Caracterización Del Perfil Profesional De Los Entrenadores Del Instituto Municipal Del Deporte Y La Recreación De La Ciudad De Palmira, Valle.

Presentado Por:

Jeison Stiven Ayala Nieto

Universidad Del Valle

Sede Palmira

Licenciatura En Educación Física Y Deportes

Institución De Educación Y Pedagogía

2018



Caracterización Del Perfil Profesional De Los Entrenadores Del Instituto Municipal Del Deporte Y La Recreación De La Ciudad De Palmira, Valle.

Presentado Por:

Jeison Stiven Ayala Nieto

Trabajo De Grado Como Requisito Para Optar Por El Título De Licenciado En Educación Física Y Deportes

Director:

Mg. Alberto Llanos Soto

Universidad Del Valle

Sede Palmira

Licenciatura En Educación Física Y Deportes

Institución De Educación Y Pedagogía

2018

Nota de aceptación

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Director del trabajo de grado

_____

Firma del jurado

_____

Firma del jurado

_____

Firma del jurado

Palmira, Junio 2018

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad del Valle, para que haga de esta tesis o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la institución.

Cedo los derechos de mi trabajo de investigación, con fines de difusión pública, además la reproducción de esta, dentro de las regulaciones de la Universidad.

DEDICATORIA

Palmira, Junio 2018

Este trabajo está dedicado principalmente a DIOS, quien es el único que hace posible estar en este punto de mi vida, gracias por darme el privilegio de ser admitido y lograr culminar esta etapa de desarrollo profesional y personal en la mejor Universidad del suroccidente colombiano a pesar de las dificultades, a nuestros seres queridos quienes me brindaron su apoyo incondicional para que este sueño se hiciera realidad.

Jeison Steven Ayala Nieto

AGRADECIMIENTOS

Le agradezco primero a Dios, a mi familia mi papa José Ayala, mi madre Luz Maria Nieto, mi Hermanita Daniela Ayala que me han apoyado incondicionalmente desde que decidí seguir el rumbo de esta hermosa carrera, a mi novia que ha estado en todo momento apoyándome en cada caída e impulsándome para salir adelante, a mi asesor de tesis Lic. Alberto Llanos, a mi jefe el Lic. Educlesixer Valencia quien hace de mi cada día un mejor profesional, al Imder Palmira Por permitir desarrollar mi tesis de la mejor manera y por ultimo al grupo de docentes que a lo largo de mi proceso de formación me trasmitieron no sólo su conocimiento, sino también su afecto, paciencia y apoyo para formar el profesional que está a punto de recibir su diploma.

