Y COMPENDIO DE LA INFORMACIÓN

1.- ¿Cuenta la institución con material didáctico para el área de cultura física para cumplir las necesidades deportivas?

SI ( ) NO (✓)

¿Por qué?:

- Falta de presupuesto
- Poco interés por parte de la institucional en el campo deportivo.

2.- ¿Cuenta la institución con apoyo económico destinado al deporte por parte del Estado?

SI ( ) NO (✓)

¿Por qué?:

- El apoyo es por parte de los padres de familia
- Son un número limitado de estudiantes que procuran desarrollarse en el campo deportivo.

3.- ¿Qué procesos de formación de deportistas utiliza usted para que los estudiantes se motiven a participar en competencias Intercolegiales?

- Motivación.
- Charlas.
- Videos.
- Competencias internas
- Incentivos

4.- ¿Qué apoyo usted recibe del DOBE o COBE para la motivación, autoestima de los deportistas?

Siempre ( )  
Rara vez (✓)  
Nunca. ( )

¿Por qué?:

- Existe deficiente comunicación con los profesores de cultura física sobre eventos deportivos.
- Existe un gran beneficio pero no destaca en el campo deportivo

5.- ¿Cree Usted que la capacitación que se oferta en la provincia es suficiente para el ejercicio de su profesión?

SI ( ) NO ( ✓ )

¿Por qué?

- El pensum de estudio es muy limitado en el campo deportivo.
- Existen pocos programas de capacitación que se realizan en la ciudad y por ende no se conoce muchos deportistas que representen a la provincia.
- La capacitación debe ser personal y para alcanzarla es necesario viajar a provincias que hayan desarrollado grandes logros deportivos.

Análisis de las encuestas realizada los estudiantes de los segundos años de bachillerato del Colegio Nacional Técnico “Dr. Camilo Gallegos Domínguez” de la ciudad de Latacunga.

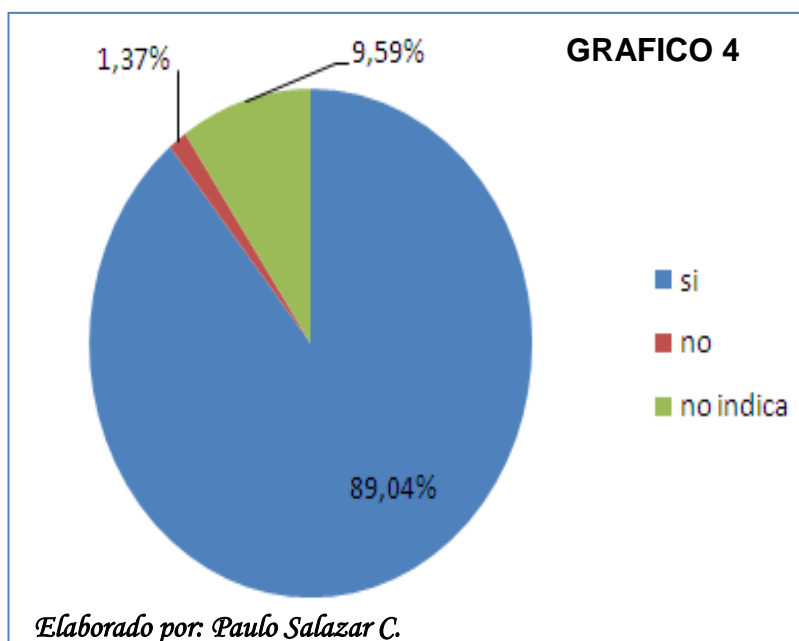
1.- ¿Qué tipo de procesos de formación deportiva utiliza el maestro para la participación en los intercolegiales?

a) PREPARACIÓN FÍSICA:

TABLA 1

Resp.	Prep. Física	%
Si	65	89,04
No	1	1,37
no indica	7	9,59
TOTAL	73	100

*Fuente.- La investigación*



**Interpretación.-** El 89.04% que equivale a 65 estudiantes de un total de 73 indican que es la parte física la que usa el profesor para la ejecución de



*clase, el 9.59% que son 7 estudiantes no indican su respuesta y 1 estudiante manifiesta que es poco lo que se hace en la parte física.*

1.- ¿Qué tipo de procesos de formación deportiva utiliza el maestro para la participación en los intercolegiales?

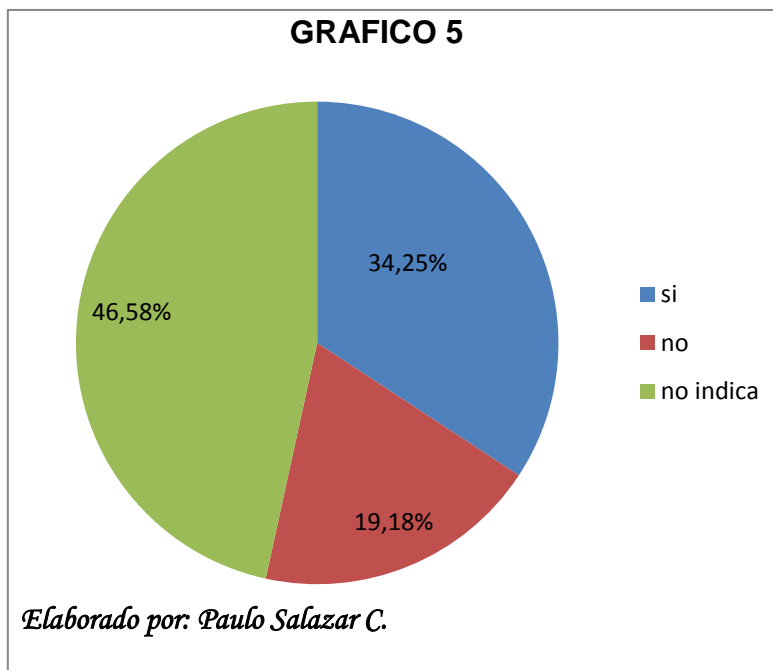
b) PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

TABLA 2

Resp.	Prep. Psicológica	%
Si	25	34,25
No	14	19,18
no indica	34	46,58
TOTAL	73	100

*Fuente.- La investigación*

GRAFICO 5



**Interpretación.-** El 46.58% equivalente a 34 estudiantes de un total de 73 no indica las respuesta por lo que no saben si o no se realiza ese tipo de preparación por no tener conocimiento de la misma, por el contrario el 34.25% que son 25 dice que si, y el 19.18% dice que no hay este tipo de preparación.

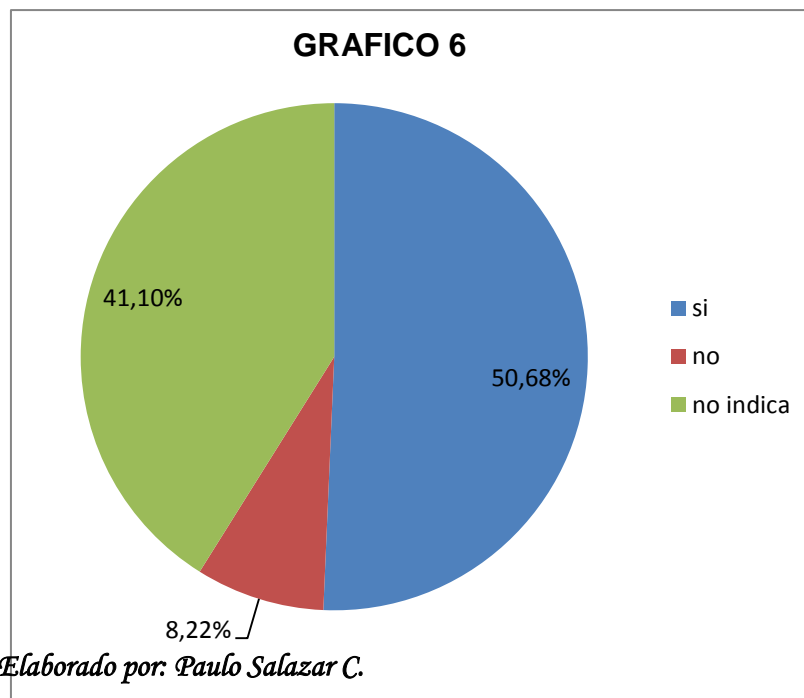
1.- ¿Qué tipo de procesos de formación deportiva utiliza el maestro para la participación en los intercolegiales?

