

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA
Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-**

**“LA NECESIDAD DE IMPLEMENTAR UNA PROPUESTA
METODOLOGICA, PARA IMPARTIR LA ESPECIALIZACION EN
PREPARACION FISICA A NIVEL PREGRADO DEL TECNICO EN
DEPORTES”.**

LUIS ANTONIO DE LEON BRAN

GUATEMALA, MARZO DE 2,013

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA
Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-**

**“LA NECESIDAD DE IMPLEMENTAR UNA PROPUESTA
METODOLOGICA, PARA IMPARTIR LA ESPECIALIZACION EN
PREPARACION FISICA A NIVEL PREGRADO DEL TECNICO EN
DEPORTES”.**

Informe final de investigación

Presentado al honorable consejo directivo de la Escuela de
Ciencias Psicológicas.

Por

LUIS ANTONIO DE LEON BRAN

PREVIO A OPTAR AL TITULO DE

**LICENCIADO EN EDUCACION FISICA, DEPORTES Y
RECREACION**

**EN GRADO ACADEMICO DE
LICENCIADO**

GUATEMALA, MARZO DE 2,013

MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO

Licenciado Abraham Cortez Mejía

Director

M.A. María Iliana Godoy Calzia

Secretaria

Doctor Leonidas Ávila Palma

Decano de la Facultad de Medicina, Veterinaria y Zootecnia

Doctor Hermógenes Estuardo Pacheco Solís

Representante Docente de la Facultad de Medicina

Licenciado Héctor Hugo Lima Conde

Representante Docente de la Facultad de Humanidades

Ingeniero Edgar Yanuario Laj Hun

Representante Estudiantil de la Facultad de Ingeniería

Licenciado Carlos Vicente Quiché Chiyal

**Representante Estudiantil de la Facultad de Ciencias
Económicas**

c.c. Control Académico
ECTAFIDE
Reg.313-12
CODIPs. 146-2013

De Orden de impresión informe Final de Investigación

01 de marzo de 2013

Estudiante
Luis Antonio De León Bran
ECTAFIDE
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO SÉPTIMO (27º.) del Acta CERO SEIS GUIÓN DOS MIL TRECE (06-2013), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de febrero de 2013, que copiado literalmente dice:

VIGÉSIMO SÉPTIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: “**LA NECESIDAD DE IMPLEMENTAR UNA PROPUESTA METODOLÓGICA, PARA IMPARTIR LA ESPECIALIZACIÓN EN PREPARACIÓN FÍSICA A NIVEL PREGRADO DEL TÉCNICO EN DEPORTES**”, de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, realizado por:

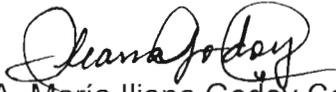
Luis Antonio De León Bran

CARNÉ No.200611691

El presente trabajo fue asesorado por el Licenciado Byron Ronaldo González; M.A., y revisado por el Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


M.A. María Iliana Godoy Calzia
SECRETARIA



/gaby



Of. ECTAFIDE No. 056-13
Reg. 313-12
DIR. 1,139-2012
INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN

Guatemala, 22 de febrero de 2013

Señores Miembros
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano –CUM-

Respetables Señores:

Reciban un cordial saludo de la Coordinación General de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-.

Por este medio me dirijo a Ustedes, para informarles que he procedido a la revisión del Informe Final de Investigación, previo a optar al grado de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, del estudiante:

Nombre: LUIS ANTONIO DE LEÓN BRAN

Carné No. 200611691

Titulado: **LA NECESIDAD DE IMPLEMENTAR UNA PROPUESTA METODOLÓGICA, PARA IMPARTIR LA ESPECIALIZACIÓN EN PREPARACIÓN FÍSICA A NIVEL PREGRADO DEL TÉCNICO EN DEPORTES.**

Asesor: Lic. Byron Ronaldo González; M.A.

Revisor: Lic. Byron Ronaldo González; M.A.

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por ECTAFIDE, emito **dictamen favorable**, para que continúen con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

"Id y Enseñad a Todos"

Lic. Byron Ronaldo González; M.A.
Coordinador General
ECTAFIDE



C.c. Control Académico
Archivo
/rosario



REF. -ICAF-No. 118-12

Informe Final de Investigación
Guatemala, 08 de noviembre de 2012



Licenciado
Juan Fernando Avendaño Antón
Coordinador General
Escuela de Ciencias y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Licenciado Avendaño:

Cordialmente me dirijo a usted, para informarle que he procedido a la revisión del Informe Final de Investigación, previo a optar al grado de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación de:

Estudiante: **Luis Antonio De León Bran**

Carné: 200611691

Tema: LA NECESIDAD DE IMPLEMENTAR UNA PROPUESTA METODOLÓGICA, PARA IMPARTIR LA ESPECIALIZACIÓN EN PREPARACIÓN FÍSICA A NIVEL PREGRADO DEL TÉCNICO EN DEPORTES.

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por - ECTAFIDE- emito DICTAMEN FAVORABLE, para que continúe con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

Licenciado Byron Ronaldo González, M.A.
Subcoordinador de investigación -ICAF-
Revisor



c.c. archivo
/rut



REF. -ICAF-No. 116-12
Informe Final de Investigación
Guatemala, 02 de noviembre de 2012

Subcoordinador de Investigación -ICAF-
Escuela de Ciencias y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-
Su despacho

Subcoordinador de Investigación:

De la manera más cordial me dirijo a usted, para comunicarle que he procedido a la Asesoría del Informe Final de Investigación, del estudiante: **Luis Antonio De León Bran**, con carné **200611691**, titulado: LA NECESIDAD DE IMPLEMENTAR UNA PROPUESTA METODOLÓGICA, PARA IMPARTIR LA ESPECIALIZACIÓN EN PREPARACIÓN FÍSICA A NIVEL PREGRADO DEL TÉCNICO EN DEPORTES, y por considerar que cumple con los requisitos establecidos en el Reglamento del ICAF, emito *dictamen favorable* para que continúe con los trámites administrativos correspondientes.

Agradeciendo su atención, me despido.

Atentamente,

Licenciado Byron Ronaldo Gonzalez, M.A.
Subcoordinador de investigación -ICAF-
Asesor



c.c. archivo
/rut



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9^a. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel. 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

C.c. Control Académico

ECTAFIDE

Reg.313-12

DIR. 1,139-2012

De Aprobación de Proyecto de Investigación

10 de mayo de 2012

Estudiante
Luis Antonio De León Bran
ECTAFIDE
Edificio

Estudiante:

Transcribo a usted el ACUERDO DE DIRECCIÓN UN MIL CIENTO TREINTA Y UNO GUIÓN DOS MIL DOCE (1,131-2012), que literalmente dice:

"UN MIL CIENTO TREINTA Y UNO: Se conoció el expediente que contiene el Proyecto de Investigación titulado: **LA NECESIDAD DE IMPLEMENTAR UNA PROPUESTA METODOLÓGICA, PARA IMPARTIR LA ESPECIALIZACIÓN EN PREPARACIÓN FÍSICA A NIVEL PREGRADO DEL TÉCNICO EN DEPORTES** de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, presentado por:

Luis Antonio De León Bran

CARNÉ 200611691

Considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN** y nombrar como Asesor a Licenciado Byron Ronaldo González; M.A..

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Doctor César Augusto Lambour Lizama
DIRECTOR INTERINO





Guatemala, 8 de noviembre de 2,012

Licenciado

Juan Fernando Avendaño Antón
Coordinador General
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE–
Ciudad Universitaria, zona 12

Por este medio me permito saludarlo, a la vez comunicarle que el estudiante Luis Antonio De León Bran, carné No. 200611691; realizó su trabajo de investigación de tesis con el tema: "La necesidad de implementar una propuesta metodológica, para impartir la especialización en preparación física a nivel pregrado del técnico en deportes"; bajo la Asesoría del suscrito; la cual dio inicio del 05 de marzo al 30 de septiembre de 2,012.

Atentamente,

"Id y Enseñad a Todos"

A handwritten signature in blue ink, consisting of a stylized 'B' followed by a series of loops and a long vertical stroke, all enclosed within a large, hand-drawn oval.

Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.
Subcoordinador de Investigación –ICAF–
Asesor

PADRINOS

Byron Ronaldo González; M.A.
Magister Artium en Educación Superior
Colegiado No. 4,500

Juan Fernando Avendaño Antón.
Licenciado en Psicología
Colegiado No. 1,987

ACTO QUE DEDICO

A DIOS:

Padre todo poderoso y misericordioso, por la bendición de darme salud, protección, sabiduría durante toda mi vida.

A MIS PADRES:

Hugo Milton De León Pereyra y Ana Valeria Bran, por ser parte indispensable en mi vida, y demostrarme que confiando en Dios siempre podre lograr mis metas.

A MIS HERMANOS:

Hugo Nelton, José Milton, Juan Francisco, Anna María, Gabriela Lizeth, Roxana Elizabeth, María del Carmen, Ingrid Celeste, por brindarme el apoyo moral y su cariño durante toda mi vida.

A MIS ABUELITAS:

María del Carmen Pereira y Basilia Jacinto, por mantener unida a toda mi familia.

A MI ESPOSA:

Rosmery Monroy, por su incondicional apoyo.

A MI PRINCESA:

Angie Marbella, *por ser una gran bendición que llena nuestra vida de amor todos los días.*

A MIS TIOS:

Por formar parte importante en mi vida y familia.

A MIS PRIMOS Y PRIMAS:

Porque siempre estarán conmigo para brindarme su respaldo.

A MIS AMIGOS:

Francisco Javier García, Víctor Manuel Juárez, Julisa Chacón, Salvador Maldonado, Juan Carlos Ruiz, Hugo Recinos y Melissa Escobar, por su eterna amistad.

A LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS:

Especialmente a –ECTAFIDE- por ser la cuna de mi desarrollo profesional.

A MI QUERIDO SAN LUCAS TOLIMAN:

Lugar en el cual Dios me permitió nacer.

A MI PATRIA:

Guatemala, porque con esto engrandezco a esta tierra bella.

A USTED:

Especialmente por su presencia.

Tabla de contenido

	Págs.
Introducción	1
I. Marco Conceptual	
1.1 Antecedentes	2
1.2 Justificación	7
1.3 Definición del problema	8
1.3.1 Determinación del problema	9
1.3.2 Alcances y límites	10
1.3.2.1 Ámbito geográfico	10
1.3.2.2 Ámbito institucional	10
1.3.2.3 Ámbito poblacional	10
1.3.2.4 Ámbito temporal	10
II. Marco Metodológico	
2.1 Objetivos	11
2.1.1 General	11
2.1.2 Específicos	11
2.2 Población	11
2.3 Trabajo de campo	12
2.4 Elaboración de cuestionario	12
2.5 Hipótesis	12
2.5.1 Variables	13
2.5.1.1 Independientes	13
2.5.1.2 Dependientes	13
2.5.2 Indicadores	13
III. Marco Operativo	
3.1 Descripción	14
3.2 Técnicas de recolección de datos	14
3.2.1 Fuentes de datos	14
3.2.1.1 Directa	14
3.2.1.2 Indirecta	14

3.2.1.3 Electrónica	15
3.2.2 Técnicas de recolección	15
3.3 Trabajo de campo	15
3.4 Sistema de la información	15
3.5 Control del proyecto	16
3.5.1 El gráfico de Gantt	17
IV. Marco Teórico	
4.1 La preparación física en el sistema del entrenamiento deportivo	18
4.2 La preparación física como medio para mejorar la calidad de vida	20
4.3 Cualidades para estar físicamente en forma	21
4.4 Contexto universitario del pregrado técnico en deportes	22
4.5 Base legal de deporte en Guatemala	24
4.5.1 Constitución Política de la República de Guatemala	24
4.5.2 Ley nacional para el desarrollo de la cultura física y el deporte, decreto No. 76-97, del Congreso de la República de Guatemala	25
4.6 Base legal de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-	25
4.6.1 Fines de la escuela	26
4.6.2 Concepción filosófica	26
4.6.3 Objetivos	26
4.6.4 Visión	27
4.6.5 Misión	27
4.6.6 Perfil de ingreso	27
4.6.7 Perfil de egreso del nivel de formación general o área común	27
4.6.8 Perfil de egreso del nivel de especialización	28
4.7 Ejes educacionales y áreas científicas del pensum de estudios de ECTAFIDE	28
4.4.1 Organigrama de los ejes educacionales	29
4.4.2 Eje de cultura física	29
4.4.2.1 Área de deportes	29

4.8	Pensa de estudios a nivel pregrado de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte ECTAFIDE	30
4.8.1	Asignaturas básicas a nivel general	30
4.8.2	Asignaturas de la especialidad	33
4.8.2.1	Descripción del curso Didáctica Especial Del Deporte I (TD-35.11)	34
4.8.2.2	Descripción del curso Didáctica Especial Del Deporte II (TD-36.11)	34
4.8.3	Especialidades con que cuenta actualmente el pregrado del técnico en deportes	35
4.9	Áreas de oportunidad laboral del técnico en deportes	36
V.	Marco Administrativo	
5.1	Recursos	37
5.1.1	Humanos	37
5.1.2	Materiales	37
5.1.3	Físicos	37
VI.	Análisis de los Resultados	
6.1	Porcentajes de análisis descriptivo	38
6.2	Aspectos a interpretar en la recolección de datos	38
VII.	Conclusiones	39
VIII.	Recomendaciones	40
IX.	Referencias Bibliográficas	41
X.	Anexos	43

Introducción

La elaboración del proyecto de tesis es el último paso previo a obtener el grado profesional de licenciatura en educación física, deporte y recreación, el cual es otorgado por medio de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-, de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

En Guatemala, los ámbitos de la cultura física están conformados por la masificación de las actividades física para los distintos grupos de nuestra sociedad, la práctica de actividades programadas cronológicamente en la clase de educación física, la especialización en un deporte determinado y finalizando por el alto rendimiento, estas son las áreas que forman de la estructura deportiva de nuestro país.