TABLA DE CONTENIDO

1 PRESENTACION 12

2 TEMA 14

3 ANTECEDENTES 15

3.1 ANTECEDENTE No. 1 15

3.2 ANTECEDENTE No. 2 15

3.3 ANTECEDENTE No. 3 16

3.4 ANTECEDENTE No. 4 16

3.5 ANTECEDENTE No. 5 17

3.6 ANTECEDENTE No. 6 17

3.7 ANTECEDENTE No. 7 18

4 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 20

5 JUSTIFICACION 22

6 OBJETIVOS 24

7 ESTRATEGIA METODOLOGICA 25

8 MARCO LEGAL 27

8.1 Constitución política de Colombia. 27

8.1.1 ARTICULO 1º 27

8.1.2 ARTICULO 2º. 27

8.2 RESOLUCION NO. 1962 DE 9 DE MAYO DE 2006 29

8.3 LEY 1150 DE 2007 (Julio 16) 29

9 MARCO TEORICO 30

9.1 CARACTERISTICAS DE ENTRENADOR DEPORTIVO 30

9.1.1 PERFIL DEL ENTRENADOR DEPORTIVO 34

9.1.2 PERFIL TRADICIONAL 35

9.1.3 PERFIL TECNOLÓGICO. 35

9.1.4 PERFIL CRÍTICO. 36

9.1.5 PERFIL COLABORATIVO 36

9.1.6 PERFIL INNOVADOR Y CREATIVO. 37

9.1.7 PERFIL COMUNICATIVO Y DIALOGANTE. 37

9.2 ENTRENAMIENTO DEPORTIVO 38

9.2.1 DEFINICION ENTRENAMIENTO DEPORTIVO 38
9.2.2 PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO 39
9.2.3 PRINCIPIO DE LA MULTILATERALIDAD 40
9.2.4 PRINCIPIO DE ESPECIALIZACIÓN 41
9.2.5 PRINCIPIO DE PROGRESIÓN 42
9.2.6 PRINCIPIO DE LA ESPECIFICIDAD 42
9.2.7 PRINCIPIO DE LA INDIVIDUALIZACION 43
9.2.8 PRINCIPIO DE LA CONTINUIDAD 44
9.2.9 PRINCIPIO DE RELACIÓN ÓPTIMA ENTRE CARGA Y RECUPERACIÓN 44
9.2.10 PRINCIPIO DE LA VARIEDAD 45
9.2.11 PRINCIPIO DE LA ACCION INVERSA 46
9.2.12 PRINCIPIO DE LA PERIOCIDAD 47
9.2.13 PRINCIPIO DE ALTERNANCIA 48
9.3 PERFIL PROFESIONAL 48
10 RESULTADOS 50
11 ANALISIS DE RESULTADOS 74
12 CONCLUSIONES 84
13 RECOMENDACIONES 86
14 BIBLIOGRAFIA 87
15 ANEXOS 89

TABLA DE GRAFICOS

Figura 1 Fases Principales Del Entrenamiento Deportivo (Bompa, 1988) 41

Figura 2 Supercompensación 45

Figura 3 Género 50

Figura 4 Estrato Socioeconómico De los Entrenadores De IMDER Palmira. 51

Figura 5 Ciudad de Origen De los Entrenadores de IMDER Palmira. 52

Figura 6 Entrenadores por deporte 53

Figura 7 Rango de edad de los entrenadores 55

Figura 8 Máxima titulación de los entrenadores 56

Figura 9 Importancia de la formación académica permanente como entrenador 57

Figura 10 ¿Sigues Estudiando Actualmente? 57

Figura 11 Que Estudia actualmente 58

Figura 12 Tiempo de último curso de actualización deportiva. 59

Figura 13 Tiempo como entrenador deportivo 60

Figura 14 Ámbito en el que se encuentra inmerso como entrenador 61

Figura 15 Práctica deportiva en el alto rendimiento 61

Figura 16 Duración como deportista de alto rendimiento 62

Figura 17 Nivel que llegaron los entrenadores como deportista 63

Figura 18 Nivel que llegaron los entrenadores como deportista 63

Figura 19 Motivación laboral 64

Figura 20 Motivación laboral 64

Figura 21 Días de entrenamiento 65

Figura 22 Horas de entrenamiento por sesión 66

Figura 23 Aspectos De Importancia Al Evaluar Un Deportista 67

Figura 24 Aspectos De Importancia Al Evaluar Un Deportista 67

Figura 25 Aspectos De Importancia Al Evaluar Un Deportista 68

Figura 26 Aspectos De Importancia Al Evaluar Un Deportista 68

Figura 27 Evaluación Aspecto Anteriormente nombrado 70

Figura 28 Dispone de un macrociclo de entrenamiento 71

Figura 29 Fuente del plan anual de entrenamiento 71
Figura 30 ¿Prepara Ud. cada sesión de entrenamiento que tiene con el equipo o atleta? 72
Figura 31 Logros Deportivos En los Últimos 3 Años 73

TABLAS

Tabla 1 Dimensiones Entrenadores o mentores. 33

Tabla 2 Funciones del entrenador en relación a las etapas de formación deportiva 34

Tabla 3 Entrenadores por deporte 54

1 PRESENTACION

El entrenador deportivo y su importancia para alcanzar el alto rendimiento generaliza un elemento determinante para que el Deportista alcance la cima y dicho elemento radica en el entrenador (Delgado, 1994). En este sentido, Baker, Horton, Robertson y Wall (2003) señalan que el acceso a un entrenador experto en su área es crucial para el desarrollo de la carrera deportiva. Los propios deportistas reconocen que el entrenador es parte importante de su éxito. En los trabajos de Riewald y Peterson (2003a, 2003b), con 2100 deportistas olímpicos, el entrenador aparecía como factor principal del éxito en tercer lugar, y la falta de un buen entrenador experto era citada como la tercera dificultad para el éxito. Los factores más importantes citados por los deportistas olímpicos en los entrenadores eran la experiencia, conocimiento, apoyo, motivación y compromiso.

