

## **Programa de cursos de superación profesional en Entrenamiento Deportivo dirigido a metodólogos y entrenadores deportivos de La Habana**

Program of courses of professional superación in Sport Training directed to the trainers and sport metodólogos of Havana

### **Autores:**

M. Sc. Gerardo Vargas Peraza. Profesor Auxiliar de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana, Cuba. Teléfono móvil 053819469. Email: vargasperazag@gmail.com y canela@inder.cu.

M. Sc. José Ramón Tusón Pérez. Profesor Auxiliar de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana, Cuba. Teléfono móvil 55306270. Email: josetp@uccfd.cu.

M. Sc. Maura Fumero Gómez. Profesora Auxiliar de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana, Cuba. Teléfono móvil 56268432. Email: maurafg@uccfd.cu - maurafumero@gmail.com.

### **Resumen**

El diseño y aplicación de un programa de cursos de superación profesional con temas actuales y específicos en Entrenamiento Deportivo, fundamentado sobre las exigencias y principios de la formación de especialistas, a partir del banco de necesidades de entrenadores y metodólogos, en coordinación con la Dirección Provincial de Deportes, donde se aplicó una encuesta inicial, así como test (aspectos positivos, negativos e interesantes), además de una encuesta de satisfacción a los cursistas, ofrecen una valoración real del impacto causado a partir de todos los contenidos impartidos en cada curso y dominio de los profesores que lo impartieron.

**Palabras claves:** Curso de superación; Metodólogos: Entrenadores.

### **Summary**

The design and application of a program of courses of professional superación with current and specific topics in Sport Training, based on the demands and principles of the formation of specialists, starting from the bank of trainers' necessities and metodólogos, in coordination with the Provincial Address of Sports, where an initial survey was applied, as well as test (positive, negative and interesting aspects), besides a survey of satisfaction to the cursistas, they offer a real valuation of the impact caused by the starting from all the contents imparted in each course and the professors' domain that imparted it.

**Key words:** Superación course; Metodólogos: Trainers.

## **Introducción**

El diseño del programa de superación profesional se elaboró con previa coordinación con el departamento de docencia y actividad deportiva de la Dirección Provincial de Deportes (DPD), de La Habana, satisface una necesidad sustancial y permanente de los metodólogos y entrenadores que ejercen su función en el deporte de base de la capital desde donde frecuentemente se reciben solicitudes para ingresar en los diplomados y maestrías como parte de la superación permanente del profesional del deporte.

Las cuestiones relacionadas al término de superación profesional como elemento esencial de la preparación de metodólogos y entrenadores deportivo han sido investigadas desde varias aristas y enfoques por múltiples autores de Cuba, destacándose, entre otros, los aportes de Orozco Alain R. (2006); Castillejo, R. (2004); Echevarría, M. (2008); Herrera, A. (2010); Díaz, A. (2011); Lara, D. (2011); Ferroni, S. (2011); Vargas, G. y Armela, E. (2013 – 2017 - 2018) y Suárez, O.P. (2018) entre otros.

A pesar de las aportaciones científicas de los autores antes citados como antecedentes esenciales para el estudio, los cambios experimentados en el ámbito deportivo y los empeños del INDER para lograr una mayor calidad en el desempeño profesional, se ha constatado que no se satisfacen las necesidades de superación profesional para estos especialistas, ya que se ha demostrado lentitud y falta de rigor científico para ajustarse a los cambios que se producen en el contexto deportivo.

También se verifica a partir de los problemas reales detectados por los autores con más de 12 años de experiencia profesional en la teoría y metodología en entrenamiento deportivo e impartiendo cursos de postgrado, conferencias, seminarios, debates, clases prácticas, entrenamientos metodológicos y talleres de superación a nivel territorial y nacionales durante las encuestas realizadas a metodólogos y entrenadores de base, la carencia de vías de superación profesional relacionado a la formación y desarrollo permanente de los recursos humanos que laboran en la base ante los avances de la tecnología dura y digitalizada, como las numerosas tendencias metodológicas de planificación del entrenamiento, que ha dado lugar incluso al diseño de un diplomado denominado Didáctica del

Entrenamiento Deportivo, el cual se encuentran en su IV edición en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo” (UCCFD).