Los egresados del nivel pregrado del técnico en deportes tienen un campo laboral amplio, teniendo en cuenta que en cada ámbito motriz existen etapas en el desarrollo de habilidades físicas y psíquicas que deben de estimularse, desde la infancia, adolescencia o edad adulta, dependiendo del grupo etario con que se trabaje.

Parte de este campo laboral lo constituye el desarrollar planes y programas de entrenamiento, sean para alguna selección en determinado deporte o simplemente para algún grupo de personas que busquen por medio de la actividad física continua, sistematizada y bien planificada, mejorar su calidad de vida.

Esta investigación busca explicar de forma científica los principales elementos que deben considerarse para implementar una propuesta metodológica para impartir una especialización en preparación física a nivel pregrado del técnico en deportes, considerando que dentro de los componentes que forman parte del entrenamiento deportivo están; la preparación psicológica, la preparación técnico-táctica y la preparación física, es en esta última en la cual se deben de planificar ejercicios que beneficien al desarrollo de las distintas capacidades físicas en los atletas que forman parte de un proceso, en las distintas disciplinas deportivas o en los diversos programas de actividad física.

I. Marco Conceptual

1.1 Antecedentes

La tricentenaria Universidad de San Carlos fue fundada en 1676 por Real cédula emitida por Carlos II, abrió sus aulas en 1681 y, luego, recibió el título de pontificia. Desde entonces no ha cesado de cumplir con la finalidad de formar profesionales, primero con el énfasis en la filosofía escolástica y, después de la participación del franciscano Antonio Liendo y Goicoechea a finales del siglo XVIII, con la introducción de la ciencia y tecnología de su época.

Su fundación se debió al legado del obispo Francisco Marroquín y por el aporte económico de Pedro Crespo Suárez, Sancho de Barahona e Isabel de Loaiza. En sus inicios proporcionó formación en teología, cánones, leyes, medicina y lenguas nativas (el primero de los idiomas incluidos fue el kaqchikel). Las reformas de Liendo abrieron las puertas a la física experimental, matemática y cirugía, anatomía, química, entre otras.

Desde el traslado de la Universidad a la Nueva Guatemala de la Asunción hasta llegar Guatemala a la independencia de España, los universitarios acrisolaron los valores de libertad, soberanía y civilidad.

El gobierno de Mariano Gálvez, después de la Independencia, convirtió la Universidad en academia de estudios, dentro del contexto de una reforma de la "Instrucción pública". La academia, que unificó la Universidad de San Carlos, el protomedicato, el colegio de abogados, la academia de derecho teórico-práctico y la sociedad de amigos del país, estaba bajo el control estatal, por medio de la dirección de estudios. Estaba dividida en tres secciones: Ciencias físicas y matemáticas, ciencias eclesiásticas, morales y políticas, y literatura y artes. Su régimen apoyó con una lotería a la academia, le cedió varios inmuebles, la tesorería del estado debía asignarle

tres mil seiscientos pesos anuales además de una serie de derechos sobre intestados, legados, donaciones y bienes mostrencos.

Con la revolución liberal de 1871, los gobiernos liberales impusieron un control sobre los estudiantes como en la época conservadora, que prevaleció hasta la llegada de José María Reyna Barrios. En 1875, el gobierno suprimió la pontificia Universidad de San Carlos y creó la Universidad de Guatemala, dividida en tres facultades: Jurisprudencia; Ciencias políticas y sociales; Medicina y Farmacia; y, Ciencias eclesiásticas. Quedó bajo el control absoluto del estado, pues de él dependían todos los nombramientos e, incluso, autorizaciones de libros. Desde entonces perdió importancia el claustro de doctores.

La Universidad estuvo inmersa en avances producidos al inicio del mandato de Reyna Barrios como la celebración del “Congreso pedagógico de 1893”, la convocatoria al concurso de la letra y música del himno nacional, la reforma urbanística de la ciudad de Guatemala como la avenida de la reforma, el establecimiento de la Tipografía Nacional y orientaciones que en materia educativa se desarrollaban en el país, como su señalamiento que sobre la urgencia de establecer métodos positivos y el análisis científico y un sistema de cátedras por oposición y, retrocesos. Durante el gobierno de Reyna Barrios las juntas directivas de las facultades serían nombradas por el Organismo Ejecutivo. Las facultades eran de Derecho y Notariado; Medicina y Farmacia, que incluía la carrera de cirujano dentista y la Escuela de Comadronas, e Ingeniería.

Tras la muerte de Reyna Barrios asumió el gobierno Manuel Estrada Cabrera quien, en sus primeros tres meses de gobierno, en 1898, dio cierta libertad informativa y los estudiantes de medicina organizaron la primera Huelga de Dolores celebrada el viernes de dolores antes de la semana santa. La huelga fue suspendida en 1903 a raíz de incidentes en la Facultad de Derecho debido a la intervención policial, desde entonces la represión de

Estrada Cabrera impidió su celebración durante los años que duró su autocracia hasta 1920. Los valores que impulsaban eran: la contestación, la crítica y la libertad. Entre 1918 y 1920, el único centro de estudios superiores recibió el nombre de Universidad Nacional Estrada Cabrera, con las facultades de Derecho, Notariado y Ciencias Políticas y Sociales; de Medicina y Cirugía, Matemáticas; Ciencias Naturales y Farmacia; Filosofía, Literatura y Ciencias Especulativas, y Agronomía.

Durante el año que duró el gobierno de Manuel María Herrera que sustituyó a la dictadura de Estrada Cabrera, se dio autonomía a las facultades por el Decreto de la Asamblea Nacional Legislativa del 4 de mayo de 1920 y se suprimió el nombre de Estrada Cabrera. Se nombró Rector de la Universidad Nacional al Jurista Salvador Falla, quién fundó la Revista Universitaria, para divulgar el saber científico, además pidió que: “se inculcara el amor a la verdad, que en la institución se formara a verdaderos ciudadanos y se desarrollara la extensión universitaria, impartándose pláticas dirigidas a los agricultores, obreros, maestros, a las mujeres y a los niños”.

Se formó la llamada “Generación de 1920”, así se restablecieron la “Asociación del Derecho” y la “Juventud Médica” desarrollando actividades científicas y culturales que contribuían a las actividades académicas de la universidad. Se fundó la Asociación de Estudiantes Universitarios (AEU) el 22 de mayo de 1920.

Posteriormente, llegó al poder el general Jorge Ubico Castañeda, el 14 de febrero de 1931, que implantó una dictadura de 14 años. Para la Universidad Nacional significó una conculcación de su autonomía y funciones académicas.

Este entorno creado por el gobierno de Ubico no permitía que la Universidad Nacional evolucionara de acuerdo a las demandas de la época, que se podían apreciar en otros países latinoamericanos como Argentina,

Chile o México. Es así como la Asamblea Legislativa controlada por él, dispuso que las autoridades rector, decanos y juntas directivas serían nombrados por el Presidente de la República, hasta los catedráticos en terna propuesta de los decanos serían nombrados por él, conculcando así la autonomía ya lograda.

La Universidad contemporánea autónoma y singular, tuvo su origen en la Revolución de Octubre de 1944, que le otorgó la misión institucional de dirigir la educación superior del país, difundir la ciencia, técnica y la cultura a todos los guatemaltecos y conceder los títulos profesionales de las diferentes disciplinas académicas impartidas en sus aulas. (González: 1997. p. 152).

La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte, –ECTAFIDE-, dentro del pensum de estudios a nivel pregrado del año 1,998-2,010, posee el curso de didáctica especial del deporte I y II, impartidas en el quinto y sexto semestre del tercer año de estudios, dicha didáctica permite que los estudiantes puedan elegir entre el pregrado del técnico recreacionista, profesorado en enseñanza media en educación física y técnico en deportes, es en este último donde actualmente se brinda la especialización en; baloncesto, balompié, natación, atletismo y gimnasia aeróbica, sin embargo es importante implementar una propuesta metodológica en la cual se impartan contenidos teóricos-prácticos en el área de preparación física, la cual se imparta los días miércoles de 19:00 hrs. a 20:30 hrs. en su área teórica y los días sábados de 7:00 hrs. a 13:00 hrs. en su área práctica.

La Universidad de San Carlos de Guatemala a través del Centro Universitario del Norte -CUNOR-, ubicado en el departamento de Cobán, el 10 de noviembre de 2,004 se entregó el proyecto académico de las carreras de ciencia psicológicas en la que se incluyó las carreras de educación física, deportes y recreación, a nivel pregrado académico por medio del profesorado en enseñanza media en educación física, técnico en deportes y técnico

recreacionista, a nivel grado académico por medio de la licenciatura en educación física, deporte y recreación, dichas carreras actualmente se encuentran inactivas por la falta de presupuesto, las mismas fueron autorizadas por el Consejo Superior Universitario –CSU- en el acta No.17-2005 con fecha 6 de julio de 2,005, el Consejo Superior Universitario, acuerda “Autorizar la Creación de las Carreras de Ciencias Psicológicas y de Educación Física, Deportes y Recreación en el Centro Universitario del Norte –CUNOR-“, mismas que incluyen las carreras a nivel de Licenciatura de: Licenciatura en Psicología y Licenciatura en Educación Física, Deportes y Recreación; y a nivel Técnico las carreras de: Profesorado en Enseñanza Media en Psicología; Orientación Vocacional y Laboral; Terapia Ocupacional y Recreativa; Terapia del Lenguaje; Profesorado en Educación Especial; Profesorado en Enseñanza Media en Educación Física; Técnico Deportivo y Técnico Recreacionista”. (Acta Original No. 17-2005 del Consejo Superior Universitario).

En el año 2,011, se hizo un estudio de investigación de tesis sobre la implementación del curso de didáctica de la educación física para la carrera del profesorado de enseñanza media en educación física para la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, teniendo como finalidad evidenciar la necesidad de implementar en la pensa de estudios a nivel pregrado del profesorado dicho curso. (Ruiz: 2011, p.1).

Como parte de las instituciones superiores universitarias involucradas en el ámbito deportivo nacional, la Universidad Galileo con el apoyo del Comité Olímpico Guatemalteco –COG-, creo la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte –FACTEDE-, la cual tiene como finalidad brindar una profesionalización universitaria a las personas involucradas en el ámbito deportivo, por medio del grado académico en Licenciatura en Gestión de Entidades Deportivas y Licenciatura en Ciencia y Tecnología del Deporte, la pensa de estudios consta de 51 cursos, distribuidos en 16 ciclos en 4 años, los primeros dos años a nivel pregrado del técnico deportivo y los dos

siguientes a nivel grado, en la licenciatura en Ciencia y Tecnología del Deporte en el 15to. Y 16to. Ciclo se desarrolla el curso de acondicionamiento deportivo I y II respectivamente, teniendo como contenidos procedimentales la conceptualización de las capacidades físicas condicionales y coordinativas.