c) PREPARACIÓN TÉCNICA

TABLA 3

Resp.	Prep. Técnica	%
Si	37	50,68
No	6	8,22
no indica	30	41,10
TOTAL	73	100

*Fuente.- La investigación*



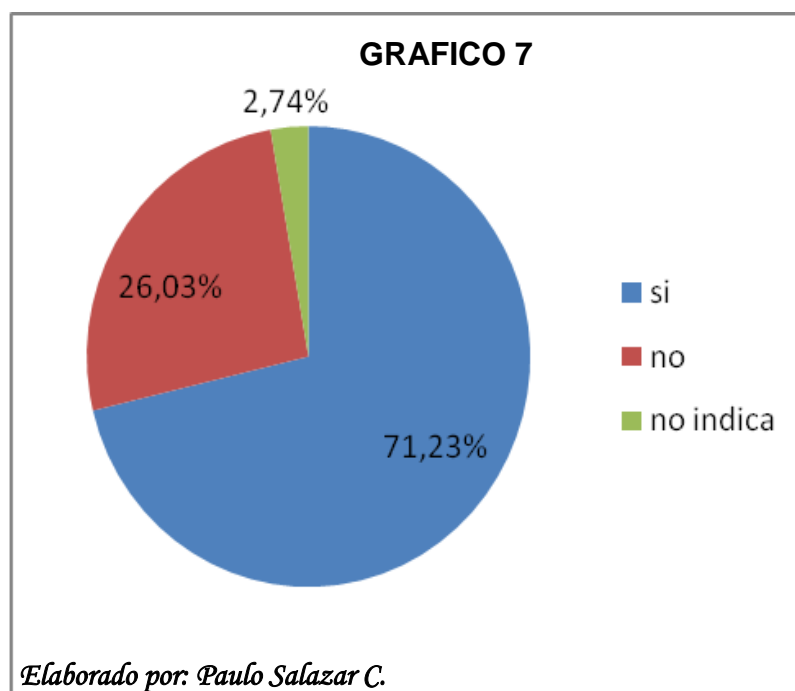
**Interpretación.-** En este gráfico observamos que el 50.68% que son 37 estudiantes contestó que si hay una debida preparación técnica y un 8.22% que son 6 estudiantes contestó que no, al contrario un 41.10% equivalente a 30 estudiantes no saben si existe o no este tipo de preparación.

**3.- ¿Te gustaría participar en los Procesos de formación deportiva para representar a tu institución?**

**TABLA 4**

Resp.		%
Si	52	71,23
No	19	26,03
no indica	2	2,74
<b>TOTAL</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

*Fuente.- La investigación*



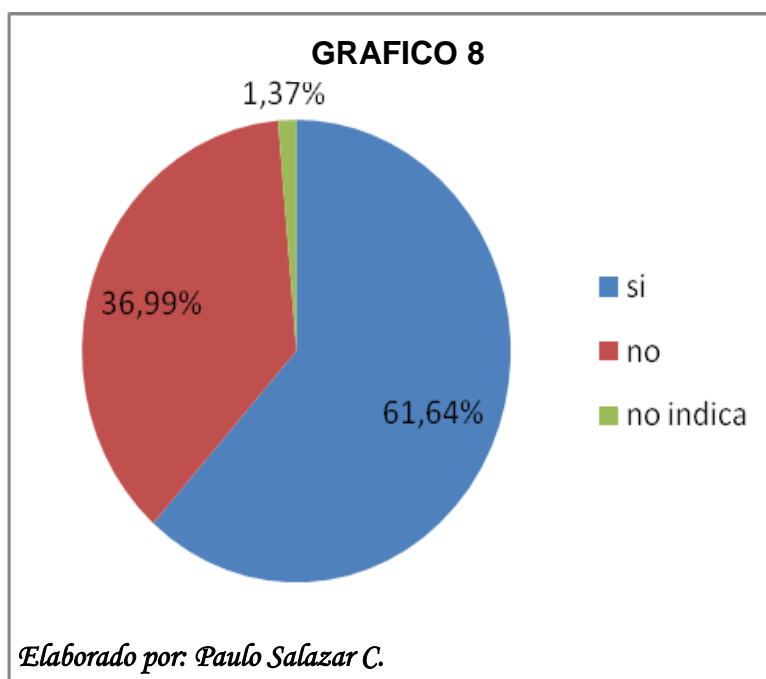
**Interpretación.-** Se puede apreciar que es el 71.23% que son 52 estudiantes contestaron que si desean participar en estos procesos la mayoría con metas como Representar a la institución, demostrar sus habilidades por el contrario el 26.03% dice que no participaría en tales procesos con la razón que no les gusta el deporte debido a su bajo autoestima personal, el 2.74% que son 2 estudiantes no indican su respuesta.

4.- ¿Cree Usted que los estudiantes seleccionados han recibido el suficiente apoyo moral y motivacional de las autoridades y profesores?

**TABLA 5**

Resp.		%
Si	45	61,64
No	27	36,99
no indica	1	1,37
TOTAL	73	100

*Fuente.- La investigación*



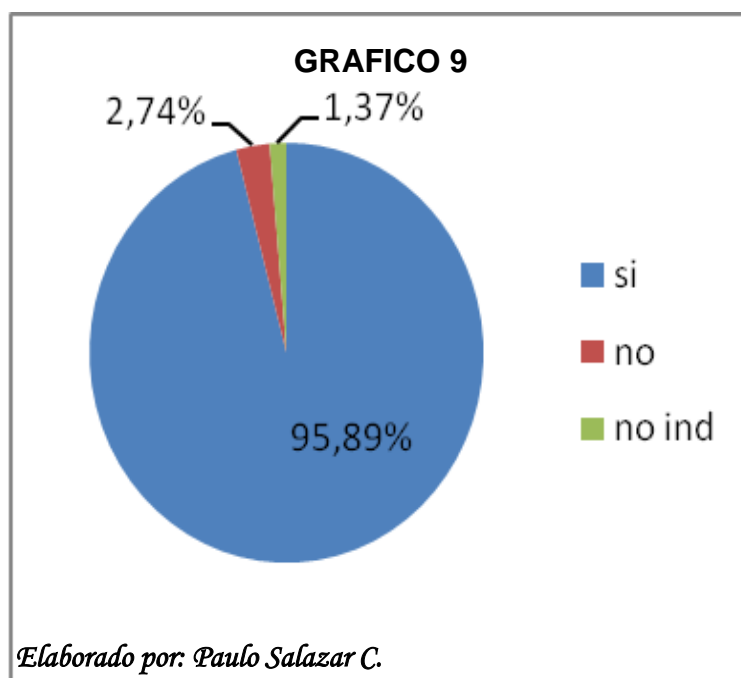
**Interpretación.-** El 61.64% que equivale a 45 estudiantes de un total de 73 indican que si se recibe la motivación necesaria basándose en incentivos, charlas, videos, apoyo profesional inclusive con los escasos materiales didácticos que existe y el 36.99% que son 27 estudiantes Manifiesta que no reciben ese apoyo de autoridades, no enseña el profesor y o no tienen conocimiento de la existencia de deportistas.

5.- ¿Para participar en competencias deportivas crees que hay que mejorar tu rendimiento físico?