Colombia desde que termino los juegos olímpicos de Londres 2012 se ha venido preparando fuertemente durante el ciclo olímpico alcanzando grandes resultados deportivos en los Juegos Olímpicos de Rio 2016 siendo la mejor presentación de la delegación colombiana con 148 participantes, donde se obtuvo tres medallas de oro, dos de plata, tres de bronce y 13 diplomas olímpicos, superan ampliamente las expectativas que tenía la delegación nacional, ubicando a Colombia Primero del área bolivariana, segundo en Suramérica, tercero en Centroamérica y el Caribe, sexto en América y vigésimo segundo del mundo, son las posiciones que en los Juegos Olímpicos Río-2016, confirman a Colombia en camino a convertirse en potencia deportiva continental.

En base en estos autores y estos datos se crea la necesidad de comprender el papel fundamental que ejerce el entrenador deportivo en el desarrollo del deportista de alto rendimiento con el fin de lograr una formación idónea en su campo, en este sentido, este trabajo

es de vital importancia para el desarrollo deportivo de la ciudad, ya que permitirá comprender y analizar los fenómenos del entrenamiento deportivo.

El papel fundamental del entrenador en la obtención de logros deportivos va de la mano a ciertas características propias que debe tener cada entrenador, en este sentido Cronan-Hillix y Davidson (1986) citado por Pérez (2002) señala cinco características principales que deben de tener los entrenadores nombrados por ellos cómo mentores tales como; Interés y compromiso, Buena personalidad, Gran dominio de competencias y conocimientos, Apertura, entrega y colaboración, y Participación en investigaciones e ingenio. Dichas características atienden a una dimensión personal, formativa y académica del entrenador.

En esta investigación se planteó como objetivo principal, analizar el perfil profesional de los entrenadores del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación "IMDER" de la ciudad de Palmira, mediante el tipo de investigación cuantitativo y de método descriptivo, en donde se uso como instrumento de recolección de información la encuesta de tipo analítica obteniendo información sobre los entrenadores del Instituto Municipal Del Deporte Y La Recreación de la ciudad de Palmira teniendo en cuenta que se hicieron preguntas sobre la experiencia laboral, experiencia como deportista de alto rendimiento si alguna vez lo fue, formación permanente y características del entrenamiento.

2 TEMA

Caracterización del perfil profesional de entrenadores deportivos.

3 ANTECEDENTES

3.1 ANTECEDENTE No. 1

Título: "Caracterización Del Entrenador De Alto Rendimiento Deportivo"

Autor: Ma. Del Carmen Pérez, Cuadernos De Psicología Del Deporte, 2002 Vol. 2

País: Murcia, España

Este estudio hace una revisión de aquellos mentores del entrenamiento deportivo y su relación con el proceso, formación y componentes que influyen que el trabajo de un entrenador deportivo de alto rendimiento sea eficaz. Además de definir las principales características de personalidad y motivación que tiene cada uno. El presente trabajo permite hacer una correcta interpretación de características que debe tener un entrenador pero desde varios autores, es decir, aporta un amplio bagaje sobre este aspecto.

3.2 ANTECEDENTE No. 2

Título: "Estudio Cualitativo Sobre Entrenadores De Alto Rendimiento Deportivo"

Autor: Ma. Del Carmen Pérez, Cuadernos De Psicología Del Deporte, 2002, Vol. 11

País: Murcia, España

En este estudio se utiliza la perspectiva ideográfica para identificar el perfil del entrenador que actúa en el deporte de elite. Analizan el proceso formativo y selectivo de estos profesionales y además caracterizan los tipos de actuación que realizan. En este estudio, por ser de un enfoque cualitativo se utiliza un modelo de entrevista que les permitió cumplir el objetivo y analizar dichas características. Este trabajo amplia mi conocimiento ya que el texto exhibe a autores que definen características típicas y diferentes de los entrenadores, mostrando distintos puntos de vista para el presente proyecto.

3.3 ANTECEDENTE No. 3

Título: "El Entrenador De Alto Rendimiento Deportivo Y Su Contraste Con Entrenadores De Menor Nivel. Estudio En La Modalidad De Karate En España"

Autor: Salinero, J. J. 1; Ruiz, G. 2, Motricidad. European Journal of Human Movement, 2010: 24, 107-119

País: España

En este estudio se muestra un análisis descriptivo de las características de los entrenadores de elite de la modalidad de karate en España y se comparan con entrenadores de menor nivel competitivo. Se observaron diferencias significativas en varios aspectos analizados entre ambos grupos. Estos entrenadores alcanzaron buenos resultados deportivos en su faceta como deportista. Además, los entrenadores de elite presentan una gran experiencia deportiva, competitiva y como gestores de este deporte que les ayuda y los nutre de conocimiento para llevar a sus deportistas al alto rendimiento deportivo. Este trabajo me brinda un sentido comparativo y critico mediante la diferencia que existe entre los entrenadores de alto nivel y los entrenadores de menor nivel.