La ley nacional para el desarrollo de la cultura física y el deporte, en el artículo 163 define como órganos académicos y técnicos de apoyo al deporte federado a los siguientes; colegio nacional de árbitros, colegio nacional de entrenadores y la academia deportiva nacional, esta última tiene como propósito apoyar a la formación académica de los entrenadores que forman parte del sistema deportivo nacional, en las temáticas de gestión y administración deportiva, entrenamiento deportivo y preparación física en las distintas áreas, lo cual se desarrolla por medio de la estructuración de guías metodológicas de trabajo, que contemplan objetivos del curso, temas que se desarrollarán y la forma de evaluación, cabe mencionar que actualmente los cursos se llevan a cabo en los veintidós departamentos del país en fechas programadas durante todo el año, cada curso se desarrolla en cuatro semanas, las cuales se dividen en tres semanas de trabajo individual no presencial por parte del catedrático y un día de la última semana se realiza la clase presencial por parte del catedrático, para resolver dudas y evaluar de forma teórica-práctica a los entrenadores.

1.2 Justificación

La Universidad de San Carlos de Guatemala a través de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, brinda la oportunidad de profesionalizarse a nivel universitario a las personas que estén interesados o involucrados en el ámbito deportivo nacional, siendo a nivel de educación física, deporte o recreación.

A nivel pregrado del técnico en deportes se imparte el curso de teoría de la preparación física I y II, en el cuarto y quinto semestre del tercer año de

estudios, dicho curso dota al estudiante de herramientas teóricas generales relacionadas al entrenamiento deportivo, sin embargo es importante que este conocimiento sea consolidado por medio de la aplicación directa de la metodología específica del entrenamiento a procesos deportivos reales, lo cual fortalecerá la adquisición de nuevas competencias por parte del estudiante.

La necesidad de implementar una propuesta metodológica, para impartir la especialización en preparación física a nivel pregrado del técnico en deportes, en la cual se desarrolle una guía programática que posea contenidos teóricos-prácticos específicos en el área de preparación física, complementara la formación integral de los estudiantes, debido a que en la actualidad la preparación física constituye un elemento de importancia en las distintas disciplinas deportivas y en las actividades físicas diversificadas, en la primera debido a que se busca la consecución de objetivos a corto, mediano y largo plazo del entrenamiento en las distintas fases del desarrollo deportivo de un atleta, tanto a nivel federado como a nivel escolar, la segunda busca mejorar la calidad de vida de un grupo de personas de diferentes edades, basado en la planificación sistemática de actividades físicas que estimulen las distintas cualidades físicas como; la fuerza, resistencia, flexibilidad, etc.

Esta temática de aprendizaje debe tener como objetivo el análisis de la teoría y metodología inherente a la preparación física, determinando los principales ejercicios para el entrenamiento de cada capacidad e identificar las principales formas de aplicación de los métodos para el entrenamiento.

1.3 Definición del problema

A nivel pregrado del técnico en deportes de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-, no existe en el curso de didáctica especial del deporte I y II, una especialización en preparación física, por lo tanto no existe una metodología para impartirla, por lo mismo, es de suma importancia que se desarrolle una investigación

descriptiva, sobre la importancia que tiene el integrar dicha especialización al actual pensum de estudios.

1.3.1 Determinación del problema de investigación

El sistema deportivo nacional involucra varias áreas, se puede mencionar que dentro de éstas se encuentran la recreación, que básicamente se refiere al desarrollo de actividades encaminadas a divertir, distraer, relajar, a un grupo de personas en determinado momento, el área del deporte para todos, en el cual se realizan actividades motrices inclusivas para diversos grupos, el área de educación física, que consiste en un desarrollo motriz por medio de un proceso pedagógico que incluye planificar clases de educación física en base a una guía programática, y el área del deporte, en la cual incluye fases de desarrollo, una de iniciación, en la cual se desarrollan habilidades y capacidades básicas de un deporte, una fase de perfeccionamiento, en la cual se desarrollan acentuadamente capacidades y habilidades específicas al deporte practicado, y una fase de alto rendimiento, en la cual se busca potencializar capacidades y habilidades del deporte para obtener un alto rendimiento.

Teniendo en cuenta que en el ámbito laboral del egresado a nivel pregrado del técnico en deportes, abarca la planificación, elaboración y ejecución, de procesos deportivos que estén encaminados al desarrollo de la preparación física de los atletas en los distintos deportes y en las distintas categorías, se hace necesaria la implementación de una propuesta metodológica en la cual se estructuren contenidos declarativos en materia de esta área de aprendizaje.

1.3.2 Alcances y límites

Alcances:

Desarrollar una temática que contenga fundamentos fisiológicos del entrenamiento y su forma de aplicarlos.

Límites:

La propuesta metodológica del curso de preparación física, estará diseñada para impartirse en el área de las especializaciones del técnico en deportes.

1.3.2.1 Ámbito geográfico

Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-.

1.3.2.2 Ámbito institucional

Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-, Universidad de San Carlos de Guatemala, campus central, zona 12.

1.3.2.3 Ámbito poblacional

Estudiantes del nivel pregrado del primero y segundo año del área común o formación general, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, campus central, de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-.

1.3.2.4 Ámbito temporal

Del 5 de marzo al 30 de septiembre de 2,012.

II. Marco Metodológico

2.1 Objetivos

2.1.1 General

Implementar a nivel pregrado de técnico en deportes una propuesta metodológica para impartir la especialización en preparación física, en el curso de didáctica especial del deporte I y II, como parte de un complemento en la formación integral de los alumnos de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-.

2.1.2 Específicos

Realizar una propuesta metodológica significativa, en la cual se desarrollen nuevas áreas cognoscitivas de aprendizaje, que sean apegadas al contexto deportivo nacional.

Investigar los contenidos declarativos que integran los cursos de preparación física en otras universidades nacionales, para realizar un análisis de la teoría y la práctica con que se desarrolla la temática de los mismos.

Crear una nueva área de especialización, que complemente la formación de los estudiantes para mejorar las competencias en el desempeño laboral de los mismos.

2.2 Población

La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte - ECTAFIDE-, cuenta con 213 alumnos inscritos para el año 2011, de los cuales 95 alumnos están inscritos en el primer año, 46 alumnos están inscritos en el segundo año, 32 alumnos inscritos en el tercer año, 24

alumnos inscritos en el cuarto año y 16 alumnos inscritos en el quinto año de estudios.

La población de estudiantes del área común o cultura general para el año 2,012 es de 200 alumnos, inscritos en el primero y segundo año de estudios, de los cuales 111 son alumnos de primer ingreso y 89 son alumnos de reingreso.

2.3 Trabajo de campo

El proceso investigativo se realizó a través del abordamiento directo a los estudiantes del primer y tercer semestre del nivel pregrado o ciclo de formación general, del técnico en deportes, técnico recreacionista y el profesorado en enseñanza media en educación física, se desarrolló en 3 fases.

1. Presentación del cuestionario,
2. Recolección del cuestionario,
3. Análisis de datos.

2.4 Elaboración de cuestionario

La elaboración del cuestionario estuvo planificada para la primera semana después de aprobado el proyecto de investigación, este cuestionario fue la herramienta principal por medio de la cual se pudo recabar información la cual sirvió para medir variables de la población que formara parte de la investigación, consto de diez ítems, las preguntas fueron de opción múltiple, el tiempo estimado para la realización de este cuestionario fue de 10 minutos.

2.5 Hipótesis

El implementar a nivel pregrado del técnico en deportes la especialidad en preparación física en el curso de didáctica especial del deporte I y II, es un aspecto que complementara de forma positiva las especializaciones,

dotando al estudiante egresado de más herramientas que le permitirán mejorar su desempeño laboral en el ámbito deportivo nacional.

2.5.1 Variables

2.5.1.1 Independientes

La implementación de la especialización en preparación física a nivel pregrado del técnico deportivo, es un elemento que complementará la formación profesional de los estudiantes egresados de –ECTAFIDE-.

2.5.1.2 Dependientes

El desempeño laboral de los egresados del nivel pregrado del técnico deportivo, beneficiara enormemente a la comunidad deportiva en la cual estén laborando cotidianamente, debido a que las condiciones son distintas en cada campo profesional.

2.5.2 Indicadores

- Matricula estudiantil para el ciclo académico 2,012 a nivel pregrado.
- Estudiantes que deseen seguir el pregrado del técnico deportivo.
- Especialidades con que cuenta actualmente ECTAFIDE.

III. Marco Operativo

3.1 Descripción

La investigación, se centro, en comprobar cuán importante es la implementación de la especialización en preparación física a nivel pregrado del técnico en deportes, siendo determinada esta necesidad por medio del análisis de los resultados en las encuestas.

3.2 Técnicas de recolección de datos

La metodología que se utilizó para la recolección de datos fue:

- La observación interna, que se realizó específicamente en los estudiantes del ciclo de formación general.
- La aplicación de encuestas, se realizó de forma simultánea en los salones de clase correspondientes al segundo y cuarto semestre del área común, en horario normal de clases (de 17:30 hrs. a 20:30 hrs).
- La primera opción fue realizar las encuestas de forma presencial, sin embargo también se hizo de forma virtual.
- Consulta de registros de inscripciones del año 2,012.

3.2.1 Fuentes de datos

Los datos provinieron de las siguientes fuentes:

3.2.1.1 Directa

Alumnos del primero y segundo año de estudios de formación general.

3.2.1.2 Indirecta

Bibliografía de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-.

Biblioteca central de la Universidad de San Carlos de
Guatemala.

Biblioteca personal.

3.2.1.3 Electrónica

Internet.

3.2.2 Técnicas de recolección

La información obtenida tiene su origen por principio en las encuestas aplicadas, analizadas con base a los parámetros previamente establecidos.

Para desarrollar las encuestas, se crea una ficha de control, la cual permitió almacenar los datos primeramente de forma manual, posteriormente a ello se procesan y almacenan de forma electrónica, esto para poder realizar una interpretación de los resultados.

3.3 Trabajo de campo

El trabajo de campo, para la investigación consistió básicamente en la obtención de datos estadísticos, los cuales surgieron a través del abordamiento directo e indirecto de las personas que integran la población de estudio, organizada en cuatro fases:

- Elaboración del cuestionario.
- Aplicación directa e indirecta del cuestionario.
- Recolección de datos.
- Análisis e interpretación de los resultados.

3.4 Sistema de la información

La información tiene su centro en la observación y la aplicación de las encuestas, de esta forma se determinó cual importante es la implementación de la especialidad en preparación física a nivel pregrado del técnico en

deportes, en el curso de didáctica especial de deporte I y II, en beneficio de la formación profesional de los estudiantes.

3.5 Control del proyecto

Al momento de que el proyecto de investigación se aprobó, se llevó un estricto cumplimiento de las actividades en el tiempo establecido para la realización de cada una de ellas, dándole el seguimiento por medio de las encuestas y fichas, las cuales sirvieron para darle la fiabilidad a los datos obtenidos, para darle un análisis preciso posterior.

Para que los datos obtenidos fueran validos, la aplicación de las encuestas se realizó de forma presencial, si por algún motivo algún alumno no pudo en ese momento se le aplicó de forma virtual, considerando siempre el crear los enlaces con los catedráticos que dieron tiempo para la aplicación de las encuestas.

3.5.1 El gráfico de Gantt

Mes	Semana	Actividad						
Marzo	1	Elaboración del protocolo de tesis.						
	2							
	3							
	4							
Abril	Mec	Semana	Actividad					
	1	Aprobación del protocolo de tesis.						
	2							
	3							
4								
Mayo	Mec	Semana	Actividad					
	1	1	Consulta y análisis del curso de Acondicionamiento Deportivo I y II, de la Universidad Galileo.					
		2						
		3						
		4						
	Junio	Mec	Semana	Actividad				
		1	Consulta y análisis del curso de Preparación Física I y II, impartido por Academia Deportiva Nacional.					
		2						
		3						
	4							
	Julio	Mec	Semana	Actividad				
		1	1	Análisis de tesis por parte del asesor.				
			2					
			3					
			4					
		Agosto	Mec	Semana	Actividad			
1			Recolección de información.					
2								
3	Elaboración de la encuesta.							
4								
Septiembre	Mec	Semana	Actividad					
	1	Recolección y análisis de los datos.						
	2							
	3							
4	Entrega del informe final.							

IV. Marco Teórico

4.1 La preparación física en el sistema del entrenamiento deportivo

Tipos de preparación física:

La preparación física es uno de los componentes primordiales del entrenamiento deportivo para desarrollare las cualidades motoras: fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, coordinación. La preparación física se divide en general y especial. Algunos especialistas recomiendan incluso destacar además la preparación auxiliar.

La preparación física general pretende desarrollar equilibradamente las cualidades motoras. Unos índices elevados de preparación física general son el fundamento funcional para desarrollar las cualidades físicas especiales, para perfeccionar de forma eficaz los demás aspectos de la preparación. (técnico, táctico, psíquico). Un proceso de la preparación física general organizado racionalmente supone el desarrollo polifacético y a la vez proporcional de las distintas cualidades motoras.