TABLA 6

Resp.		%
Si	70	95,89
No	2	2,74
no ind	1	1,37
TOTAL	73	100

Fuente.- La investigación



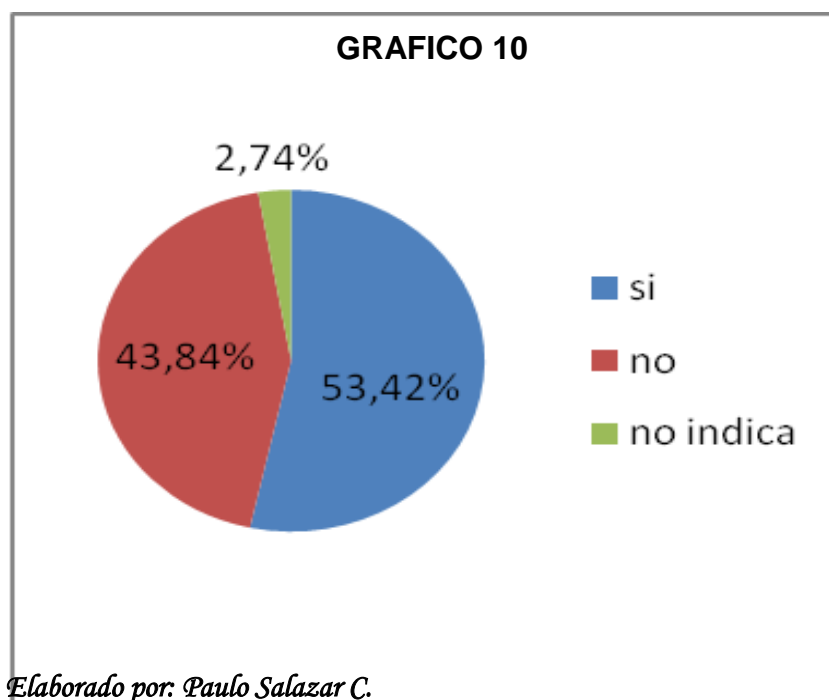
**Interpretación.-** El 95.89% que son 70 estudiantes manifiesta que se debe mejorar el rendimiento por medio de la preparación, entrenamiento y que esto conlleva a un buen estado de salud con el fin de estar preparados para lograr las metas propuestas en el campo deportivo, los 3 estudiantes restantes no respondieron la pregunta.

6.- ¿Cree Usted que puede realizar la preparación de los diferentes deportes en horas clase de cultura física por trimestre?

TABLA 7

Resp.		%
Si	39	53,42
No	32	43,84
no indica	2	2,74
TOTAL	73	100

Fuente.- La investigación



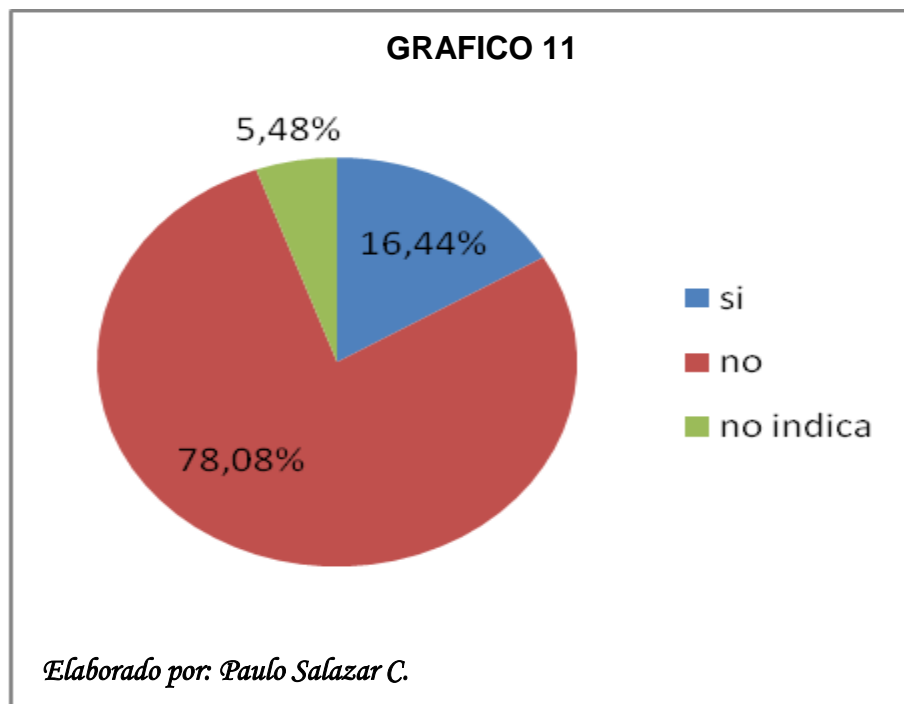
**Interpretación.-** En este gráfico el 53.42% equivalente a 39 estudiantes manifiesta que si se puede adaptar a una nueva planificación, incrementar eventos deportivos, elaborar y ejecutar planes de convivencia en conjunto con los estudiantes, campamentos en los cuales se note la práctica de diferentes deportes, al contrario el 43.84% equivalente a 32 estudiantes manifiesta que no con la razón de que es poco las dos horas clase que se da para el área de Cultura Física, 2 estudiantes no contestaron.

7.- ¿Crees que los estudiantes que participan en competencias intercolegiales han recibido el apoyo económico del comité central de padres de familia?

TABLA 8

Resp.		%
Si	12	16,44
no	57	78,08
no indica	4	5,48
TOTAL	73	100

*Fuente.- La investigación*



**Interpretación.-** 57 Estudiantes que corresponden al 78.08% manifestó que no se ha recibido el apoyo necesario debido a que no saben si existen deportistas, 12 estudiantes que son el 16.44% manifestó que sí pero es por parte de cada padre de familia en la compra de vestimentas pero no del comité central.

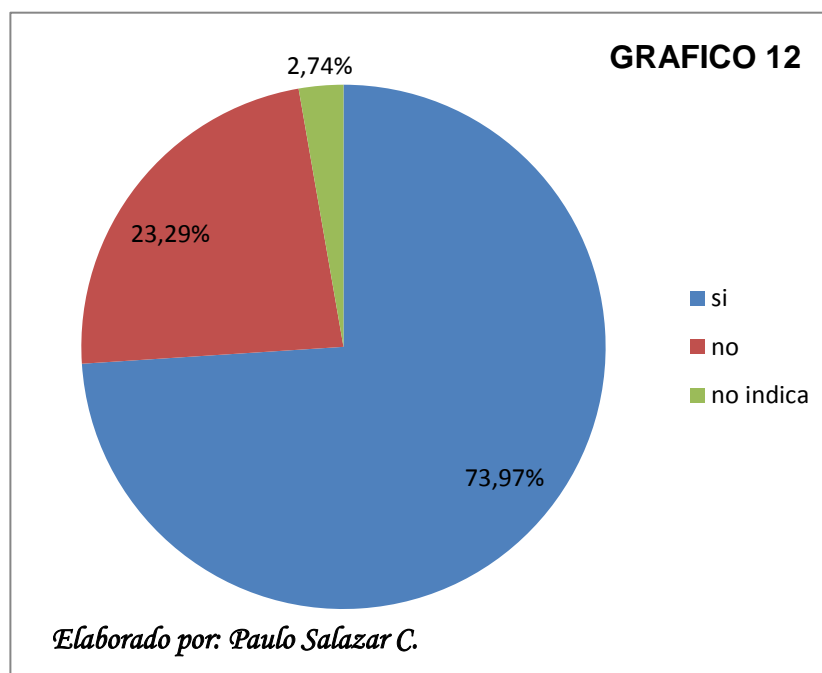


**8.- ¿Si fueras escogido para representar a tu colegio, puedes planificar tu tiempo libre para el entrenamiento?**

**TABLA9**

Resp.		%
Si	54	73,97
no	17	23,29
no indica	2	2,74
TOTAL	73	100

*Fuente.- La investigación*



**Interpretación.-** El 73.97% equivalente a 54 estudiantes contestó que si con el afán de representar a la institución, adquirir responsabilidad y mejorar su salud, el 23.29% que son 17 estudiantes manifestó que no debido a la falta de tiempo, bajo autoestima personal o a que sus padres no le dejan, el 2.74% que son 2 estudiantes no indicaron sus respuestas.

#### 4.2.- Interpretación de datos (encuestas, entrevistas)

La información que se obtuvo nos da a conocer respuestas a los objetivos planteados en la investigación partiendo de la metodología y técnicas de formación deportiva que utiliza el maestro para luego evidenciar la problemática que sugiere la carencia con estos procesos de formación deportiva para competencias de ahí que podremos realizar la comprobación estadística de las hipótesis planteadas.