3.4 ANTECEDENTE No. 4

Título: "Estudio Cualitativo Sobre Entrenadores De Alto Rendimiento Deportivo"

Autor: Carlos-Federico Ayala-Zuluaga, ∗, Héctor-Haney Aguirre-Loaiza b y Santiago Ramos-Bermúdez a Rev Bras Ciênc Esporte. 2015;37 (4):367---375

País: Murcia, España

Con el objetivo de identificar la formación académica y la experiencia deportiva en entrenadores suramericanos, se desarrolló un estudio cuantitativo de alcance descriptivo. Se encontró que el 99% de los entrenadores deportivos tienen una formación profesional y el 35%

de postgrado, datos que se comparan con la clasificación final del evento. Se concluye que la formación académica y la experiencia deportiva son criterios importantes en el perfil del entrenador suramericano. En este estudio se evidencia las características formativas y profesionales de los entrenadores, datos que me proveen mediante un referente para la creación de una encuesta veraz y que me lleve a cumplir el objetivo**.**

3.5 ANTECEDENTE No. 5

Título: La Formación Del Entrenador De Iniciación Al Baloncesto En Andalucía: Seminario De Formación Y Estudio De Casos *(Tesis Doctoral)*

Autor: Javier Giménez Fuentes-Guerra

País: Huelva, 2010 España

Este trabajo estudia en profundidad la formación y realidad de los técnicos deportivos de baloncesto que entrenan en categorías de iniciación.

Además de conocer la realidad de este colectivo, observamos que se planteó una alternativa de formación basada en el trabajo colaborativo y en la reflexión. El estudio del entrenador deportivo de GIMENEZ (2000), aporta datos interesantes que mejora la docencia de este colectivo y que ayudarán a mejorar el proceso de aprendizaje de los alumnos y/o jugadores. Investigación doctoral muy importante debido a que investiga el proceso del entrenador deportivo y su rol Fundamental en el desarrollo de los deportes en su etapa de iniciación.

3.6 ANTECEDENTE No. 6

Título: "Caracterización Del perfil profesional de los entrenadores de los clubes de patinaje de carreras en Palmira"

Autor: Gustavo Adolfo Solís, Trabajo de grado para optar el título de Licenciado en educación física y deportes, Universidad del Valle

País: Palmira, Colombia 2016

Esta investigación pretende caracterizar el perfil profesional de los entrenadores de los clubes de patinaje de carreras de la ciudad de Palmira, fue investigación de tipo cualitativo para poder llegar a conocer cualidades de los entrenadores de patinaje de carreras en Palmira y el método descriptivo, La técnica empleada para la recolección de información fue la entrevista, con el fin de caracterizar el perfil profesional de los entrenadores de patinaje de carreras de Palmira. Dicha entrevista conto con 42 preguntas las cuales incluyen 6 preguntas sociodemográficas, 9 preguntas de la trayectoria profesional de cada uno de los entrenadores, 23 de conocimiento sobre la disciplina deportiva llamada patinaje de carreras que es la especialidad de cada uno de ellos y por ultimo 4 preguntas de identidad, las cuales dos de ellas son hacia el entrenador y las otras 2 al club deportivo. Según la conclusión del trabajo, con la entrevista se logró caracterizar y definir un perfil para los entrenadores de patinaje de carrera de la ciudad de Palmira definiendo dichas características desde un perfil deportivo además de establecer el conocimiento y caracterizar el nivel educativo de los entrevistados

3.7 ANTECEDENTE No. 7

Título: "caracterización del perfil profesional del entrenador de cheerleading del municipio de Cali"

Autor: Jessica Marcela Vélez García, Trabajo de grado para optar el título de Licenciada en educación física y deportes, Universidad del Valle

País: Cali, Colombia 2013

Este estudio que tiene como objetivo principal la caracterización del perfil profesional del entrenador de cheerleading del municipio de Cali el cual participaron 12 entrenadores dicha caracterización es fundamentada en temas tales como trayectoria profesional, conocimiento, identidad y otros. Esta investigación es de tipo es cualitativa con un método de tipo exploratorio, utilizando la entrevista como método de recolección de información