El potencial funcional que se adquiere como resultado de la preparación física general no es más que una premisa indispensable para perfeccionarse convenientemente en una modalidad deportiva determinada, pero no puede contribuir a lograr grandes resultados deportivos sin la preparación física especial consiguiente.

La preparación física auxiliar se estructura a partir de la preparación física general. Crea una base especial que resulta indispensable para una ejecución eficaz de los grandes volúmenes de trabajo destinados a desarrollar las cualidades especiales motoras. Dicha preparación permite incrementar las posibilidades funcionales de los distintos órganos y sistemas del organismo. Por otra parte, mejora la coordinación neuromuscular, se perfeccionan las capacidades de los deportistas para soportar las grandes cargas y poder recuperarse eficazmente después de ellas.

La preparación física especial está destinada a desarrollar las cualidades motoras de acuerdo con las exigencias que plantea un deporte concreto y con las particularidades de una actividad competitiva determinada.

Al organizar el proceso de la preparación física especial, es indispensable no perder nunca de vista a las exigencias específicas de una modalidad deportiva concreta. En particular, los grupos musculares que soportan la carga fundamental durante la actividad competitiva deben ser sometidos a la acción más importante. Sin embargo, ello no debe limitarse tan solo a la acción en los grupos musculares correspondientes. Cuando se desarrollan las cualidades físicas, es necesario elegir ejercicios que, por sus características dinámicas y cinemáticas, correspondan en mayor o menor grado a los elementos fundamentales de la actividad competitiva.

Los ejercicios de entrenamiento elegidos deben cumplir las exigencias de la actividad competitiva según el régimen de trabajo del sistema neuromuscular. Por ejemplo, los halterófilos deben utilizar el trabajo en régimen concéntrico, excéntrico e isométrico; los ciclistas de velocidad en régimen concéntrico; los saltadores de longitud y de altura en regímenes concéntrico y excéntrico.

No menos importante es que la duración de los ejercicios se estipule de acuerdo con la duración efectiva de la actividad competitiva en una modalidad determinada.

La cantidad de las distintas manifestaciones de cada cualidad motora es muy grande: por ello, el perfeccionamiento de cada una de ellas exige un método diferenciado. Por ejemplo, cuando se perfeccionan las capacidades de velocidad de los deportistas especializados en deportes cíclicos, el entrenador se enfrenta con la necesidad de aumentar el nivel de la velocidad absoluta, la rapidez de ejecución de la salida, de perfeccionar las formas elementales de la rapidez (tiempo de reacción, tiempo de ejecución de cada movimiento, ritmo de los movimientos). En los juegos deportivos surge el

problema de las reacciones rápidas a las acciones inesperadas del adversario, la manifestación de un alto nivel de cualidades motoras durante la ejecución de cada jugada técnica, la rapidez de orientación, de toma de decisiones, de desplazamientos, de acciones de ataque y de defensa en condiciones de déficit de tiempo, de obstáculos de los adversarios, de complejas interacciones de grupo por parte de los compañeros de equipo y del equipo adversario. Un enfoque diferenciado del método de la preparación física es indispensable en relación a los distintos grupos de deportes y en relación a cada cualidad física.

Durante el proceso de trabajo para desarrollar las distintas cualidades físicas cabe tener asimismo en cuenta que en una gran cantidad de modalidades y de disciplinas deportivas, el deportista debe manifestar fuerza, rapidez, coordinación, flexibilidad en distintos estados del organismo, en estado estable con una gran capacidad de trabajo de los distintos sistemas funcionales y con las manifestaciones más claras de fatiga progresiva. Por ello, en el proceso de la preparación física especial, es indispensable tener en cuenta este hecho y poner en práctica un método que permita al deportista no solo presentar unos índices suficientemente altos de las cualidades físicas, sino también poder realizarlas en condiciones de fatiga progresiva. (Platonov: 2,001. p. 11).

4.2 La preparación física como medio para mejorar la calidad de vida

Se ha reconocido que el ejercicio regular es necesario para la salud y el bienestar físico. Sin embargo, a mucha gente le cuesta mucho optar por un estilo de vida que incluya alguna actividad física.

Hay quienes creen que a medida que nos hacemos mayores necesitamos hacer menos ejercicio. En otras palabras, que cuando envejecemos, se supone que debemos disminuir la marcha y dedicarnos a envejecer con gracia. Pues no, nuestros cuerpos no fueron creados para la inactividad. Sino para ser usados. El corazón, los pulmones, los vasos

sanguíneos, los huesos y los músculos funcionan mejor si se reciben estímulos regulares mediante un ejercicio adecuado. Cuando no se estimula regularmente el cuerpo sus capacidades funcionales tienden a disminuir, especialmente cuando envejecemos. Las investigaciones demuestran que con un programa de ejercicio coherente esta decadencia fisiológica puede disminuir considerablemente.

Como todos sabemos, la vida moderna fomenta el estado de salud deficiente. Muchas veces tecnológicos tienen por finalidad el eliminar el esfuerzo físico de las actividades cotidianas. Nos hemos acostumbrado a ir al coche, a estar sentados, a observar. Después de un día agotador en trabajos que, en su mayor parte, requieren una escasa actividad física, volvemos a casa para sentarnos frente al televisor.

4.3 Cualidades para estar físicamente en forma

Estar en forma significa que el corazón, los vasos sanguíneos, los pulmones y los músculos funcionan al máximo rendimiento, es un estado óptimo en el funcionamiento de cada organismo, manteniendo un alto nivel de salud.

Las cuatro características básicas de un cuerpo físicamente en forma son: la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la resistencia cardiorrespiratoria.

La fuerza es la capacidad del sistema muscular de resistir un esfuerzo. El adiestramiento de esta característica produce una extensión de las fibras musculares y un relativo aumento de la propia capacidad de aplicar la fuerza.

La resistencia muscular. Con frecuencia, este término se utiliza incorrectamente como sinónimo de fuerza, esta capacidad permite que los músculos realicen contracciones musculares prolongadas sin que la fatiga interrumpa la función.

La flexibilidad. Es la capacidad de usar un músculo en toda la extensión del movimiento de que es capaz. Por lo tanto cada uno de nosotros cuenta con la capacidad de moverse, estirarse y mantener las funciones de las articulaciones que conforman el cuerpo humano.

Probablemente el componente menos comprendido de la buena condición física es la resistencia cardiorrespiratoria. Aunque las tres características de la condición física que acaban de describirse son importantes, alcanzar su mayor efectividad cuando están relacionados con la fuerza del corazón y de los pulmones. La vida de una persona depende de la capacidad de su corazón, de sus vasos sanguíneos y sus pulmones de llevar los elementos nutrientes y el oxígeno a los tejidos y de eliminar los desechos. (Getchell: 1,982. p. 16).

4.4 Contexto universitario del pregrado técnico en deportes

La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, es parte de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Se encuentra ubicada en las instalaciones del edificio M-3, Centro Universitario, zona 12, ciudad capital de Guatemala. (Seminario: 2001, p. 1).

En el año de 1,986, el rector en ese momento de la Universidad de San Carlos de Guatemala –USAC-, y el presidente de la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala –CDAG-, mantuvieron conversaciones acerca de la necesidad que tenía la población guatemalteca en desarrollar un programa que tuviera como principal fin la capacitación para los técnicos en educación física, el deporte y la recreación, impulsados por esta necesidad acordaron unir fuerzas por medio de las instituciones que en ese momento presidían, acordando que la Universidad de San Carlos proveería el conocimiento científico, humano y social, y la confederación daría su aporte técnico.

Con este precedente, el 12 de julio de 1,989 bajo el punto 19 de Acta No. 39-89 de la sesión celebrada por el Congreso Superior Universitario fue creada la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-, la cual quedo adscrita a la Escuela de Ciencias Psicológicas.

Posteriormente el 25 de octubre de ese mismo año, en el punto 7 de Acta No. 67-89, se acordó que las actividades de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, iniciaría en el primer semestre del año 1990, por medio de la Escuela de Ciencias Psicológicas.

Las actividades laborales de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, se iniciaron específicamente en el mes de abril del año 1,990, empezando con la implementación de un curso propedéutico que duraría tres meses, entre el mes de mayo y principios del mes de abril, el cual era de carácter obligatorio y serviría para nivelar a los estudiantes.

En un principio la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, funciono en las jornadas matutina y nocturna. Sin embargo a partir del año 1,997 las actividades docentes y administrativas se desarrollaron únicamente en la jornada nocturna, en horario de 17:30 hrs. a 20:30 hrs.

En el proyecto de dicha unidad académica se estableció que la carrera constaría de diez semestres, de los cales los primeros seis serian a nivel pregrado que constituirían el ciclo de formación general o área común, otorgando el título de Técnico Recreacionista, Profesorado en Enseñanza Media en Educación Física y el del Técnico Deportivo, y los siguiente cuatro seria el nivel grado, dando paso a la Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación. (Actas Originales No. 39-89 y No. 67-89 del año 1989).

4.5 Base legal del deporte en Guatemala

4.5.1 Constitución Política de la República de Guatemala

La Constitución Política de la República de Guatemala es el pacto social en orden jerárquico más alto, por lo que declara:

a) En la sección cuarta, tema de educación, el artículo 80 dice: “Promoción de la ciencia y la tecnología. El estado reconoce y promueve la ciencia y la tecnología como bases fundamentales del desarrollo nacional.”

b) En la sección quinta, Universidades, el artículo 82 establece: Autonomía de la Universidad de San Carlos de Guatemala. “La Universidad de San Carlos de Guatemala en su carácter de única universidad estatal le corresponde con exclusividad dirigir, organizar y desarrollar la educación superior del estado y la educación profesional universitaria estatal. Promoverá por todos los medios a su alcance la investigación en todas las esferas del saber humano y cooperará al estudio y solución de los problemas nacionales”.

c) Para el reconocimiento de grados y títulos el artículo 89 señala: “Otorgamiento de grados, títulos y diplomas. Solamente las universidades legalmente autorizadas podrán otorgar grados y expedir títulos y diplomas de graduación en educación superior”.

d) Así mismo, en sección séptima, relativo a la salud, seguridad y asistencia social, el artículo que regula Obligación del estado, sobre salud y asistencia social; declara: “El estado velará por la salud y asistencia social de todos los habitantes”. Desarrollará a través de sus instituciones, acciones de prevención, y las complementarias pertinentes a fin de procurarles el más completo bienestar físico, mental y social. (Constitución Política de la República de Guatemala: 1985. p. 24-27).

4.5.2 Ley nacional para el desarrollo de la cultura física y el deporte, Decreto No. 76-97, del Congreso de la República de Guatemala.

La Ley de Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte establece:

Artículo 3. Principios inciso e) “todas las instituciones relacionadas con la educación física, la recreación física y el deporte deben favorecer una acción sistemática, coherente, global y descentralizada, a fin de lograr la coordinación e integración de las diversas actividades físicas”.

Artículo 6. Objetivos inciso h) “Formar a nivel nacional el recurso humano necesario para atender en forma eficiente los programas de educación física, la recreación física y el deporte en el país”.

En el capítulo II, base organizativa del sistema de cultura física del consejo Nacional del Deporte, Educación Física y Recreación, describe en el artículo 12, las atribuciones del consejo entre ellas el inciso ñ) “realizar todos los esfuerzos necesarios para la formación y capacitación del recurso humano en todos los ámbitos de la cultura de la actividad física y en sus diferentes niveles del proceso interinstitucional, estableciendo la cooperación nacional e internacional de los organismos e instituciones especializadas, así como de las universidades”. (Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte, Decreto No. 76-97. p. 2).

4.6 Base legal de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-

La Constitución Política de la República de Guatemala, la Ley Orgánica de la Universidad de San Carlos de Guatemala, su estatuto y las políticas generales; los Acuerdos de Paz y otros documentos que fundamenten el diseño y rediseño curricular en la Universidad de San Carlos de Guatemala.

4.6.1 Fines de la Escuela

Al igual que la universidad, la unidad académica tiene un marco filosófico, el que debe comprender: fines, objetivos, visión y misión.

La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE- plantea como su fin primordial contribuir a dar la respuesta a las necesidades y problemas del desarrollo de la cultura física en nuestro país, desde la perspectiva científica y técnica, dentro de marcos de interdisciplinariedad y reflexión ampliamente participativa fundamentadas en los fines y principios de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

4.6.2 Concepción filosófica

El motivo físico es una condición natural y básica para el desarrollo humano, de allí la importancia de fortalecer la cultura de la actividad física, a través de la aplicación del conocimiento científico en la formación de hábitos y valores del guatemalteco.