Una vez analizadas las respuestas, arrojaron datos válidos que justifican la aplicación de los procesos de formación deportiva para competencia en los estudiantes de los Segundos años de Bachillerato

**Cuadro 8:** Respuestas a las encuestas

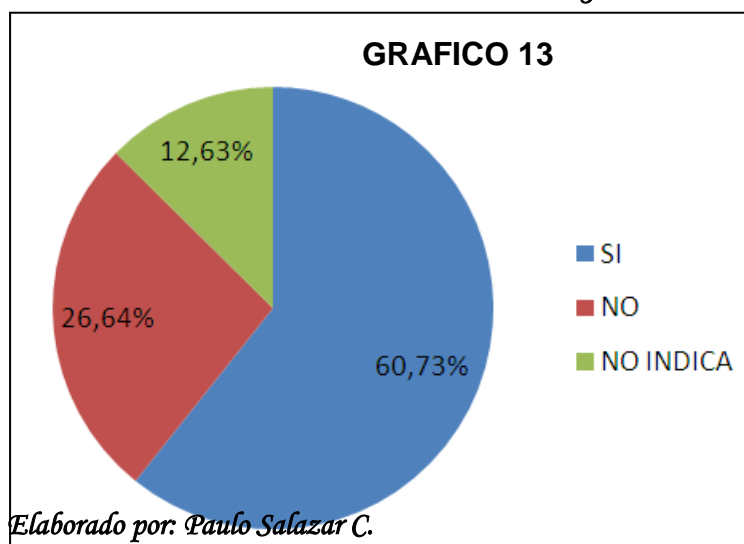
PREGUNTAS	FAVORABLE		NO FAVORABLE		NO CONTESTA	
	SI	%	NO	%		%
1 a)	65	89,04	1	1,37	7	9,59
b)	25	34,25	14	19,18	34	46,58
c)	37	50,68	6	8,22	30	41,10
3	52	71,23	19	26,03	2	2,74
4	45	61,64	27	36,99	1	1,37
5	70	95,89	2	2,74	1	1,37
6	39	53,42	32	43,84	2	2,74
7	12	16,44	57	78,08	4	5,48
8	54	73,97	17	23,29	2	2,74
$\Sigma$ :	399	546,6	175	239,73	83	113,70
n:	9	9	9	9	9	9
$\bar{X}$ :	60,73	60,73	26,64	26,64	12,63	12,63

Elaborado por: Paulo Salazar C.

SI	60,73%
NO	26,64%
NO INDICA	12,63%
TOTAL	100%

**TABLA10**

*Fuente.- La investigación*



#### **4.3.- Verificación de hipótesis**

**(H.)** La carencia de procesos para formación de deportistas y su incidencia en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas en los Segundos Años de Bachillerato.

#### **Hipótesis Operacionales (H.O).-**

La carencia de procesos para formación de deportistas **no** afecta en el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas en los Segundos Años de Bachillerato.

#### **Hipótesis Alternativa. (H.1).-**

La carencia de procesos para formación de deportistas **si** afecta el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas en los Segundos Años de Bachillerato.

### SELECCIÓN DE NIVELES DE SIGNIFICANCIA.

$100 - 1 = 99\%$  Nivel de confianza.

$\alpha = 0.01$

### DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA.

La muestra es conformada por los dos cursos que pertenece a sistemas y comercio dándonos un total de 73 estudiantes.

### ESPECIFICACIÓN DE ESTADÍSTICAS.

$$\chi^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E}$$

### RECOLECCIÓN DE DATOS.

**Cuadro 9.- Frecuencias observadas.**

PREGUNTAS.		SI	NO	SUB TOTAL
1.- Que tipo de procesos de formación deportiva utiliza el maestro para la participación en los intercolegiales,	PREP. FÍSIC.	65	1	66
	PREP. PSICOL.	25	14	39
	PREP. TECN.	37	6	43
3.- Te gustaría participar en los Procesos de formación deportiva para representar a tu institución		52	19	71
4.- Cree Usted que los estudiantes seleccionados han recibido el suficiente apoyo moral y motivacional de las autoridades y profesores		45	27	72
8.- Si fueras escogido para representar a tu colegio, puedes planificar tu tiempo libre para el entrenamiento		54	17	71
<b>TOTAL</b>		<b>278</b>	<b>84</b>	<b>362</b>

Elaborado por: Paulo Salazar C.

$$\text{ESPERADOS.} \quad \frac{278 \times 66}{362}$$

$$\frac{84 \times 66}{362}$$

**Cuadro 10.- Frecuencias esperadas.**

PREGUNTAS	CATEGORIAS		
	SI	NO	SUB TOTAL
PRIMERA 1.- PREP. FISICA	50,69	15,31	66,00
PREP. PSICOLOGICA	29,95	9,05	39,00
PREP. TECNICA	33,02	9,98	43,00
PREGUNTA 3.-	54,52	16,48	71,00
PREGUNTA 4.-	55,29	16,71	72,00
PREGUNTA 8.-	54,52	16,48	71,00
<b>TOTAL</b>	<b>278</b>	<b>84,00</b>	<b>362,00</b>

Elaborado por: Paulo Salazar C.

**Cuadro 11.- Verificación.**

PREGUNTAS	FREC. OBSERV.	FREC. ESPER.	O - E	(O - E) <sup>2</sup>	(O - E) <sup>2</sup> /E
PREG. 1*.- PREP.FISICA (SI)	65	50,69	14,31	204,78	4,04
(NO)	1	15,31	-14,31	204,92	13,38
PREP. PSICOL. (SI)	25	29,95	-4,95	24,50	0,82
(NO)	14	9,05	4,95	24,51	2,71
PREP. TCNCA (SI)	37	33,02	3,98	15,82	0,48
(NO)	6	9,98	-3,98	15,82	1,59
PREG. 3.- (SI)	52	54,52	-2,52	6,37	0,12
(NO)	19	16,48	2,52	6,38	0,39
PREG 4.- (SI)	45	55,29	-10,29	105,94	1,92
(NO)	27	16,71	10,29	105,94	6,34
PREG. 8.- (SI)	54	54,52	-0,52	0,28	0,01

(NO)	17	16,48	0,52	0,28	0,02
<b>TOTAL</b>	<b>362</b>	<b>362,00</b>	<b>0,00</b>	<b>715,26</b>	<b>31,8</b>

Elaborado por: Paulo Salazar C.

## ESPECIFICACIONES DE LAS REGIONES DE ACEPTACIÓN Y RECHAZO.

Determinar grados de libertad.

$$gl = (f-1)(c-1)$$

**6 FILAS 2 COLUMNAS.**

$$gl = (6-1)(2-1)$$

$$gl = 5 \cdot 1$$

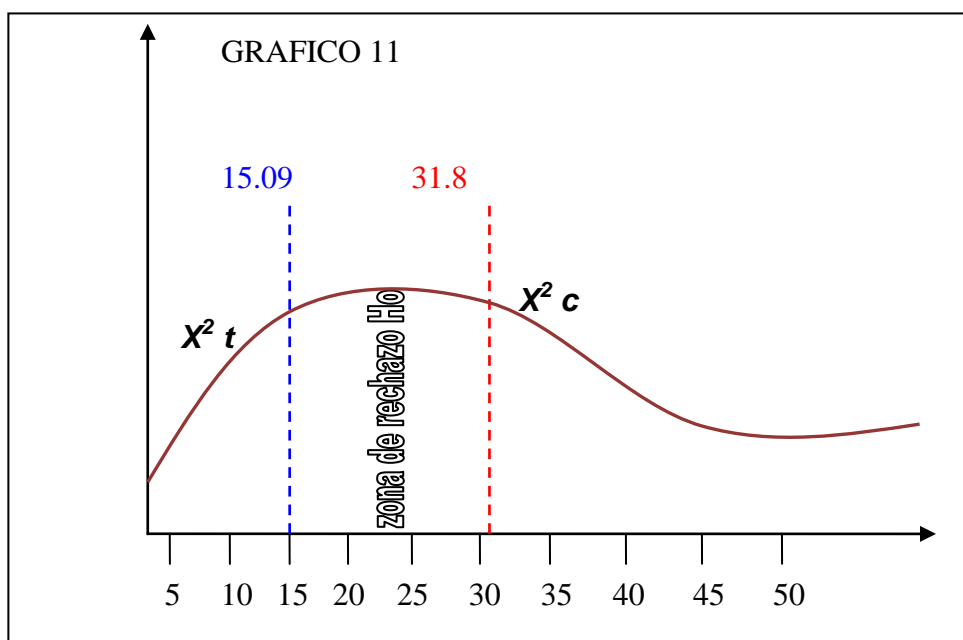
$$gl = 5$$

Como 5 gl y un nivel 0-01 nos da

**TABLA = 15.09**

**CHI CUADRADO TABULAR = 15.09**

### CAMPANA DE GAUSS



**Elaborado por: Paulo Salazar C.**

**DESICIÓN.-**

*Si el Chi Cuadrado Tabular es 15.09 y el Chi Cuadrado Calculado es 31.08 de acuerdo a las regiones planteadas el último valor 31.08 es mayor al 15.09 se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna que dice:*