El cheerleading por ser un deporte no tan popular al menos en el ámbito de Colombia cuenta con entrenadores de muy corta edad pero con un bagaje amplio en el campo de este deporte y esto se debe a que dichos entrenadores participan como deportistas como primera medida y que luego laboran como entrenadores, otros se encuentran en un proceso formativo. Como conclusión de esta investigación se determinó que el nivel de formación de los entrenadores es medio, ya que este deporte cuenta con pocos profesionales y la gran mayoría son estudiantes que están en proceso de formación a fin con el deporte y la salud. La ausencia de patrocinadores y apoyo económico por parte de entes deportivos son causas la cual señalan los entrenadores como la principal para que el deporte no sea popular. Este trabajo es importante, ya que me ayuda a reflexionar sobre aquellas recomendaciones dadas a los entrenadores considerando que desde el perfil profesional deben convertirse en entrenadores profesionales, teniendo en cuenta la formación que deben adquirir para desempeñar esta disciplina deportiva.

4 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El perfil profesional de un entrenador puede variar según sus estudios, experiencias como deportista o como entrenador, ya que algunos han realizado su formación profesional y académica orientada al entrenamiento deportivo o ramas procedidas de la educación y actividad física, mientras que el que fue deportista se basa en sus experiencias y vivencias para trasferir dicho conocimientos a sus deportistas.

Lo anterior hace una alusión a una serie de ventajas que poseen los entrenadores empíricos y esa radica en que ellos presenciaron, vivenciaron, sintieron y fueron testigos de lo que se vive en su la competencia esa pasión al competir, que resulta no más que una combinación de emociones, pensamientos, dudas entre otros aspectos. otro caso contrario es el entrenador profesional, este podrá llevar un mejor progreso de sus deportistas obteniendo unos mejores resultados ya sea a corto o largo plazo dependiendo de los objetivos proyectados, una de las ventajas de los entrenadores profesionales es que si en algún caso existe un error en la programación del plan de entrenamiento este cuenta con las herramientas necesarias para revisar ajustar y ejecutar nuevamente el plan pero con la mejora que se realizó, sin embargo, el entrenador empírico no cuenta con esta ventaja, ya que el basa los entrenos de sus competidores por los que el mismo presencio y vivió en su época como deportista.

Los entrenadores deportivos en Colombia han sido gestores de grandes proezas deportivas aunque no estén reconocidos como gremio en nuestro país de esta manera en cuanto al nivel nacional, no se encuentra información clara de la cantidad de entrenadores que se encuentran en Colombia, se espera que con la inclusión del Proyecto De Ley 104 De 2015 Cámara el cual reconoce y reglamenta el ejercicio de la profesión de entrenador (ra) deportivo (va), define la naturaleza y el propósito de la profesión, determina el ámbito del ejercicio

profesional, desarrolla los principios que la rigen y determina las responsabilidades del Colegio Nacional de Entrenamiento Deportivo, como ente rector de dirección, organización y control del ejercicio profesional

Es importante conocer la formación académica, experiencia en el campo laboral, si fue deportista profesional que al final no arroja como resultado ciertas características propias de los entrenadores. Con este trabajo se pretende conocer y comprender las características de los entrenadores del IMDER PALMRA.

Por tal motivo el trabajo de investigación está enfocado los entrenadores, con el fin de conocer ***¿Cuáles son las características del perfil profesional de los entrenadores del instituto Municipal Del Deporte y La Recreación (IMDER) de la Ciudad De Palmira, Valle?***