4.6.3 Objetivos

- Proporcionar al país profesionales y técnicos en educación física, deporte y recreación, capaces de dar respuestas útiles y oportunas a las necesidades de desarrollo integral del guatemalteco, en el campo del crecimiento y desarrollo físico, la salud, el trabajo y el uso del tiempo libre.
- Contribuir a dar respuestas a las necesidades existentes en Educación Física, Deporte y Recreación desde un punto de vista científico y técnico participativa, fundamentada en los fines y principios de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Dentro del principio de la excelencia académica, posibilitar al estudiante la oportunidad de adquirir, perfeccionar y producir su

formación profesional y cultural en un ambiente de rigor científico y de creatividad.

- Dotar al estudiante de los elementos básicos para que logre la integración de los conocimientos específicos de la profesión y una visión de totalidad de los fenómenos sociales y académicos en los que se encuentra inmersa la práctica profesional.

4.6.4 Visión

Somos una unidad académica que funciona con un cuerpo docente de alto nivel y que ofrece pre-gradados, grados, pos-gradados en el ámbito del conocimiento de la cultura física; investigando, proponiendo y desarrollando soluciones a los problemas nacionales, regionales y continentales en el terreno de la actividad física.

4.6.5 Misión

Formando profesionales altamente especializados en las áreas de educación física, deporte y recreación que a nivel de docencia, investigación y servicio, producen el desarrollo de la cultura física de Guatemala en el ámbito escolar, federado y no federado, generando procesos que garantizan una alta educación del movimiento, el aumento del nivel competitivo nacional e internacional de nuestros atletas y el mejoramiento de la calidad de vida de los guatemaltecos.

4.6.6 Perfil de ingreso

- Poseer un título de nivel medio.
- Conocimientos de educación Física de nivel primario.
- Conocimientos básicos de algún deporte.
- Participación deportiva con algún nivel de regularidad.

4.6.7 Perfil de egreso del nivel de formación general o área común

- Reconocer y diferenciar los estadios de la actividad motora.

- Reconocer las cualidades funcionales relacionadas con el movimiento
- Aplicar principios básicos de medición, administración e investigación en problemas diversos.
- Dominar fundamentos básicos de deportes individuales y de conjunto.
- Aplicar los fundamentos generales de la teoría de la recreación y el deporte para todos.
- Diferenciar el manejo de una cultura general.

4.6.8 Perfil de egreso del nivel de especialización

- Impartir docencia directa de educación Física.
- Administrar programas escolares.
- Evaluar el aprendizaje.
- Diseñar y analizar programas escolares.
- Dirigir entrenamientos deportivos.
- Organizar y conducir campeonatos.
- Planificar y desarrollar actividades deportivas y recreativas.
- Supervisar actividades de educación Física, Deporte y Recreación.
- Elaborar Proyectos de Actividad Física.

(Seminario: 2,002, p. 17-19).

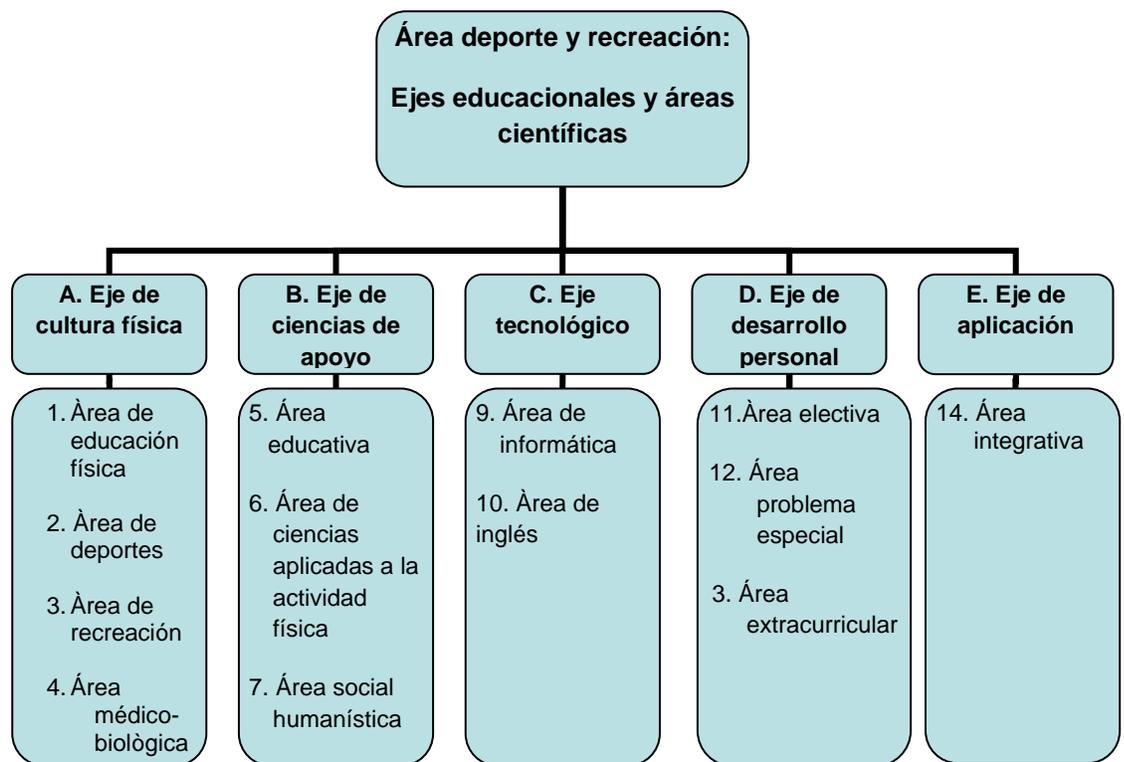
4.7 Ejes educacionales y áreas científicas del pensum de estudios de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Los ejes educacionales son segmentos que agrupan dos a más áreas de la pensum de estudios de una carrera profesional, dichas áreas son agrupadas debido a la afinidad de propósitos que tengan entre ellas, formando de esta forma un eje.

Para el área de Deportes y Recreación, se ha establecido cinco ejes educacionales para su plan de estudios, siendo estos los siguientes:

- a) Eje de Cultura Física.
- b) Eje de Ciencias de Apoyo.
- c) Eje Tecnológico.
- d) Eje de Desarrollo Personal.
- e) Eje de Aplicación.

4.7.1 Organigrama de los ejes educacionales



4.7.2 Eje de cultura física

4.7.2.1 Área de deportes

Esta área por su afinidad de propósitos pertenece al eje de cultura física, aquí se agrupan las modalidades de expresión deportiva, los aspectos generales de la enseñanza-aprendizaje, aplicación de técnicas, tácticas y

metodologías con fines de especialización, dentro de la pensión de estudios a nivel pregrado del técnico deportivo, esta área la representa el curso de didáctica especial del deporte I y II.

4.8 Pensión de estudios a nivel pregrado de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-

Constituye la serie de cursos o signaturas que será objeto de estudio durante un período específico, determinado por el grado de escolaridad de los alumnos. Este planeamiento de las disciplinas, juntamente con las actividades extraclase, da contenido al Plan de estudios propiamente dicho, por medio de cuyas actividades procura alcanzar los objetos de la escuela. Este tipo de planeamiento permite también, para que todas las disciplinas y actividades extraclase se ensamblen, un planeamiento global.

El pensum de estudios está estructurado de la siguiente forma:

4.8.1 Asignaturas básicas a nivel general

Se designa así al grupo de asignaturas seleccionadas por la unidad académica, que tiene la finalidad de proporcionar a los estudiantes la educación básica, en las áreas científicas, humanistas, con orientación psicológica y vocacional, que permite que el estudiante siga la especialidad que considere necesaria en base a sus intereses personales y profesionales.

Los cursos que forman parte del pensum de estudios son:

Primer semestre de formación general

(Primer año)

Código	Curso
FG-111	Historia y organización de la actividad física.

FG-112	Deportes de tiempos y marcas.
FG-113	Teoría y metodología de la recreación I.
FG-114	Biología general.
FG-115	Comunicación y redacción.
FG-117	Filosofía de la actividad física.
FG-118	Técnicas de estudio e investigación bibliográfica y documental.
FG-119	Informática.
FG-11.10	Inglés I.

Segundo semestre de formación general

Código	Curso
FG-121	Pedagogía de la actividad física.
FG-122	Deportes de apreciación.
FG-123	Teoría y metodología de la recreación II.
FG-124	Anatomía general.
FG-126	Antropología física.
FG-127	Sociología de la cultura física.
FG-128	Matemáticas.
FG-12.10	Inglés II.
FG- 12.12	Problema especial I.
FG- 12.13	Extracurricular.

Tercer semestre de formación general

(Segundo año)

Código	Curso
FG-231	Didáctica del movimiento.
FG-232	Deportes de conjunto.
FG-233	Recreación física.
FG-234	Fisiología general.
FG-235	Psicología general y evolutiva.
FG-237	Ética y derechos humanos.
FG-238	Estadística descriptiva.
FG-23.10	Inglés III.
FG- 23.12	Problema especial II.

Cuarto semestre de formación general

Código	Curso
FG-242	Deportes de Combate.
FG-243	Recreación física II.
FG-244	Fisiología del ejercicio.
FG-245	Psicología del aprendizaje.
FG-246	Introducción a la biomecánica.
FG-247	Principios de administración en actividad física.
FG-248	Estadística inferencial.

FG-24.10 Inglés IV.

FG- 24.12 Extracurricular.

4.8.2 Asignaturas de la especialidad

Se denomina así al grupo de asignaturas que el estudiante debe de aprobar, las cuales siguen un determinado programa académico, dicha especialidad se realiza por un espacio de dos semestres los cuales son el quinto y sexto, dando paso a la elección del estudiante entre el pregrado de Técnico Recreacionista, Profesorado en Enseñanza Media en Educación Física y el del Técnico en Deportes.

Pensum de estudios del pregrado del técnico en deportes

Quinto semestre (tercer año)

Código	Curso
TD-351	Teoría de la preparación física I.
TD-352	Metodología de la planificación deportiva I.
TD-354	Medicina del deporte I.
TD-355	Psicología del deporte I.
TD-356	Biomecánica del deporte I.
TD-358	Sistemas de evaluación de la actividad física.
TD-35.11	Didáctica especial del deporte I.
TD.35.13	Extracurricular.

Sexto semestre (tercer año)

Código	Curso
--------	-------

TD-361	Teoría de la preparación física II.
TD-362	Metodología de la planificación.
TD-364	Medicina del deporte II.
TD-365	Psicología del deporte II.
TD-366	Biomecánica del deporte II.
TD-368	Metodología de la investigación.
TD-36.11	Didáctica especial del deporte II.
TD-36.13	Extracurricular.
TD-36.14	Experiencia docente con la comunidad –EDC-.

4.8.2.1 Descripción del curso Didáctica Especial del Deporte I (TD-35.11)

Este curso se enfoca en estudiar técnicas y métodos de enseñanza en aspectos técnicos-tácticos y estratégicos en el deporte específico y aprendizaje de los fundamentos con fines en base al análisis de los movimientos y gestos deportivos de la especialidad.

4.8.2.2 Descripción del curso Didáctica Especial del Deporte II (TD-36.11)

En este curso se aplican las técnicas y métodos de enseñanza de los principales fundamentos técnicos y/o tácticos en su deporte específico y análisis de los componentes técnico-tácticos y estratégicos de los diferentes deportes en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

4.8.3 Especialidades con que cuenta actualmente el pregrado del técnico en deportes

Especialidad en Baloncesto.

En este curso se estudian y se aplican las técnicas y métodos de enseñanza de los principales fundamentos técnicos y tácticos del baloncesto, analizando los componentes técnico-tácticos y estratégicos del deporte.

Especialidad en Balompié.

En este curso se estudian y se aplican las técnicas y métodos de enseñanza de los principales fundamentos técnicos y tácticos del balompié, analizando los componentes técnico-tácticos y estratégicos del deporte.

Especialidad en Atletismo.

En este curso se estudian y se aplican las técnicas y métodos de enseñanza de los principales fundamentos técnicos y tácticos del atletismo, analizando los componentes técnico-tácticos y estratégicos del deporte.

Especialidad en Natación.

En este curso se estudian y se aplican las técnicas y métodos de enseñanza de los principales fundamentos técnicos y tácticos de la natación, analizando los componentes técnico-tácticos y estratégicos del deporte.

Especialidad en Gimnasia aeróbica.

En este curso se estudian y se aplican las técnicas y métodos de enseñanza de los principales fundamentos técnicos y tácticos de

la gimnasia aeróbica, analizando los componentes técnico-tácticos y estratégicos del deporte.