## **Desarrollo**

*Diagnóstico del estado inicial de la superación profesional.*

El estudio diagnóstico, desarrollado en el inicio del año escolar 2018 - 2019 tuvo como objetivos caracterizar el estado del desarrollo profesional e identificar las principales necesidades como procedimientos específicos que se emplea para con la finalidad de recopilar y recoger la información para diseñar la forma de superación con vistas a la mejora de su desempeño profesional.

Se realizó con 127 entrenadores y metodólogos de los municipios La Habana Vieja, Centro Habana, Plaza de la Revolución, Lisa, Playa, Marianao, San Miguel del Padrón, Cerro, La Habana del Este y Guanabacoa todos de la provincia La Habana, con una experiencia de 5 hasta 30 años de trabajo y con un promedio de edad de 32.4 años. Estos son máster en entrenamiento deportivo para la alta competencia, licenciados en Cultura Física y graduados de la Escuela Provincial de Profesores de Educación Física. Además de la incorporación de ocho entrenadores del país de Malí que se encontraban cursando un ciclo de superación en la Escuela Ramal de Cubadeporte y participaron en disímiles conferencias, seminarios y actividades prácticas realizados en el municipio La Habana Vieja.

*Resultados derivados de la encuesta a metodólogos y entrenadores.*

Los especialistas encuestados plantean que aunque existe un banco de problema, el mismo carece de objetividad porque no refleja las necesidades de superación específicamente para la labor que realizan, una estructura de organización en las acciones de superación diseñada para la superación profesional y la valoración del trabajo que se realiza relacionado a la superación continua como proyección estratégica continua, siendo esto deficiente.

Refieren que las principales carencias que presentan los profesionales están relacionadas al trabajo científico y metodológico del proceso de preparación que rompen con su equilibrio y sus posibilidades de autorregulación, lo que sin duda, resiente su calidad, sugiriendo como actividades de superación los talleres y los cursos.

Los conocimientos que necesitan en particular están referidos a la interrelación de la carga física con la zona de trabajo (aerobio-anaerobio), el control y evaluación del rendimiento, los principios del entrenamiento deportivo y métodos de entrenamiento,

la estructura organizativa de la selección de posibles talentos deportivos, los planes de enseñanza, las habilidades motrices deportivas y su formación pedagógica, la preparación técnicas y táctica, el trabajo de las cualidades físicas en la edad infantil, escolar y juvenil atendiendo a las características de la categoría y particularidades, exigencias y dinámica del deporte que práctica.

Después de haber explicado las carencias, el reto que le imponen las funciones como metodólogos y entrenadores, además las cualidades que se les atribuyen se evidenció la necesidad diseñar superación cursos que tiene como objetivo:

- Estructurar la superación profesional de los metodólogos y entrenadores deportivos de La Habana, utilizando como elemento rector del proceso los cursos con sus temáticas y contenidos específicos, contribuyendo a la preparación permanente y actualizada de estos.

- Potenciar el desarrollo de habilidades pedagógicas profesionales relacionadas con el proceso del entrenamiento deportivo para dar solución a los problemas de la práctica laboral y deportiva con alto rigor científico, metodológico y pedagógico.

- Aplicar la teoría del conocimiento como alternativa educativa para el mejoramiento de su desempeño profesional y humano.

- Actualizar los conocimientos de entrenamiento deportivo para un mayor desarrollo de los sentimientos de cubanía.

#### *Estructura y organización de la superación.*

Para su diseño se partió de algunas consideraciones pedagógicas y metodológicas, siendo estas las siguientes direcciones: fundamentación; título de cada uno de los cursos; tiempo de duración y cantidad de crédito que otorga; modalidad (tiempo completo, tiempo parcial o a distancia); justificación; objetivos generales; las habilidades; determinación de los temas con sus contenidos; valores; plan temáticos; materiales y medios de enseñanzas necesarios para impartir los cursos; definición y argumentación de las formas de evaluación y la bibliografía.

Los cursos se desarrollaron al unísono en cuatro sedes municipales fundamentales con las condiciones necesarias, designada por la provincia como son La Habana Vieja, Cerro, Playa y la Habana del Este. Se desempeñaron como facilitadores seis profesores, dos doctores en Ciencia de la Cultura Física, tres máster en Entrenamiento Deportivo y uno en Actividad Física Comunitaria, con categoría docente de titular, auxiliar y asistente con una vasta experiencia a nivel nacional e internacional impartiendo seminarios metodológicos, talleres, conferencias

especializadas, videos conferencias y cursos de entrenamiento deportivo en universidades como Colombia, Venezuela y México entre otros, además de formar parte del claustro que imparte la asignatura en la UCCFD “Manuel Fajardo”.