5 JUSTIFICACION

Al realizar la búsqueda bibliográfica solo se evidencio un trabajo de investigación en el ámbito local, un estudio realizado por el licenciado Gustavo Adolfo Solís llamado "Caracterización del perfil profesional de los entrenadores de patinaje de la ciudad de Palmira, valle", dicho trabajo de pregrado permite reconocer dichas características pero especificas a un solo deporte el cual es el patinaje, pero en general no se han encontrado investigaciones teóricas de base sobre las características de los entrenadores del Instituto Municipal Del Deporte y la recreación de la ciudad de Palmira, se encuentra que no hay un banco de información claro específicamente sobre esta población que permita conocer y comprender dicha caracterización de los entrenadores; tal vez el auge en el que se encuentra la ciudad con grandes inversiones y presupuesto en el campo del deporte por parte de la administración municipal, un ejemplo claro fue el crecimiento en cuanto a la cantidad de deportes que ofrecía IMDER Palmira, es decir hace 7 años exactamente del año 2011 la cantidad de deportes que se ofrecían en la ciudadela deportiva era de 24 disciplinas tales como atletismo, ajedrez, baloncesto, balonmano, billar, boxeo, ciclismo, ciclomontañismo, futbol, futbol de salón, hapkido, judo, karate, levantamiento de pesas, lucha, natación, patinaje, taekwondo, tejo, tenis de mesa, tiro deportivo, triatlón y voleibol; ahora con toda la inversión que se ha realizado desde este año hasta hoy en material de presupuesto para el deporte en Palmira paso de estas 24 disciplinas a 30 disciplinas deportivas ingresando al portafolio deportivo deportes como bádminton, BMX, Futbol Sala FIFA, Gimnasia y esgrima; que se supone de un crecimiento del 25%. También es de vital importancia que este crecimiento obligo a aumentar la cantidad de entrenadores es decir desde el año 2011 donde imder Palmira solo contaba con 24 entrenadores hoy en día la institución cuenta con 49 entrenadores destacando un crecimiento del 121% en la planta de entrenadores. Con estos datos

queda demostrado la gran inversión que se está realizando en este campo, el municipio debe de tener personal idóneo y preparado para desarrollar y hacer posible que Palmira sea potencia deportiva, todo este contexto lleva a realizar una minuciosa revisión el tipo de personal que se desempeña como entrenador deportivo y el encargado de llevar de la mano este gran desarrollo deportivo de la región. Sin embargo, al examinar este desarrollo sobre los entrenadores deportivos, se evidencia que no se han realizado investigaciones sobre éste tema al menos en el contexto local y como tal no existía información clara de dichas características.

En la actualidad los entrenadores deportivos en cualquiera de sus ámbitos son de gran importancia para el desarrollo del deporte y su fomento, para ello es necesario tener buenas bases teóricas y estructuras encaminadas a objetivos, enmarcada en un plan de trabajo claro, proyectado al desarrollo del deportista de alto rendimiento, así mismo el entrenador debe alcanzar las metas propuestas. Además el presente trabajo pretende superar los modelos tradicionales de investigación donde se centra en el deportista y no en el entrenador deportivo.

6 OBJETIVOS

6.1 Objetivo General

- Analizar las características del perfil profesional de los entrenadores del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación de la Ciudad de Palmira, Valle

6.2 Objetivos Específicos

- Identificar los procesos formativos de los entrenadores del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación de la Ciudad de Palmira, Valle
- Describir las condiciones y experiencias laborales de los entrenadores deportivos del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación de la Ciudad de Palmira, Valle.
- Reconocer las motivaciones intrínsecas del entrenador deportivo en el desempeño en su rol como profesional.

7 ESTRATEGIA METODOLOGICA

El presente trabajo se enmarca en el contexto de una investigación de carácter Cuantitativo - Descriptivo que busca presentar una descripción del perfil profesional de los entrenadores de IMDER Palmira. Para éste propósito se utilizara una encuesta de tipo analítica que nos permita conocer esta variedad de características que tiene cada entrenador.

El termino perfil profesional se entiende como las características de los entrenadores, que determinan, así, aspectos tales como la formación académica que tienen los entrenadores, la experiencia laboral en el campo del entrenamiento deportivo, la relación de los datos arrojados en la encuesta con la información teórica e investigaciones actuales, identificar su participación como deportista profesional en la disciplina deportiva, destacar las motivaciones intrínsecas del entrenador y reconocer los entrenadores polivalentes, es decir, entrenadores que se desempeñan en varias disciplinas deportivas. El énfasis de este trabajo es el deporte debido a su claro motivo de investigación en cuanto a los entrenadores deportivos, el campo de aplicación por ser un trabajo de investigación/teórica se encamina en Entrenamiento Deportivo y Preparación Física, Su línea de investigación es pedagogía de la actividad física y el grupo de investigación en el que se encuentra suscripto es ACTIVIDAD FISICA Y CALIDAD DE VIDA (AFYCAVI).

El diseño de la presente es una investigación descriptiva con un enfoque Cuantitativo, que consiste en describir las variables que ayudaran a determinar “la caracterización socio-cultural de los entrenadores del Instituto Municipal Del Deporte y la recreación (IMDER) de la ciudad de Palmira, valle”.