4.9 Áreas de oportunidad laboral del técnico en deportes

Las fuentes de operación los constituyen:

- La Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala,
- Federaciones y asociaciones deportivas a nivel nacional,
- El Comité Olímpico Guatemalteco,
- El área extracurricular de la educación física,
- Así como clubes particulares de aficionados y
- Profesionales de alto rendimiento.

V. Marco Administrativo

5.1 Recursos

Para el desarrollo de las actividades de la investigación, ha cerca de la implementación de una propuesta metodológica para impartir la especialidad en preparación física a nivel pregrado del técnico en deportes, los recursos más accesibles fueron:

5.1.1 Humanos

- a) Estudiantes que cursan de la formación general a nivel pregrado, de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-.

5.1.2 Materiales

- a) Encuestas para la recolección de datos.
- b) Tablas de vaciado para la información recolectada.
- c) Computadora.
- d) Fichas de datos importantes.

5.1.3 Físicos

- a) Salones de clase.

VI. Análisis e Interpretación de Resultados

6.1 Porcentajes de análisis descriptivo

Este porcentaje es el resultado del trabajo de campo que se realizó, este se desarrolla a un sector de la población estudiantil de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-, quienes fueron los sujetos del estudio, el primer paso consistió en presentar la información de tal forma que se pueda analizar de forma resumida, los resultados se obtuvieron de las encuestas que se distribuyeron a los estudiantes.

La presentación y análisis de datos, se realizó por medio de gráficos estadísticos.

6.2 Aspectos a interpretar en la recolección de datos

- a) Áreas educativas en las cuales se debe desarrollar la metodología de la especialización en preparación física.
- b)Cuál es la importancia que tiene para los estudiantes de la carrera de Técnico en Deportes la implementación de una especialización en preparación física.
- c) Analizamos cuales son las áreas laborales de los egresados del Técnico en Deportes, que sigan una especialización en preparación física.

VII. Conclusiones

Debido a la demanda de profesionales especializados en el ámbito de la educación física, el deporte y la recreación, se hace necesario implementar una especialización en preparación física como parte complementaria en las áreas de formación de los actuales egresados del nivel pregrado del técnico en deportes.

Tomando en cuenta que la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, es la encargada de brindar a nivel superior los conocimientos en materia de cultura física, se hace importante implementar nuevas áreas de aprendizaje, con el fin de abarcar la mayor cantidad de conocimientos posibles, en materia de educación física, deporte y recreación.

Es necesaria la implementación dentro del curso de didáctica especial del deporte I y II, una guía metodológica para impartir la especialidad en preparación física, la cual se desarrolla con los alumnos del quinto y sexto semestre de estudios a nivel pregrado del técnico en deportes, dicha guía debe estar estructurada acorde a la realidad deportiva nacional, basada en el análisis de contenidos sistemáticos en el área teórica y práctica.

VIII. Recomendaciones

A la coordinación de ECTAFIDE, que pueda darle un seguimiento a esta investigación que permita establecer los beneficios a nivel académico, que puedan obtener los estudiantes del nivel pregrado de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-.

Que las autoridades de la Escuela de la Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, valoren esta investigación, con el fin de establecer la importancia que tiene el implementar a nivel pregrado del técnico deportivo en el curso de didáctica especial del deporte I y II, la especialidad en preparación física.

Complementar con la especialización en preparación física en la brevedad posible al área de las especializaciones a nivel pregrado del técnico deportivo, en virtud de la necesidad estudiantil en adquirir conocimientos en materia de esta.

IX. Referencias Bibliográficas

1. Bernal, César Augusto. 2,006. Metodología de la investigación. Segunda edición. Editorial Pearson Educación. México.
2. Catalogo de estudios de la Escuela de Ciencias Psicológicas. 2,010.
3. Congreso de la República de Guatemala. 1997. Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el deporte, Decreto No. 76-97. Tipografía Nacional. Guatemala.
4. Constitución Política de la República de Guatemala. 1985. Guatemala.
5. Getchell, Bud. Anderson, Wayne. 1982. En Forma, Guía personal para alcanzar la condición física ideal. Ediciones Martínez Roca, S.A. Barcelona, España.
6. González, Byron Ronaldo. 1998. Requerimientos legales para la realización de ejercicio profesional supervisado E.P.S. técnicas para elaborar y presentar el proyecto de tesis, reglamento de exámenes especiales previo a elaboración de tesis para la carrera de licenciatura en educación física, deporte y recreación. Esquema de plan de trabajo de proyectos de graduación para el nivel técnico y licenciatura. Escuela de ciencias psicológicas Universidad de San Carlos. Guatemala.
7. González Orellana, Carlos. 1997. Historia de la educación en Guatemala. Editorial Universitaria, Universidad de San Carlos de Guatemala.
8. Hernández Sampieri y otros. 1994. Metodología de la investigación, México, Mc Graw Hill, Cap. 4 y 5.
9. ----- 2,007. Metodología de la investigación. Cuarta edición. Editorial McGrawHill.

10. Platonov, Vladimir N. Bulatova, Maria M. 2001. La Preparación Física. Editorial Paidotribo 4ta. Edición. Barcelona, España.
11. Ruiz Castellanos, Juan Carlos. 2011. Implementación del curso de didáctica de la educación física para la carrera del profesorado de enseñanza media en educación física para la escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE- Informe final de tesis.
12. Seminario. 2001. Rediseño curricular del pensum de estudios de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte – ECTAFIDE-, para el período 2011-2023.
13. ----- 2002. La necesidad de contar con una pensum de estudio, que cumpla con las exigencias de una educación activa, adaptada a la realidad social, en La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central.
14. ----- 2011. Rediseño curricular del pensum de estudios Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, para el período 2012-2024.
15. Universidad de San Carlos de Guatemala. Acta Original No. 17-2005 del Consejo Superior Universitario del año 1989.
16. Universidad de San Carlos de Guatemala. Actas Originales No. 39-89 y No. 67-89 del Consejo Superior Universitario del año 1989.

E-GRAFIAS

1. http://www.casalamm.com.mx/guia_tesis.pdf
2. <http://www.efdeportes.com/efd118/como-hacer-una-tesis.htm>

X. Anexos



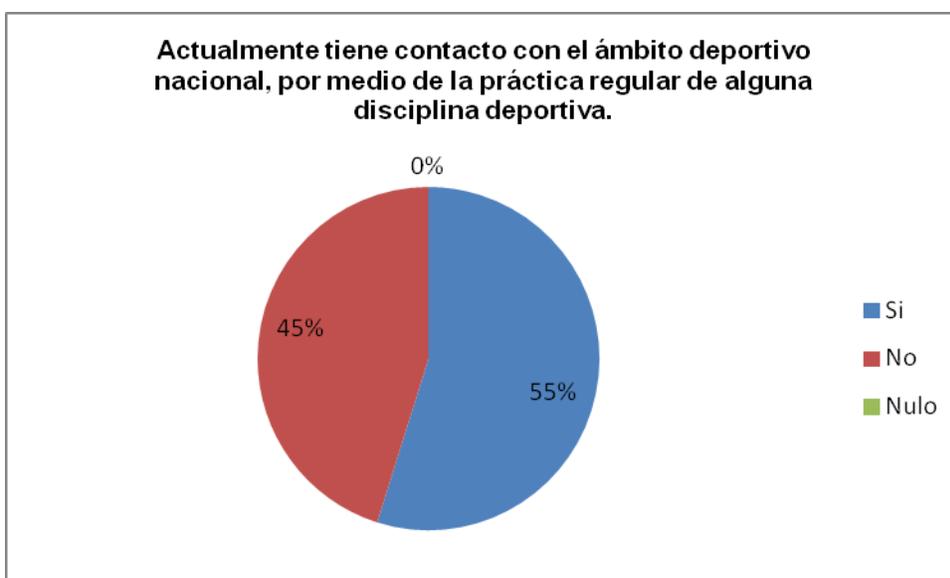
**Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencia y Tecnología de
la Actividad Física y el Deporte
-ECTAFIDE-
Encuesta a Estudiantes**



“La necesidad de implementar una propuesta metodológica, para impartir la especialización en preparación física a nivel pregrado del técnico en deportes, en la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-“.

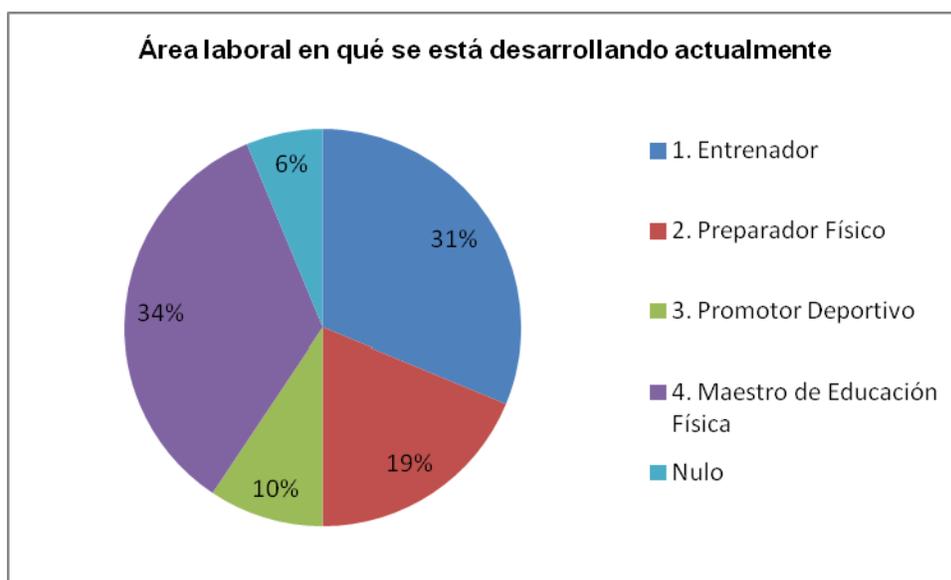
Instrucciones: Lea detenidamente las preguntas y marque con una X la respuesta en la opción que elija.

1. Actualmente tiene contacto con el ámbito deportivo nacional, por medio de la práctica regular de alguna disciplina deportiva.



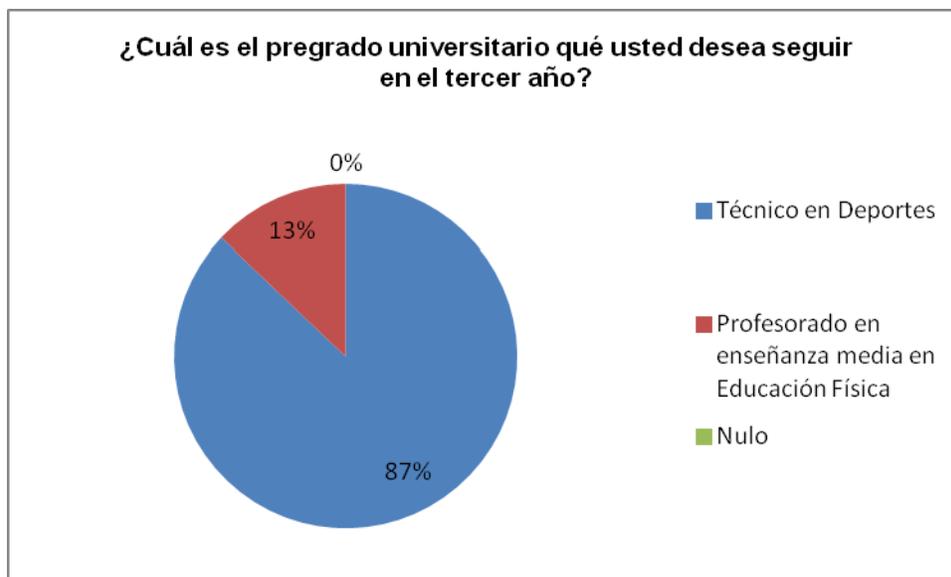
Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 55% de los encuestados si tienen contacto con el ámbito deportivo nacional por medio de la práctica regular de alguna disciplina deportiva, el 45% no tiene contacto.

2. Área laboral en qué se está desarrollando actualmente.