*“La carencia de procesos para formación de deportistas **si** afecta el desarrollo físico, mental y aptitudinal para competencias deportivas-atléticas en los Segundos Años de Bachillerato.”*

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### CONCLUSIONES:

Al término del proceso de investigación y la elaboración del informe de la aplicación de encuestas al COBE, docente de Cultura Física y estudiantes del Segundo año de Bachillerato he llegado a una serie de conclusiones, ellas expongo las principales:

- *La elaboración de un manual de convivencia permite desarrollar los valores individuales y colectivos indispensables para el desarrollo social y de la institución.*
- *Definitivamente, una debida y minuciosa planificación deportiva mediante procesos de formación de deportistas ofrecen un elemento didáctico esencial para alcanzar el éxito en toda la actividad humana.*
- *La Planificación Deportiva (plan de clase) es la única herramienta didáctica que permite tener logros importantes en cualquier disciplina deportiva. Permite tener un control del avance de cada uno de los*



*deportistas, para la corrección de errores y reaplicar diferentes procesos de formación deportiva.*

- *Es evidente la falta de importancia institucional al área de Cultura Física y el trabajo en equipo del docente de Cultura física y el COBE.*
- *Se puede evidenciar que no existe ningún tipo de incentivo a los deportistas que participan en competencias y obtienen logros*

## **RECOMENDACIONES**

De la selección de las conclusiones que obtengo del proceso de investigación, he seleccionado con criterio de docente en el área de Cultura Física, las siguientes recomendaciones:

- *Elaborar un manual de convivencia para incentivar al desarrollo institucional, individual y colectivo*
- *Aplicar los procesos de formación deportiva en el Colegio “Dr. Camilo Gallegos D. “, para un verdadero avance físico, técnico y motivacional que permita participar a los estudiantes en todos los deportes.*
- *El docente debe recurrir a modelos modernos de procesos de formación deportiva que tenga muy en cuenta los procesos que debe tener un plan de clase con enfoque al desarrollo de formación de deportistas. Hacer seguimientos individuales y colectivos de los avances de los deportistas y realizar los ajustes en una respectiva planificación.*
- *Que el docente del área de cultura física trabaje en equipo en especial con el COBE, y la institución se preocupe por la formación de deportistas y, no por la sola participación en las competencias*
- *Detectar cuales son los incentivos necesarios y prioritarios que los estudiantes prefieren, con sus debidas limitaciones.*

## **CAPÍTULO VI**

### **LA PROPUESTA**

#### **6.1.- DATOS INFORMATIVOS.**

**TEMA:** El desarrollo de habilidades cognitivas, destrezas deportivas en clase mediante la aplicación de procesos en la formación de deportistas.

**INSTITUCIÓN** Colegio Nacional Técnico Mixto “Dr. Camilo Gallegos Domínguez”

**ÁREA** Cultura Física

**RESPONSABLE** Paulo Mauricio Salazar Córdova.

**LUGAR Y FECHA** Latacunga Años lectivos a partir del 2010

## **6.2.- ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA.**

*La actividad humana está ajustada a una serie de actividades que llevan a una forma de vivir cada vez más desarrollada, por esta razón, las actividades deportivas del ser humano en la institución y fuera de ella, conllevarán a una educación que permita el desarrollo físico, emocional y de habilidades cognitivas y destrezas psicomotoras, y el cuidado de su cuerpo así como la incorporación de valores a su vida.*

*En el Colegio Nacional Técnico Dr. Camilo Gallegos Domínguez, se busca formar jóvenes deportistas mediante la aplicación de procesos, participación y la motivación que se les brinda esta será una herramienta base para alcanzar grandes logros en las competencias y desarrollar las capacidades: físicas, intelectuales, espirituales y aptitudinales para que por medio de la integración sirvan en su formación integral, de su cuerpo y su alma y que la práctica de estos sea un instrumento para conseguir esta visión.*

*El ser humano en la medida en que va alejándose de las leyes naturales que le han sometido a su constante evolución como especie, se ve necesitado de algo que constantemente le estimule en su quehacer diario, ¿qué puede llevarlo a ello? para dar respuesta a esta interrogante aparece el concepto: motivación, procesos aplicados en la formación de deportistas.*

¿Cómo podemos definirla?

La motivación es la herramienta pedagógica que propicia la activación de las acciones motrices en los estudiantes, afectivas, cognitivas, de manera que, posibilite en ellos la voluntad de conseguir los objetivos y metas propuestos en la clase de Educación Física.<sup>25</sup>

*En el caso que nos ocupa, la clases de Educación Física, es importante la motivación previa hacia la actividad motriz que ha de desplegarse en el transcurso de los 45 minutos en que se desarrolla la actividad docente-educativa, no obstante de que los educandos esperen ansiosos, sobre todo en los primeros grados, la acción del juego como una fuente de placer, no por ello, el docente puede dejar de establecer su estrategia para la motivación ya que pueden ir languideciéndose progresivamente las expectativas de los estudiantes, sobre todo en aquellos menos dotados para poder asimilar, reproducir y desarrollar las habilidades y capacidades propuestas para la clase.*

---

<sup>25</sup> "La motivación es el factor o conjunto de factores que intervienen como causa de la conducta o móvil de la acción" (Diccionario Enciclopédico Universal)

### **6.3.- JUSTIFICACIÓN.**

*El desarrollo de habilidades cognitivas y destrezas psicomotoras que se presentan en el desarrollo de las clases de cultura física amerita preparar adecuadamente a los estudiantes mediante la motivación adecuada y un debido entrenamiento para participaciones en campeonatos internos y externos, así como, formar sus valores a través de la competencia sana y leal.*

*Para esto veo necesario que los jóvenes estudiantes se planteen metas a las cuales regirse actividades que les permitirán obtener condiciones físicas, técnicas y psicológicas necesarias para competir de una manera responsable. Por este motivo se realiza esta propuesta que conduzca a la preparación de los estudiantes, cumpliendo un cronograma de actividades previamente establecidas.*

*La misión institucional es orientar a los jóvenes menores de 18 años de edad sobre la importancia de practicar deportes, así como también, orientarlos sobre los males que afectan a nuestra sociedad, realizar charlas educativas por toda la institución alusivas a las drogas, el alcoholismo, los grupos o bandas juveniles, el VIH y el SIDA, etc., necesita de la determinación de llevar a cabo este proyecto y dotar a sus estudiantes de una de las herramientas de mejorar la calidad de vida a través de la práctica de deportes.*

## **6.4.- OBJETIVOS.**

### **6.4.1.- OBJETIVO GENERAL.**

- Elaborar la propuesta de innovación pedagógica en el área Cultura Física en la formación de deportistas mediante la aplicación de una adecuada planificación de la Unidad Didáctica y el Plan de Clase, para las competencias y la vida.

### **6.4.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Comprender y conocer los fundamentos de los Movimientos deportivos y de la Cultura Física y su aplicación en la planificación deportiva para la formación de deportistas
- Aprovechar de las condiciones innatas de los educandos a través de procesos adecuados, para la orientación en el desarrollo de las capacidades físicas, cognitivas, aplicables en competencias.
- Realizar fichas deportivas a los estudiantes más destacados para tener un seguimiento individual de sus adelantos deportivos y motivar a los demás a participar.