*Programa de cursos*

Cursos	Horas			Créditos	Profesor
	Total	Horas Lectivas	Horas de trabajo independiente		
Bases teóricas metodológicas del entrenamiento deportivo	30	10 h	20 h	1	M. Sc. José Tuzón Pérez M. Sc. Marciano V. Garrido M. Sc. Maura Fumero Gómez M. Sc. Luis A. Pérez Rodríguez
Selección científica de posibles talentos deportivos	30	12h	18h	1	M. Sc. Gerardo Vargas Peraza M. Sc. José Tuzón Pérez M. Sc. Marciano V. Garrido M. Sc. Luis A. Pérez Rodríguez
Planificación del Entrenamiento Deportivo como proceso a largo plazo.	60	25 h	35 h	2	M. Sc. Gerardo Vargas Peraza M. Sc. José Tuzón Pérez M. Sc. Luis A. Pérez Rodríguez Dr. C. Niurka Fuentes Duany
La Preparación Física en el deporte escolar de base.	30	10	20	1	M. Sc. Gerardo Vargas Peraza M. Sc. José Tuzón Pérez M. Sc. Marciano V. Garrido M. Sc. Luis A. Pérez Rodríguez
Control pedagógico y evaluación de la preparación del deportista	30	12	18	1	M. Sc. Gerardo Vargas Peraza M. Sc. José Tuzón Pérez M. Sc. Marciano V. Garrido M. Sc. Luis A. Pérez Rodríguez Dr. C. Yusimil Ramos Quian
<b>Total</b>	150h	56h	94h	<b>6</b>	

*Evaluación de los cursos de superación profesional.*

La evaluación se realiza a partir de las particularidades de cada uno de los cursos impartidos por los profesores y se discute en los diferentes seminarios, debates y talleres presentando como contenidos:

La interrelación de la carga física con la zona de trabajo, aplicación práctica de los principios del entrenamiento deportivo y métodos de entrenamiento; estructura

organizativa a través de la concepción biopsicosocial-pedagógico para la selección de posibles talentos deportivos sobre una base científico técnico, pedagógico y metodológico teniendo en cuenta las exigencias de la actividad competitiva; un plan de enseñanza, macrociclo de entrenamiento con la metodología orientada (escrito – gráfico), especificando las características del deporte; confeccionar una serie de test pedagógicos para la categoría escolar y juvenil según las necesidades y exigencias del deporte apoyándose en la metodología ofrecida.

*Resultados de la aplicación de la técnica de positivo, negativo e interesante (PNI) a los metodólogos y entrenadores.*

Finalizado cada uno de los cursos se aplicó la técnica participativa a cada uno de los cursistas la cual se pudo recoger como consideraciones positivas: el carácter teórico práctico del curso, con ejemplos específicos en varios deportes; la profesionalidad de los especialistas que lo impartieron; carácter instructivo y educativo; el desarrollo de las habilidades y competencias profesionales mostradas por los profesores; la forma moderna, didáctica y atractiva de impartir los contenidos de cada curso, así como los aportes, informaciones y bibliografías actualizada para enriquecer la labor de los cursistas.

También el nivel de profundidad con que se impartieron los cursos; posibilidad de aplicar los conocimientos en su radio de acción laboral; la comunicación lograda por los profesores; grado de dominio y actualización en cuanto a los contenidos impartidos por los especialistas; los medios utilizados en las actividades docentes y práctica; los recursos bibliográficos y materiales entregados para la superación; formas novedosas de integrar los aspectos sociales y psicopedagógicos a su actividad laboral, así como la facilidad de ser impartido en los territorios.

Se recopilaron como consideraciones negativas: impartir los cursos con mayor cantidad de horas y de forma sistemático, con el objetivo de dedicarle más tiempo a las actividades prácticas, los talleres en el entrenamiento para una mejor comprensión de los contenidos en las diferentes modalidades deportivas por parte de los cursistas; la participación de los metodólogos municipales, provinciales, directivos y la falta de unidad de criterios de estos con relación a los contenidos impartido por los profesores de la universidad.