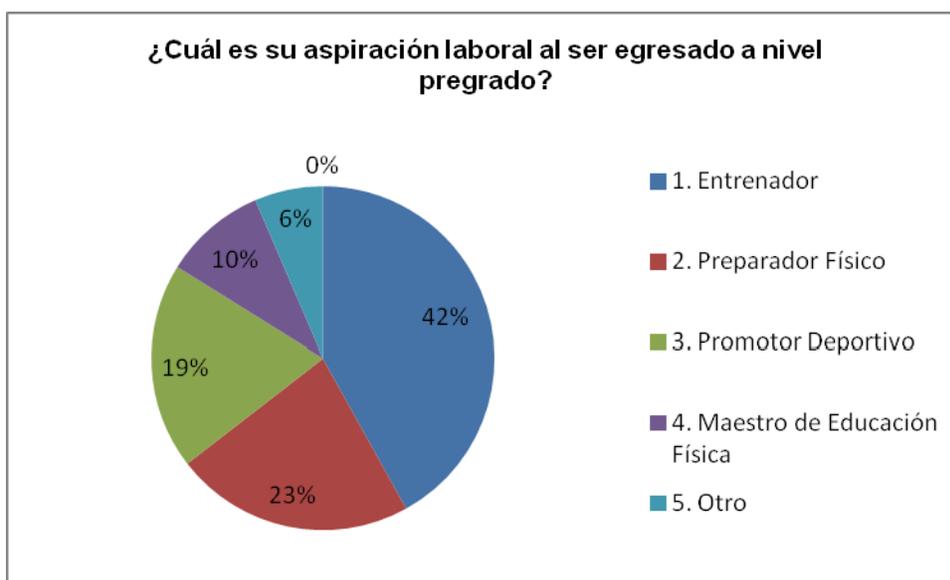
Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 31% de los encuestados laboran en el área de la educación física, el 19% labora como entrenador, el 10% labora como promotor deportivo, el 34% no labora en el ámbito deportivo y el 6% se abstuvo de responder.

3. ¿Cuál es el pregrado universitario que usted desea seguir en el tercer año?



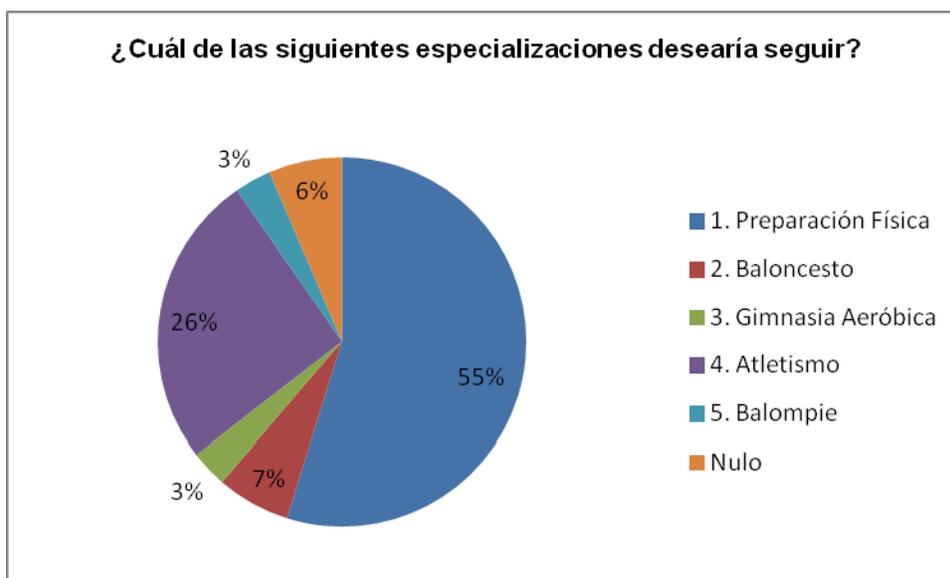
Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 87% de los encuestados desearían seguir el pregrado del técnico en deportes y el 13% desearían seguir el profesorado en enseñanza media en educación física.

4. ¿Cuál es su aspiración laboral al ser egresado a nivel pregrado?



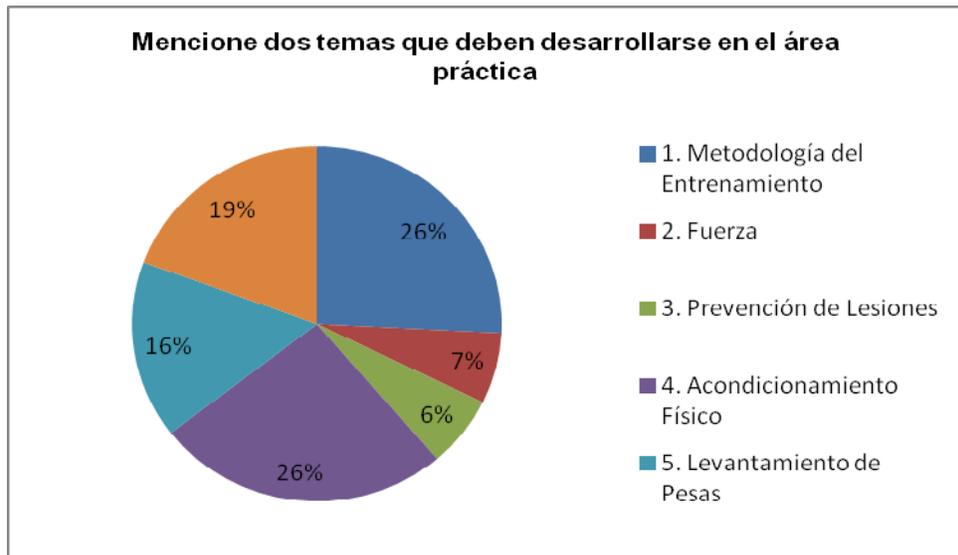
Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 42% de los encuestados aspiran a laborar como entrenadores, el 23% como preparadores físicos, el 19% como promotores deportivos, el 10% como maestros de educación física y el 6% en otra área laboral.

5. ¿Cuál de las siguientes especializaciones desearía seguir?



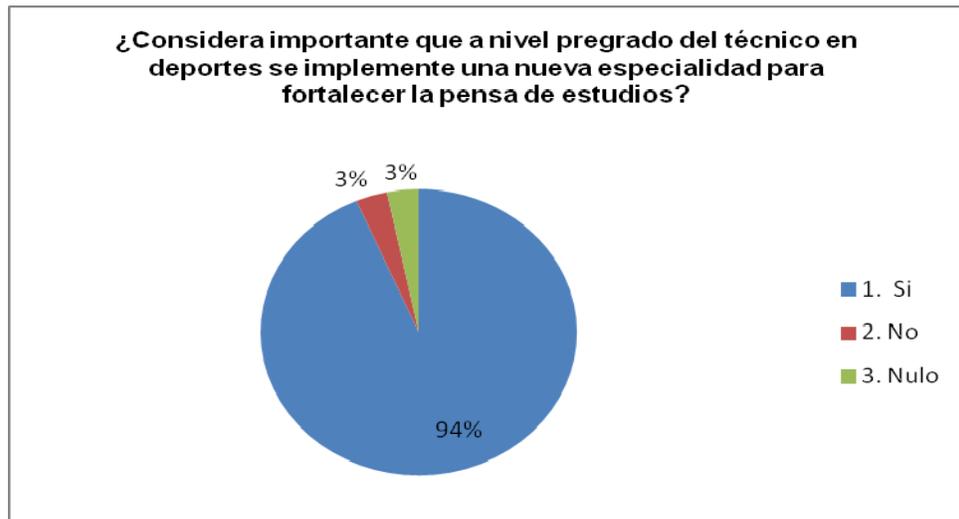
Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 55% de los encuestados desearían seguir una especialización en preparación física, el 7% en baloncesto, el 3% en gimnasia aeróbica, el 26% en atletismo, el 3% en balompié y el 6% se abstuvo de responder.

6. Mencione dos temas que deben desarrollarse en el área práctica:



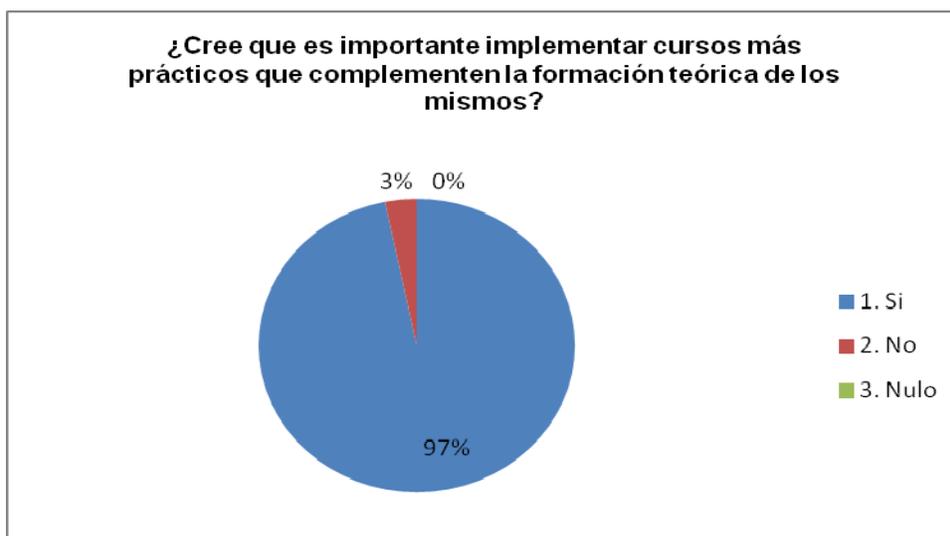
Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 26% de los encuestados desearían que se incluyeran temas de metodología del entrenamiento, el 7% en fuerza, el 6% en prevención de lesiones, el 26% en acondicionamiento físico, el 16% en levantamiento de pesas y el 19% se abstuvo de responder.

7. ¿Considera importante que a nivel pregrado del técnico en deportes se implemente una nueva especialidad para fortalecer la pensa de estudios?



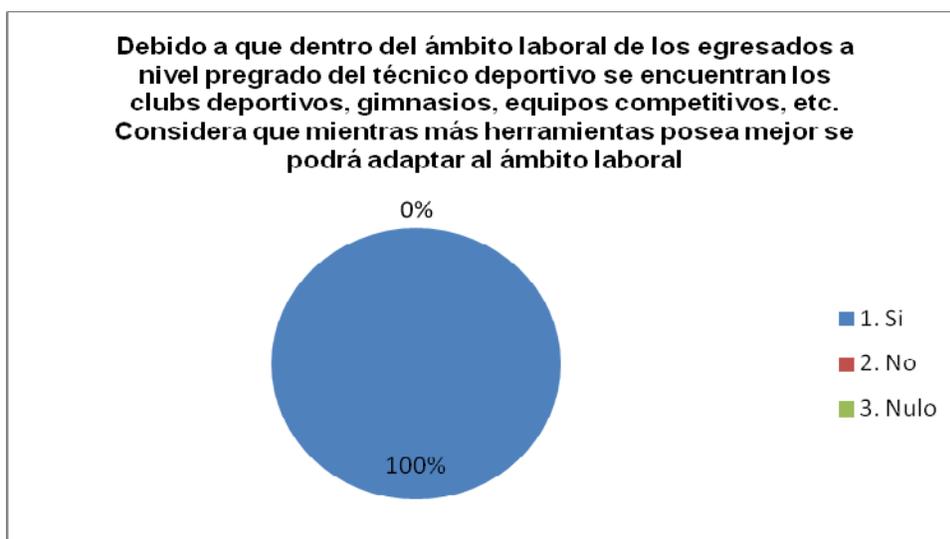
Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 94% de los encuestados consideran importante implementar una nueva especialización a nivel pregrado del técnico en deportes, el 3% no lo considera necesario y el 3% se abstuvo de responder.

8. ¿Cree que es importante implementar cursos más prácticos que complementen la formación teórica de los mismos?



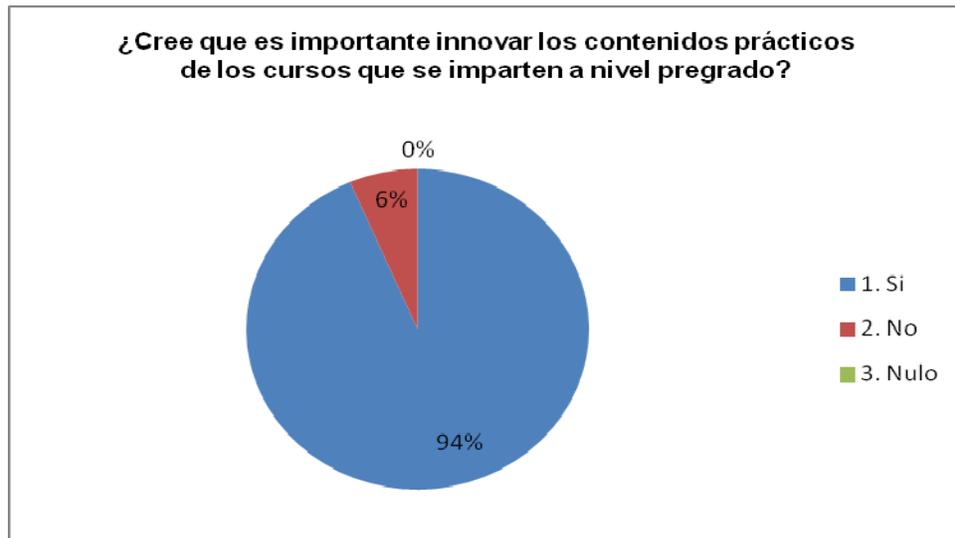
Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 97% de los encuestados consideran importante implementar cursos más prácticos que complementen la formación de los mismos y el 3% no lo considera importante.