## 6.5.- ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD.

### 6.5.1.- Cuadro 12: PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO.

RUBROS	ESPECIFICACIONES	MONTO	FINANCIAMIENTO
DE OPERACIONES.	Presupuesto de la Institución para adecuaciones e implementación deportiva	-----	Autofinanciamiento institucional
DE MATERIALES	Balones, conos, colchonetas, implementos varios	-----	Autofinanciamiento institucional
DE PERSONAL	Maestros y entrenadores de la institución	-----	Sueldo del Estado
COBE	Profesional en Psicología de la institución.	-----	Sueldo del Estado
<b>TOTAL.</b>	-----	-----	-----

**Elaborado por:** Paulo Salazar C.

## 6.6.- FUNDAMENTACIÓN.

*Para Tener los fundamentos necesarios para la elaboración de la propuesta se tomara en cuenta la iniciación al atletismo y la iniciación a la gimnasia, ya que por medio de este se puede alcanzar los niveles de desarrollo que son necesarios para la participación en competencias deportivas, partiendo de que la mayoría de competencias se basan en el atletismo como parte de las actividades intercolegiales.*

*La Planificación de la Unidad Didáctica y el Plan de Clase, la evaluación de Cultura Física fundamentada en indicadores de logros académicos, como también en metas, mismas que evidencien logros de calidad en preparación de deportista, niveles de éxito en la participación en las competencias, satisfacción personal e institucional, por tanto, el reconocimiento social de la institución educativa.*

## **INICIACIÓN AL ATLETISMO.**

En la iniciación al atletismo, las pruebas más recomendables para trabajar con los estudiantes son:

**Pruebas de velocidad corta**, donde predomine el desarrollo de la velocidad de reacción, se puede trabajar fácilmente mediante juegos (cara o cruz, cuatro esquinas...). Resulta muy interesante la práctica de salidas variando la posición corporal o variando el estímulo o señal de partida.

**Carreras de resistencia:** nos interesa más el desarrollo de esfuerzos aeróbicos (mediante distancias largas) que la ejercitación de pruebas de medio fondo que requieren esfuerzos agonísticos en los estudiantes. Resulta difícil su desarrollo mediante juegos, puesto que los estudiantes en su afán competitivo suelen realizar esfuerzos muy altos (anaeróbicos), aunque como bien dicen ciertos autores, ellos mismos son capaces de autorregularse a través de los descansos. Mediante las carreras de resistencia trataremos que los estudiantes aprendan a dosificar el esfuerzo, a controlar el ritmo respiratorio y a conocer y tomar conciencia de la importancia de las pulsaciones como mecanismo de medida del esfuerzo.



**Carreras de relevos:** los relevos nos proporcionan un elemento de gran motivación para los estudiantes, tanto por su carácter competitivo como por la realización en grupo. Podemos diseñar en nuestras sesiones gran variedad de juegos de relevo, utilizando como testigo gran variedad de objetos: picas, conos, aros, balones, etc.

**Salto:** nos interesan los saltos como dominio del espacio, tanto del plano vertical como horizontal.

Debemos de hacer conscientes a los estudiantes de la necesidad de medir la carrera de aproximación (talonamiento). El salto de longitud se puede trabajar tanto de forma analítica como global. Podremos utilizar recursos adicionales para mejorar la capacidad de salto, banco, parte superior del plinto, y la caída la podremos realizar sobre arena o colchoneta blanda. En el salto de altura se tendrá en cuenta la necesidad de realizar una carrera en curva así como de batir con la pierna más alejada al listón. En la edad escolar sólo precisamos de una cuerda para realizar saltos de altura a modo de tijera. El salto con pértiga lo podemos realizar con una pica.

**Vallas:** para la iniciación no se requiere un material específico, por otro lado no aconsejable por su peligrosidad. Los estudiantes podrán saltar las líneas pintadas en el suelo, cuerdas, a los propios compañeros tumbados en el suelo. Podemos utilizar un material seguro y asequible como son las vallas de psicomotricidad, formadas conos y/o ladrillos adaptados a picas. Más que la altura de las mismas lo que nos interesa es que los estudiantes vivan diferentes situaciones problemáticas como:

Tratar de pasar todas las vallas siempre con la misma pierna de batida:

- Con distancia entre valla y valla constante
- Variando la distancia entre vallas

Pisar con la pierna estirada tras el franqueo de la valla.

Tratar de pasar entre valla y valla con el mismo número de zancadas con distancia entre vallas constante

**Lanzamientos:** son pruebas excesivamente técnicas, por ello más que la ejecución técnica nos interesa la posibilidad de realizar distintos tipos de lanzamientos como habilidad básica. Se utilizarán artefactos adaptados: pelotas (peso), picas (jabalina), scacht (martillo). El estudiante debe tomar conciencia de la necesidad de lanzar con todo el cuerpo más que con el brazo. Se pueden diseñar actividades de lanzamientos de precisión o de distancia, o bien juegos de pase.

*El atleta debe estar en óptimas condiciones de salud fruto de su disciplina en la alimentación, entrevista con la profesional de psicología COBE, autoestima elevada al sentir el respaldo de las autoridades de la institución educativa como de los maestros de las asignaturas de especialidad, el respaldo incondicional de los padres de familia, el afecto de la familia.*

*Temas que se deben trabajar en equipo institucional, esto significa NO únicamente cumplir con la carga horaria sino, recordar que fui estudiante y las necesidades educativas insatisfechas, es decir, desarrollar una empatía con esas necesidades de los estudiantes e institucionales.*

## INICIACIÓN A LA GIMNASIA

La gimnasia deportiva, tanto masculina como femenina, está basada en movimientos naturales y nos permiten el desarrollo tanto de habilidades básicas como de cualidades coordinativas, aspectos íntimamente ligados al control corporal:

- equilibrio
- giros
- saltos
- trepas
- suspensiones
- balanceos

En la Iniciación, desde el punto de vista didáctico se trabajarán los elementos gimnásticos del siguiente modo:

**Giros:** se tendrá en cuenta el desarrollo en función de los tres ejes corporales:

Longitudinal:

- Giros de 360° de pie:

En posición estática: andando, pivotando sobre un pie, saltando

En posición dinámica tras carrera y salto y continuación corriendo, tras carrera y salto y con caída en equilibrio estático.

- Giros de 360° tumbado: rodando

#### Transversal:

- Buscando la posición de "arado"
- Voltereta adelante (variando la posición de salida)
- Encadenando varias volteretas
- Voltereta atrás

#### Antero posterior:

- Saltando apoyando las manos sobre un banco
- Rueda lateral

Combinación de los ejes para realizar varios giros consecutivos

## ***Equilibrios:***

### Estáticos:

- Clavo o vela
- Equilibrio de brazos (pino) con apoyo en la pared
- Cuadrupedias con dos apoyos (una mano y el pie contrario) tanto en prono como en supino.
- Paloma
- Pata coja
- Cuclillas
- Puntillas

### Dinámicos:

Recorrer filas de bancos suecos:

- Bancos unidos
- Bancos separados
- Con un saco de arena en la cabeza
- Botando un balón
- En desplazamiento lateral o andando marcha atrás.

Transportar balones en parejas con diferentes partes del cuerpo sin cogerse de las manos: frente, pecho, espalda, cadera.

Recorrer bancos invertidos sobre apoyo de una pica a modo de balancín.

Cuadrupedias: si bien no es un elemento puramente gimnástico, si que el factor de coordinación dinámica general implícito hace que su inclusión sea muy recomendable como un elemento más de control del propio cuerpo. Podemos crear varias situaciones motrices en función de la posición corporal (supino o prono) o de la dirección del desplazamiento (adelante o hacia atrás).

Salto: los saltos en la gimnasia están ligados al caballo o al potro, nosotros contamos con unos recursos muy simples, los propios niños. El salto a la piola, y su desarrollo a través de los juegos tradicionales se convierte en un elemento muy motivador (Entera, la bombilla, la culata de San Andrés, Pitote...)