Dentro de las Interesantes: posibilidad de relacionar las consideraciones científicas, metodológicas y pedagógicas en torno al proceso de preparación del deportista en las diferentes categorías; los aspectos novedosos relacionados a las tendencias



actuales de la preparación; profundización acerca de los contenidos relacionados a la preparación del deportista a partir de las las exigencias y dinámica competitiva de cada deporte; socialización de experiencias con alto rigor científico metodológico de los que impartieron los curso con los metodólogos y entrenadores deportivos; posibilidad de actualización en cuanto al proceso de preparación del deportista y necesidad de instrumentar contenidos y otros relacionados al proceso de preparación del deportista a través de cursos de profundización y ampliación, relacionando estos aspectos con las Técnicas de la Información y la Comunicación.

*Resultados obtenidos en la encuesta aplicada a metodólogos y entrenadores.*

El contenido de la encuesta estuvo dirigido a conocer sobre la evaluación de los facilitadores (Grado percibido de dominio de los cursos, claridad en la transmisión de los conocimientos, desempeño y fomento a la participación de los asistentes); evaluación de los cursos desarrollados (Grado de relevancia científica y metodológica, aplicabilidad directa al ámbito de trabajo, distribución/ordenamiento de los cursos y formas de superación, profundidad/integridad en el tratamiento y adecuación de la metodología de trabajo aplicada); evaluación de los materiales de apoyo empleado en los cursos (Presentación/diseño general, adecuación/pertinencia y creatividad a la superación ofrecida, aplicación de la tecnología, extensión y detalle de la documentación recibida) y del programa desarrollado de forma general (Entorno de trabajo, dinámica general aplicada, nivel de satisfacción con la actividad).

Con relación a la evaluación de los docentes se establecieron las siguientes categorías (Muy Buenas, buenas, regulares y malas).

Respecto al grado percibido de dominio de los contenidos impartidos fue catalogado como muy bueno, lo que evidencia la gran calidad de los profesores.

Referido a la claridad en la transmisión de los conocimientos fue catalogado unánimemente de muy bueno, al ser impartido cada uno de los cursos según el talento humano del deporte con excelente ejemplificación y uso de los medios audiovisuales de forma adecuada, siendo evacuadas las dudas con toda certeza y detalles.

En cuanto al fomento a la participación de los asistentes resulto ser de muy buena teniendo en cuenta la amplia participación de los seleccionados por cada territorio, se les dio oportunidad a todos de exponer sus criterios, opiniones, punto de vistas respecto a los contenidos, ideas y aportes con los profesores de mediadores en los

talleres, clases práctica, seminarios correspondientes, avalados además porque los participantes son máster, licenciados y entrenadores en formación.

Relacionado a la evaluación del grado de relevancia para la actividad, aplicabilidad directa al ámbito de la actividad laboral, distribución/ordenamiento de los temas, profundidad/integridad en el tratamiento y adecuación de la metodología de trabajo aplicada todos fueron valorados por los participantes como muy bueno por su aplicación e importancia en el contexto deportivo actual, lo que se realiza por la ejemplificación práctica de los mismos siendo de gran relevancia e importancia para el desempeño profesional de los cursistas.

Se alcanzó un buen nivel de profundidad en cuanto a los conocimientos, acorde al nivel de cada curso, alejado de los conocimientos elementales del pre grado, aunque se debe de reconocer que existieron interrupciones en cuanto a las frecuencias por causas subjetivas.

En otro orden de ideas, la integridad y valoración de la metodología aplicada para hacer más asequible los cursos resultó bueno al resaltar los metodólogos y entrenadores la detallada explicación que brindaron los facilitadores, así como los conocimientos aportados de otras ciencias afines al proceso de preparación del deportista. Resulta interesante el nivel de satisfacción manifestada en cuanto a los materiales de apoyo, presentación, diseño general, adecuación, pertinencia a la superación ofrecida, extensión y detalles de la documentación recibida resaltan el nivel de desempeño profesional pedagógico de los profesores, así como de habilidades pedagógico

Todos estos aspectos tuvieron un resultado muy bueno, de acuerdo a los criterios, opiniones y valoraciones ofrecidos por los cursistas en la encuesta aplicadas, valorándose la importancia de los materiales de apoyos presentados por los facilitadores, el uso de medios de cómputo, la distribución de la documentación presentada en soporte digital, y otros elaborados, los propios materiales digitales extraídos por los cursistas en las navegaciones por Internet.