9. Debido a que dentro del ámbito laboral de los egresados a nivel pregrado del técnico deportivo se encuentran los clubs deportivos, gimnasios, equipos competitivos, etc. Considera que mientras más herramientas posea mejor se podrá adaptar al ámbito laboral en que se desempeñe.



Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 100% de los encuestados consideran que mientras más herramientas se posean mejor será su inserción al ámbito laboral del país.

10. ¿Cree que es importante innovar los contenidos prácticos de los cursos que se imparten a nivel pregrado?



Podemos evidenciar en base a los resultados de los datos obtenidos que el 94% de los encuestados consideran que es importante innovar los contenidos prácticos que se imparten a nivel pregrado y el 6% no lo considera importante.

Programa de estudios del curso de Acondicionamiento Deportivo I y II de la Universidad Galileo

Escuela Técnica

Programa de curso

Nombre del curso: Acondicionamiento Físico Deportivo I

1. Objetivos generales

- Valorar la importancia del acondicionamiento físico.
- Analizar elementos teóricos y metodológicos inherentes al acondicionamiento físico.
- Realizar ejercicios físicos para el aprendizaje del mejoramiento de las capacidades físicas condicionales, coordinativas y de movilidad donde intervengan diferentes planos musculares.

- Identificar las formas de aplicar los métodos de desarrollo de las capacidades de resistencia y velocidad que permitan el desarrollo de la preparación física en correspondencia a la edad del atleta.

1. Contenidos

1. Conceptos generales

- 1.1. Acondicionamiento físico deportivo.
- 1.2. Preparación física.
- 1.3. Condición física.

2. Capacidades motoras

- 1.1 Clasificación de las capacidades físicas.
- 1.2 Etapas de desarrollo.
- 1.3 Fases sensibles (Grosser).
- 1.4 Consideraciones del trabajo en edades escolares.

3. Principios del acondicionamiento físico

- 3.1. Clasificación de los principios.
- 3.2. Principios del acondicionamiento físico.
- 3.3. La adaptación biológica.
- 3.4. La carga y sus manifestaciones.

4. La resistencia

- 4.1. Importancia.
- 4.2. Definición según diversos criterios autorales.
- 4.3. Clasificación y manifestaciones.
- 4.4. Principios metodológicos del desarrollo de la fuerza.
- 4.5. Métodos de trabajo.
- 4.6. Medios y ejercicios para su desarrollo.
- 4.7. Efectos y adaptaciones del trabajo de fuerza.
- 4.8. Planificación del trabajo de fuerza.

5. La velocidad

- 5.1. Importancia.
- 5.2. Definición según diversos criterios autorales.

- 5.3. Clasificación y manifestaciones.
- 5.4. Principios metodológicos del desarrollo de la flexibilidad.
- 5.5. Métodos de trabajo.
- 5.6. Medios y ejercicios para su desarrollo.
- 5.7. Efectos y adaptaciones del trabajo de flexibilidad.

2. Metodología

- 2.1 Conferencias
- 2.2 Talleres
- 2.3 Seminarios
- 2.4 Investigaciones
- 2.5 Clases prácticas
- 2.6 Evaluaciones

3. Bibliografía recomendada

- 3.1 Amicale EPS y cols. (1988): "Programas y contenidos de la educación físico-deportiva en B.U.P. y F.P." Editorial Paidotribo, Barcelona.
- 3.2 Grosser, Starischka y Zimmermann (1988): Principios del entrenamiento deportivo". Editorial Martínez Roca, Barcelona.
- 3.3 Harre, E. (1987): "Teoría del entrenamiento deportivo", Ed. Stadium, Buenos Aires.
- 3.4 Oliver, a. (1985), "Los principios metodológicos del acondicionamiento físico. En preparación oposiciones licenciados educación física. Madrid, Pila Teleña.
- 3.5 Martín Acero, R. (1993), "Metodología del entrenamiento de la velocidad y la flexibilidad en el alto rendimiento deportivo. Master en alto rendimiento deportivo. Centro olímpico de estudios superiores (CEDE).
- 3.6 <http://www.efdeportes.com>

Escuela Técnica

Programa de curso

Nombre del curso: Acondicionamiento Deportivo II

4. Objetivos generales

- Estructurar un plan de acondicionamiento físico que incluya elementos de valoración del mismo.
- Analizar elementos teóricos y metodológicos inherentes al acondicionamiento físico.
- Realizar ejercicios físicos para el aprendizaje del mejoramiento de las capacidades físicas condicionales, coordinativas y de movilidad donde intervengan diferentes planos musculares.
- Identificar las formas de aplicar los métodos de desarrollo de las capacidades de fuerza y flexibilidad que permitan el desarrollo de la preparación física en correspondencia a la edad del atleta.

5. Contenidos

1. La fuerza

- 1.1. Importancia
- 1.2. Definición
- 1.3. Clasificación
- 1.4. Principios metodológicos del desarrollo de la fuerza
- 1.5. Métodos de trabajo
- 1.6. Ejercicios para su desarrollo
- 1.7. Efectos y adaptaciones del trabajo de fuerza

2. La flexibilidad

- 2.1. Importancia
- 2.2. Definición
- 2.3. Clasificación
- 2.4. Principios metodológicos del desarrollo de la flexibilidad

- 2.5. Métodos de trabajo
- 2.6. Ejercicios para su desarrollo
- 2.7. Efectos y adaptaciones del trabajo de flexibilidad
- 3. El plan de acondicionamiento físico
 - 3.1. Elementos del diseño del plan
 - 3.2. Planificación y periodización
 - 3.3. Interrelación de las capacidades físicas
 - 3.4. Control y evaluación del plan de acondicionamiento físico.
- 4. Metodología
 - 4.1. Conferencias
 - 4.2. Talleres
 - 4.3. Seminarios
 - 4.4. Investigaciones
 - 4.5. Clases prácticas
 - 4.6. Evaluaciones

- 6. Bibliografía recomendada
 - 6.1 Ulrich Stumpp. (2000) Adquirir una buena condición física jugando. 3ra. Edición . Madrid: Editorial Paidotribo.
 - 6.2 Balk Arno. (2000) Entrenamiento de la fuerza. Ejercicios con máquinas que no dañan la columna. Madrid: Editorial Paidotribo.
 - 6.3 Platonov, Vladimir (2002) La preparación física. Colección deporte y entrenamiento. 3ra. Edición.Madrid: Editorial Paidotribo.
 - 6.4 Alter, Michael (2001) Los estiramientos. Ejercicios de desarrollo. 4ta. Edición. Madrid: Editorial Paidotribo.
 - 6.5 Reina Montero, Martínez Vicente (2003) Manual de teoría y práctica del acondicionamiento físico. Madrid: CV Ciencias del Deporte.
 - 6.6 Conferencias de docencia.

Pensa de estudios de la Academia Deportiva Nacional

Curso: Preparación Física I

Curso:

Docente:

Duración del curso: 12 Horas.

Objetivos:

- Capacitar la fuerza técnica especializada en diferentes aspectos concernientes a la preparación física.
- Analizar elementos teóricos y metodológicos inherentes a la preparación física.
- Realizar ejercicios físicos para el mejoramiento de las capacidades físicas condicionales donde intervengan diferentes planos musculares.

Contenidos

Tema I: La rapidez en la unidad de entrenamiento.

- Importancia
- Concepto
- Clasificación
- Medios
- Factores
- Recomendaciones metodológicas
- Ejercicios para su desarrollo

Tema II: La fuerza en la unidad de entrenamiento.

- Importancia
- Concepto
- Clasificación

- Factores
- Recomendaciones metodológicas
- Ejercicios para su desarrollo

Tema III: La resistencia en la unidad de entrenamiento.

- Importancia
- Concepto
- Clasificación
- Recomendaciones metodológicas
- Ejercicios para su desarrollo

Evaluación

La evaluación será sobre la base de 100 puntos y el curso se aprueba con un mínimo de 61 puntos.

Las evaluaciones sistemáticas (frecuentes) estarán compuestas por cuatro tareas, efectuándose una por cada semana y las mismas se realizarán de forma escrita y práctica.

La cantidad y distribución del punteo de las evaluaciones sistemáticas será de 15 puntos por tarea, para un total de 60 puntos.

Se realizará un examen final práctico, con un valor de 40 puntos, donde los estudiantes deben integrar todos los conocimientos aprendidos en clases anteriores.

Curso: Preparación Física II

Curso:

Docente:

Duración del curso: 12 Horas.

Objetivos:

- Analizar los aspectos fundamentales concernientes a la preparación física y su incidencia en la actividad física y deportiva.
- Orientar las particularidades de la preparación física como medio de la actividad física y el deporte en la solución de los problemas inherentes a su profesión.
- Realizar ejercicios físicos para el mejoramiento de las capacidades físicas coordinativas y flexibilidad, donde intervengan diferentes planos musculares.
- Aplicar los conocimientos de la preparación física en la unidad de entrenamiento.

Contenidos

Tema I: Las capacidades coordinativas en la unidad de entrenamiento.

- Importancia
- Concepto
- Clasificación
- Recomendaciones metodológicas
- Ejercicios para su desarrollo

Tema II: La flexibilidad en la unidad de entrenamiento.

- Importancia
- Concepto

- Clasificación
- Recomendaciones metodológicas
- Ejercicios para su realización

Tema III: Los test físicos

- Importancia
- Concepto
- Requisitos
- Evaluación
- Test pedagógicos
- Pruebas físicas

Evaluación

La evaluación será sobre la base de 100 puntos y el curso se aprueba con un mínimo de 61 puntos.

Las evaluaciones sistemáticas (frecuentes) estarán compuestas por cuatro tareas, efectuándose una por cada semana y las mismas se realizarán de forma escrita y práctica.

La cantidad y distribución del punteo de las evaluaciones sistemáticas será de 15 puntos por tarea, para un total de 60 puntos.

Se realizará un examen final práctico, con un valor de 40 puntos, donde los estudiantes deben integrar todos los conocimientos aprendidos en clases anteriores.

Formato de la propuesta metodológica

Universidad de San Carlos de Guatemala

Escuela de Ciencias Psicológicas

Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte

-ECTAFIDE-

Nombre del curso

I. Información general:

En esta parte se desarrolla la información referida a:

- Docente del curso.
- Ciclo o fase.
- Nivel.
- Nivel de formación.
- Código del curso.
- Prerrequisito.
- Fecha de inicio.
- Horario en el que se impartirá el curso.
- Duración del curso.
- El tipo de docencia.
- Lugar.
- Requisito.

II. Descripción del curso:

Aquí se describe los parámetros por medio de los cuales se desarrollara el curso, la forma en que los alumnos irán desarrollando los contenidos.

III. Objetivos generales del curso:

Aquí se describe los que se quiere alcanzar con el desarrollo de los contenidos en los alumnos, estos pueden ser:

- Cognoscitivos.

- Psicomotrices.
- Afectivos.

IV. Contenidos programáticos:

Aquí se enlistan los temas principales que serán desarrollados durante el transcurso del semestre, de igual forma los subtemas de cada temática.

V. Evaluación

Cuáles son los parámetros para la ponderación del curso, dentro de estos podemos distinguir:

- Evaluación escrita.
- Evaluación práctica.
- Evaluación oral.

VI. Organización de zonas y punteos específicos:

Se describe la forma en que cada área de trabajo es valorada, podemos distinguir entre la zona y el examen.

VII. Recursos didácticos:

Son los medios por los cuales la cátedra se auxiliara para desarrollar los contenidos programáticos, esto para beneficiar la aprensión de los mismos a los alumnos.

VIII. Referencias bibliográficas:

Fuentes de información las cuales serán la base para los contenidos programáticos.

La implementación de una guía programática a nivel pregrado del técnico en deportes que tenga como objetivo el dotar al estudiantado de más herramientas pedagógicas en materia de la preparación física, es un elemento que beneficiará la profesionalización a nivel superior del estudiante de -ECTAFIDE-, fortaleciendo el desarrollo de más competencias en el ámbito laboral deportivo y adaptando al educando a las exigencias que la cultura física demanda en nuestra sociedad.

Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.
Asesor Metodológico

Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.
Revisor Final



Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencias Psicológicas
Escuela de Ciencia y Tecnología de
La Actividad Física y El Deporte
-ECTAFIDE-