Como hemos podido observar, no es necesaria la **utilización** de un **material** específico para la realización de elementos gimnásticos. Simplemente con las tradicionales colchonetas o los bancos suecos, amén del material polivalente de Educación Física tenemos suficientes recursos como para desarrollarlos.

Sí que es necesario advertir del **riesgo** que implican algunas de estas destrezas o movimientos, por lo que deberemos tener una especial precaución. De igual modo este riesgo hace que aparezcan conductas de miedo en determinados estudiantes, ya sea por su bajo nivel de destrezas, por su volumen corporal o simplemente por la inseguridad en sí mismos,

cuando exista un riesgo evidente no lo realizarán, y cuando éste sea más por inseguridad que por falta de control corporal trataremos de que lo realicen sin forzar la situación, por ejemplo los estudiante que tienen miedo a las volteretas cuando consiguen realizarlas sienten una gran satisfacción personal por el logro de un obstáculo psicológico más que motriz.

### **6.7.- Metodología (Modelo operativo)**

- Método de Persuasión.
- Método de Diálogo o Conversación Ética.
- Método de Crítica y Autocrítica.
- Método de Exigencia.
- Método de Asignación de Responsabilidades.
- Método de Emulación.
- Método de Estímulo.
- Método de Sanción.





## **SIMBOLOGIA SOBRE EL CUADRO ANTERIOR.**

### **OBJETIVOS**

1. Trabajar adecuadamente en el desarrollo de las habilidades, destrezas y capacidades, para luego perfeccionarlas.
2. Conocer los aspectos básicos para el desarrollo de habilidades físicas la práctica del deporte en cuanto a motivación.
3. Lograr despertar el interés por la práctica del deporte en los estudiantes como parte esencial en su formación integral.
4. Aprovechar de las condiciones natas los estudiantes, para con la adecuada orientación desarrollar eventos deportivos que permitan integrar a la participación.
5. Encaminar a los educandos a Cultivar el deporte de acuerdo a su biotipo y gusto.

### **ACTIVIDADES**

1. Aplicar la propuesta para el desarrollo de habilidades y destrezas en la preparación de los estudiantes que quieran participar en competencias en el colegio Dr. Camilo Gallegos Domínguez.
2. Selección de información referente al tema a través de los medios modernos de tecnología.
3. Presentación de videos, charlas, debates sobre el desarrollo de habilidades y destrezas y los tipos de motivaciones que se brindan

permitan incentivar a los estudiantes a alcanzar un desarrollo óptimo, para participar en competencias deportivas.

4. Organización de campeonatos deportivos internos para motivar a la participación de los estudiantes.
5. Elaboración de una planificación deportiva estructurada en la que conste, fichas médicas, psicológicas, inteligencias múltiples y desarrollo personal, trabajo conjunto con el departamento del DOBE–COBE, Un médico (si hubiere), psicólogos y orientadores vocacionales.

### **MEDIO DE VERIFICACION**

1. Hojas de seguimiento de la unidad de entrenamiento hojas de rendimiento individual y colectivo y Resultados de los test.
2. Unidades de entrenamiento dinámicas modernas con trabajos de índole individual y colectivo.
3. Hoja de control de seguimiento de actividades del Proyecto extracurricular institucional
4. Calendario deportivo y hoja de resultados
5. Registro en fichas individuales a los estudiantes preseleccionados.

### **OBSERVACIONES**

1. Comparación de los test y medición de avances.
2. Avances significativos en los deportistas en las diferentes capacidades desarrolladas.
3. Medir el interés de los Estudiantes

## **GASTO POR FUENTE**

1. Presupuesto institucional
2. Aporte del comité central de Padres de Familia
3. Aporte de los estudiantes a través de sus padres.

## 6.8.- ADMINISTRACIÓN

### 6.8.1.- Cuadro 14: DETERMINACIÓN DE ACTIVIDADES

ETAPAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLES	FECHA
<b>DE PLANIFICACIÓN</b>	Elaboración del diseño de Proyecto de deportes	Planificación deportiva en los diferentes deportes	Maestros de Cultura Física	<b>Marzo 2010</b>
<b>DE ORGANIZACIÓN</b>	Coordinación con autoridades y profesores para lograr su apoyo en la ejecución del Proyecto.	Documentos sobre metodología a seguir y guía de trabajo	Maestros de Cultura Física	<b>Abril 2010</b>
<b>DE DESARROLLO</b>	Determinar el nivel de desarrollo físico en las categorías a desarrollar.	Métodos a aplicar en cada deporte (dependiendo de la disciplina)	Maestros de Cultura Física	<b>Septiembre 2010 a Junio 2011</b>
<b>DE EVALUACIÓN.</b>	Seguimiento de resultados, logros y mediciones en las competencias que se participe	Fichas individuales, y juegos relacionados	Maestros de Cultura Física	<b>Marzo 2010 a Junio 2010</b>

**Elaborado por:** Paulo Salazar C.

## 6.9.- PREVISIÓN DE LA EVALUACIÓN

### 6.9.1.- Cuadro 15: SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

<b>INSTRUMENTOS</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>FECHAS</b>	<b>FUENTE DE VERIFICACIÓN</b>
<b>Proyecto de desarrollo de habilidades</b>	Área de Cultura Física	Marzo 2010	Original del Proyecto aprobado
<b>Manual de metodología a seguir y guía de trabajo</b>	Área de Cultura Física	Abril 2010	Descripción de procesos metodológicos establecidos en el Proyecto
<b>Especificaciones de las competencias deportivas</b>	Profesores y entrenadores del Área de Cultura Física	Octubre 2010 a Junio 2011	Cronograma de eventos deportivos a realizar
<b>Seguimientos al proceso</b>	Profesores del área de Cultura Física	Octubre 2009 a Junio 2010	Hojas de control y resultados de cada evento realizado.

Elaborado por: Paulo Salazar C.

## **BIBLIOGRAFÍA:**

### **Libros, revistas y editoriales**

- *Para entender la actividad física (VENEGAS Joffre, Universidad Técnica de Ambato)*
- ELABORACIÓN DE PROYECTOS D INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA, Víctor, Hugo Abril
- MANUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES (OCEANO)
- González, Viviana y otros: Psicología para educadores.
- *Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana, 2001*
- REVISTA “PRACTICA DE VALORES DEPORTIVOS”, segunda edición Colegio Hermano Miguel.
- La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde. Barcelona. 1995.
- Bonilla V. Carlos. Pedagogía y cultura física. Editorial Kinesis

### **LEYES.**

- LEY DEL DEPORTE (Ministerio de Educación y Cultura)
- (REFORMA CURRICULAR, Área De Cultura Física.)
- CONSTITUCIÓN DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR(Aprobado por la Asamblea Constituyente)

## Paginas de internet.

- [www.psicologiaonline.com/ebooks/deporte/fundamentos.shtml](http://www.psicologiaonline.com/ebooks/deporte/fundamentos.shtml)
- [www.ecuadorcoe.org.ec](http://www.ecuadorcoe.org.ec)
- [www.cotopaxihoy.com](http://www.cotopaxihoy.com)
- [www.deporteysalud.com](http://www.deporteysalud.com)
- <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/032-motivacion.pdf>
- [www.efdeportes.com/efd36/didact.htm](http://www.efdeportes.com/efd36/didact.htm)
- <http://atletasmaster.com.ar>
- [www.explored.com.ec/ecuador](http://www.explored.com.ec/ecuador)
- [www.psicologia-online.com/ebooks/deporte/fundamentos.shtml](http://www.psicologia-online.com/ebooks/deporte/fundamentos.shtml)
- [www.camilogallegosdominguez.edu.ec](http://www.camilogallegosdominguez.edu.ec)
- [www.pedagogiadeportiva-online.com](http://www.pedagogiadeportiva-online.com)
- [WWW.PROCESOSFORMATIVOS/Deportes/evolución.cfm](http://WWW.PROCESOSFORMATIVOS/Deportes/evolución.cfm)
- <http://apuntes.Rincondelvago.com>
- <http://www.monografias.com/trabajos15/habilidades-docentes/habilidades-docentes.shtml>
- [www.orange.es/](http://www.orange.es/)
- [www.entrenamiento.com](http://www.entrenamiento.com)
- [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)
- <http://ec.globedia.com>
- [www.revistapolis.cl](http://www.revistapolis.cl)
- HTML salud-física

## ANEXOS

### Anexo 1.- CROQUIS DE LA UBICACIÓN DEL COLEGIO EN EL CUAL SE REALIZO LA INVESTIGACIÓN

#### SIMBOLOGÍA



Colegio Nacional Técnico “Dr. Camilo Gallegos Domínguez”

UBICACIÓN  
Panamericana Norte Km1  
Hacienda San Gabriel vía a  
la Ciudad de Quito.