La pertinencia también fue considerada muy buena, ya que se ajustaban perfectamente los contenidos que se impartieron en cada curso a partir de las particularidades de cada uno de los deportes representados por cada entrenador, donde se expusieron muchos ejemplos de la preparación en deportes como el Atletismo, Baloncesto, Fútbol, Béisbol y otros deficitarios, ávidos de conocimientos prácticos en su forma específica de entrenamiento.



Finalmente, la evaluación general del curso con sus tres indicadores (entorno de trabajo, dinámica general aplicada y nivel de satisfacción con la actividad), se cataloga como muy buenos, a juzgar por las opiniones acertadas y favorables de los cursistas, bajo un clima adecuado para la enseñanza, desarrollo y perfeccionamiento de su trabajo, donde consideran el impacto ocasionado por todos los cursos que se impartieron durante las diferentes formas de superación. Consideran que los conocimientos adquiridos son de mucha importancia y aplicación para su futuro desempeño profesional como metodólogos y entrenadores.

### **Conclusiones**

Los resultados de los PNI y la encuesta de satisfacción realizada una vez impartidos los cursos a través de conferencias especializadas, talleres de socialización, seminarios y clase práctica constata el grado de satisfacción y el impacto alcanzado por el programa de curso.

### **Recomendaciones**

Necesidad de que, la DPD de La Habana continúe potenciando los cursos de superación con la incorporación de las ciencias aplicadas al proceso de preparación del deportista para el contribuir al perfeccionamiento, profundización y ampliación de nuevos conocimientos científicos, metodológicos, pedagógico y habilidades acorde con las exigencias de esta esfera de actuación de los especialistas a la luz del siglo XXI.

### **Referencias bibliográficas**

- Castillejo Olán, R. (2003). *Estrategia de superación para propiciar el desarrollo de las Habilidades Pedagógicas Profesionales, a partir de la dirección de la clase, en los profesores de Educación Física en etapa de Adiestramiento Laboral*. (Tesis de Maestría), Instituto Superior Cultura Física "Manuel Fajardo", La Habana.
- Díaz, A. (2011). *Estrategia de superación para los Directivos de la Cultura Física de la Dirección Municipal Plaza de la Revolución*. (Tesis de maestría), Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Villa Clara.
- Ferroni, S. (2011). *Funciones de capacitación e investigación en el proceso formativo del docente*. Material mimeografiado. Buenos Aires.
- Herrera, A. (2010). *Estudio de la planificación y organización de la superación y el postgrado de los cuadros de la UJC de La Habana*. (Tesis de maestría),

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo. La Habana.

Hechavarría Urdaneta, M. (2008). *Lo que todo entrenador deportivo o director técnico debe saber hacer*. Ciudad de la Habana. Editorial Deportes.

Lara, D. (2011). *Alternativa metodológica para la superación profesional, a partir de las competencias profesionales específicas del entrenador de fútbol categoría 13-15 años*. (Tesis de doctorado), Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Villa Clara.

Orozco Alain R. (2006). *La Educación de postgrado y su repercusión en la formación del profesional iberoamericano*. México.

Suárez, O.P. (2018). *Estrategia de superación para profesores de Educación Física, que imparten baloncesto en la Educación Primaria*. (Tesis de doctorado), Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Pinar del Rio.

Vargas, G. y Armela, E. (2017). Diseño de un curso de capacitación postgraduada en Entrenamiento Deportivo Municipio San Carlos. Estado Cojedes". *Revista Científica Cultura Física y Deportes de Guantánamo Fama Deportes en el Vol. 7, Núm. (13), 2017, Año 7, ISSN: 2589891 RNPS: 2286 en famadeportes@cug.co.cu*

Vargas, G. y Armela, E. (2018). *Alternativa metodológica para la capacitación de los metodólogos y entrenadores deportivos, municipio San Carlos, estado Cojedes*. Ponencia publicada en las memorias del VIII Congreso Internacional de Investigaciones Científica en Deportes, Actividad Física y Educación Física "CINIDAE del 15 al 17 de noviembre de 2017 en la Universidad Deportiva del Sur, Venezuela, bajo el registro legal Nro.CO2017000015. IBSN- 978-980-7367-27-1.