La población que se utilizará en esta investigación son los entrenadores del instituto municipal del deporte y la recreación (IMDER) Palmira. La muestra para el presente proyecto se utilizara a toda la población objeto de la investigación, los cuales son 49 entrenadores en total, es

decir, se realizara un censo con la totalidad de los entrenadores de imder Palmira debido a que realmente es una población pequeña en materia de investigación y el cual se analizara mediante la tabulación y graficación de los datos encontrados.

El instrumento que se utilizara será la ENCUESTA de tipo analítica y totalmente cerrada.

8 MARCO LEGAL

8.1 Constitución política de Colombia.

En la constitución política de 1991, en el artículo 52, reconoce el derecho a todas

Las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. Además el estado fomentara estas actividades e inspeccionara estas organizaciones deportivas. Cuya plataforma o estructura de constitución será de Carácter democrático.

- Acto Legislativo 02 de Agosto 17 de 2000 Por el cual se modifica el artículo 52 de la Constitución Política de Colombia

8.1.1 ARTICULO 1º. El artículo 52 de la Constitución Política de Colombia, quedará así: "Artículo 52. El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas".

8.1.2 ARTICULO 2º. El presente acto legislativo rige a partir de su promulgación y deroga las normas que le sean contrarias

También encontramos, La ley 181 de enero de 1995 que es el documento que hasta el momento habla puntualmente sobre las prácticas deportivas, recreación y aprovechamiento del tiempo libre, ya que esta toma como política pública la necesidad de las personas en este campo; además crea el Sistema Nacional del Deporte como una principio de sostenibilidad deportiva para la población; en el artículo 3 inciso 8 menciona, formar personal idóneo para mejorar la

calidad técnica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, con desarrollo permanente de conocimientos.

Y el último artículo a mencionar de la Ley No 248 de 2011 según lo investigado en este marco legal que hace referencia a los entrenadores deportivos es el artículo número 4 el cual habla sobre los principios del ejercicio de la profesión de entrenador deportivo en Colombia, son los siguientes:

- Responsabilidad social: Toda actividad realizada que conlleve a la promoción, mejoramiento de la calidad de vida, convivencia y demás valores relacionados con la actividad deportiva de las personas, que tienen derecho a practicar deporte sin discriminación de ningún tipo y dentro del espíritu deportivo, lo cual exige comprensión mutua, solidaridad, espíritu de amistad y juego limpio; por tanto, las actividades inherentes al ejercicio del entrenador -ra- deportivo -va- imponen un profundo respeto por la dignidad humana.
- Idoneidad profesional. La formación, la experiencia, los resultados, la innovación, la práctica y la capacitación permanente del entrenador deportivo identifican su desarrollo profesional.
- Integralidad y honorabilidad. En la labor del entrenador –ra- deportivo –va- se deben preservar la ética, los principios morales, el decoro y la disciplina que rigen la actividad deportiva, a la vez, asegurar el cumplimiento de las reglas de juego o competencia y las norma deportivas generales.
- Interdisciplinariedad. La actividad del entrenador –ra- deportivo –va- es una práctica que debe ser desarrollada, observando los fundamentos científico y pedagógico en los campos

del saber, biológico, morfológico, fisiológico, psicológico, social, didáctico de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo.

- Unicidad e individualidad. Comprender el entorno y las necesidades individuales para brindar una formación deportiva humanizada para asegurar un proceso de preparación deportiva que tiene en cuenta las características socioculturales, históricas y los valores de la persona, la familia y la comunidad de procedencia.

8.2 RESOLUCION NO. 1962 DE 9 DE MAYO DE 2006

"Por la cual definen las características específicas de calidad para la Oferta y desarrollo de los programas académicos de nivel de formación profesional en deporte o recreación", la presente resolución define las áreas y competencias fundamentales en la formación del profesional en deporte así como la formación básica y sus respectivos componentes.

8.3 LEY 1150 DE 2007 (Julio 16)

Reglamentada parcialmente por los Decretos Nacionales 066 y 2474 de 2008, Reglamentada por el Decreto Nacional 2473 de 2010, Reglamentada por el Decreto Nacional 734 de 2012

Por medio de la cual se introducen medidas para la eficiencia y la transparencia en la Ley 80 de 1993 y se dictan otras disposiciones generales sobre la contratación con Recursos Públicos

En el presente artículo estipula los requisitos mínimos de contratación de servidores públicos cuyo contrato se acobija bajo la modalidad de prestación de servicios que mediante el artículo 6: "De la verificación de las condiciones de los proponentes", en el numeral 6.1, califica y clasifica los inscritos y su idoneidad para ejecutar el cargo

9 MARCO TEORICO

9.1 CARACTERISTICAS DE ENTRENADOR DEPORTIVO

En la presente investigación se realizara una discusión sobre las características que debe de tener un entrenador deportivo, por consiguiente se nombraran componentes claves para que la labor como entrenador sea eficiente y eficaz, además de que se toman aspecto de la persona como tal en cuanto a su personalidad, su formación profesional, experiencia en el deporte y otros aspectos específicos los cuales serán abordados desde la reflexión en base a diversos autores.