PROVINCIA DE COTOPAXI.



**Anexo 2.- MODELOS DE ENTREVISTAS Y ENCUESTAS.**

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO.  
CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN.**

**Modelo de entrevista dirigida a los señores miembros del DOBE o COBE, del Colegio Nacional Técnico “Dr. Camilo Gallegos D.” de la Ciudad de Latacunga.**

Solicito de la manera más comedida proporcionarme la información que solicito a través de las siguientes preguntas.

1.- ¿DOBE – COBE, participa activamente en la preparación psicológica de los estudiantes?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....  
.....

2.- DOBE – COBE, cuenta con el equipo multidisciplinario que permita el trabajo con los estudiantes seleccionados en elevar la autoestima

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....  
.....

3.- ¿Cual es el apoyo que brinda el DOBE o COBE a los estudiantes seleccionados para las distintas disciplinas deportivas?

.....  
.....  
.....  
.....

Gracias por su colaboración.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO.  
CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN.

**Entrevista dirigida al Profesor de Cultura Física del Colegio Nacional Técnico “Dr. Camilo Gallegos D.” de la Ciudad de Latacunga.**

Por favor conteste de acuerdo a su realidad.

1.- ¿Cuenta la institución con material didáctico para el área de cultura física para cumplir las necesidades deportivas?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....  
.....

2.- ¿Cuenta la institución con apoyo económico destinado al deporte por parte del estado?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....  
.....

3.- ¿Qué procesos de formación de deportistas utiliza usted para que los estudiantes se motiven a participar en competencias Intercolegiales?

.....  
.....

4.- ¿Qué apoyo usted recibe del DOBE o COBE para la motivación, autoestima de los deportistas?

Siempre ( )  
Rara vez ( )  
Nunca. ( )

¿Por qué?

.....  
.....

5.- ¿Cree Usted que la capacitación que se oferta en la provincia es suficiente para el ejercicio de su profesión?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....  
.....

**Gracias por su colaboración.**

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO,  
CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN.

**Encuesta dirigida a los estudiantes del Segundo año de Bachillerato del Colegio Nacional Técnico “Dr. Camilo Gallegos D.” de la Ciudad de Latacunga.**

¿Por favor conteste de acuerdo a su realidad como estudiante y su institución en el área de Cultura Física?

1.- ¿Qué tipo de procesos de formación deportiva utiliza el maestro para la participación en los intercolegiales?

Preparación Física. SI ( ) NO ( )

Preparación Psicológica. SI ( ) NO ( )

Preparación técnica. SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....

2.- ¿Que puede Sugerir usted para mejorar la formación de deportistas para competencias intercolegiales?

.....

3.- ¿Te gustaría participar en los Procesos de formación deportiva para representar a tu institución?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....

4.- ¿Cree Usted que los estudiantes seleccionados han recibido el suficiente apoyo moral y motivacional de las autoridades y profesores?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....

5.- ¿Para participar en competencias deportivas crees que hay que mejorar tu rendimiento físico?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....

6.- ¿Cree Usted que puede realizar la preparación de los diferentes deportes en horas clase de cultura física por trimestre?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?

.....

7.- ¿Crees que los estudiantes que participan en competencias intercolegiales han recibido el apoyo económico del comité central de padres de familia?

SI ( ) NO ( )

¿Por qué?:.....

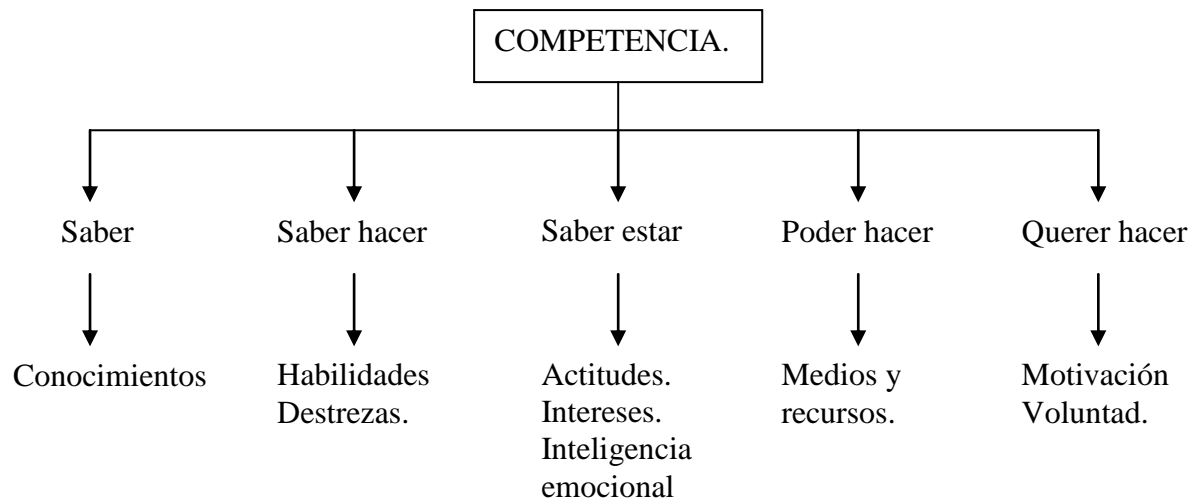
8.- ¿Si fueras escogido para representar a tu colegio, puedes planificar tu tiempo libre para el entrenamiento?

SI ( ) NO ( )

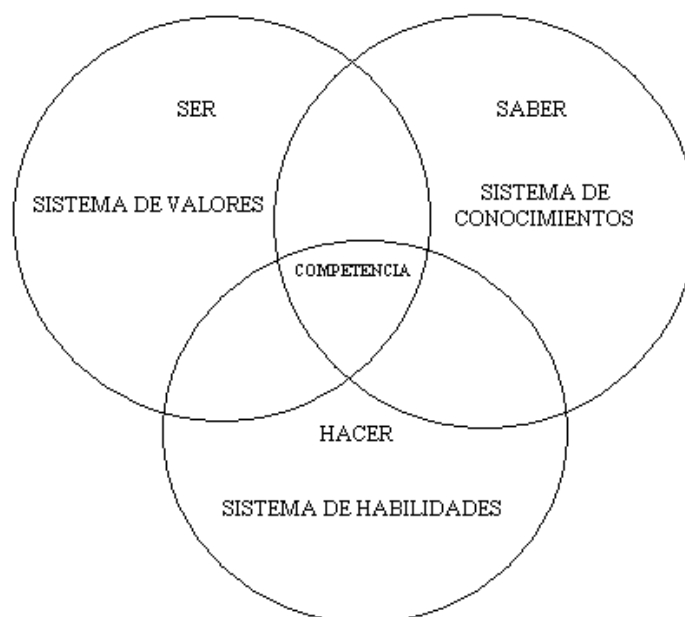
¿Por qué?: .....

**Gracias por su colaboración.**

### Anexo 3.- BASES PARA LA EJECUCIÓN DE COMPETENCIAS.



### Anexo 2.- INTEGRACIÓN DE SABERES.



#### **Anexo 4.- Fotografías.**

#### **CANCHAS CON QUE CUENTA LA INSTITUCIÓN**



#### **INSTRUCCIONES PARA LA EJECUCIÓN DE LA PRÁCTICA**



**Ejecución de clases de danza.**



**Charlas motivacionales a los estudiantes.**



**PROFESORES A CONTRATO E INSPECTOR.**



## EJECUCIÓN DE CONVERSIONES PARA EL JURAMENTO.