La formación de un entrenador es fundamental para conseguir resultados de primera clase, su preparación profesional debería ser, al menos desde la lógica, a fin con la educación física enfocados en el entrenamiento deportivo. Sin embargo, en el quehacer de ello, encontramos entrenadores empírico, el cual su experiencia como deportista son su base principal del conocimiento, y que paradójicamente algunos consiguen de alguna manera excelentes resultados deportivos.

Según (Perez R., 2002) la caracterización de un entrenador se estudia y se define desde diferentes investigaciones los cuales todas apuntan a un solo objetivo el cual es la formación del entrenador, su proceso de entrenamiento y los diferentes elementos que intervienen para que su trabajo sea eficaz, sin dejar a un lado las características de la personalidad que le identifican, es así, como su formación debe ser profesional, para que sus logros y resultados puedan hablar por si solos, sabrá cuando y en qué momento ha cometido una falla en su plan de entrenamiento y Modificarlo con el fin de aprender de lo fallido y llevarlo a un plan adecuado de entrenamiento, es decir, fortalecerse cada día más con lo que la vida o el quehacer cotidiano le enseña, también tendrá la posibilidad de tratar de manera oportuna alguna lesión deportiva que se presente ya sea

en el entrenamiento como en la competencia misma, además de otros factores de comportamientos inadecuados de sus pupilos deportivo; sin embargo, un entrenador empírico, ya sea por inexperiencia o por falta de conocimiento teórico puede sobrecargar rápidamente a sus deportistas y sobre todo estas fallas se pueden cometer en los periodos sensibles de crecimiento viéndose reflejado esto en el deportista a un futuro, no pueda llegar a su cúspide de rendimiento; todo estos entrenos son basados en los que el entrenador experimento como deportista o lo que ve o aprende en la vida cotidiana, por ende no tiene en cuenta que todos los seres humanos tienen unos procesos adaptación al ejercicio y que cada ser humano responde de manera distinta a los estímulos dados por el entrenador .

Pérez adopta que dentro del entrenamiento deportivo hay una noción aun mayor, en la que incluye los factores a intervenir, pero no solo la técnica y la táctica sino que también aporta una intervención en la personalidad de un entrenador, ya que hace parte de un conjunto de cualidades que integran a un entrenador deportivo, estos aspectos son fundamentales para alcanzar el alto rendimiento.

Pérez señala que desde el punto de vista de varios autores, las características que debe de tener los llamados "mentores" o entrenadores que las definen desde diferentes dimensiones, estas van globalizadas desde una dimensión personal y profesional, sin embargo, otros las nombran igualmente desde un componente profesional, pero partiendo desde su academia.

Un ejemplo de ello, según Cronan-Hillix y Davidson (1986) señalan como características fundamentales que deben tener los mentores.

a) Interés y compromiso
b) Buena personalidad (sentido del humor, empatía, honestidad)
c) Gran dominio de competencia y conocimientos

d) Apertura, entrega y colaboración.

e) Participación en investigación e ingenio.

Cronan-Hillix *et al*. deducen cinco características esenciales que abarcan desde un ámbito personal como es el interés y compromiso hasta un ámbito profesional, nombrando en dichas características algo muy importante como lo es conocimiento y la participación en investigación.

Por otro lado Pérez también menciona que Sherman (1987, Citado por Eison 1989) identifica así mismo cinco características, que frecuentemente son asociadas con el quehacer cotidiano de un entrenador:

a) Entusiasmo

b) Claridad

c) Organización y preparación.

d) Estimulante

e) Amante del conocimiento

Para más claridad se agrupo en la tabla 1 las características de los autores anteriormente nombrados clasificando dichas características en dos dimensiones la personal y la profesional.

Autor	Dimensión Personal	Dimensión Profesional
Cronan-Hillix y Davidson (1986)	**Interés y compromiso**	**Gran dominio de competencia y conocimientos**
	Buena personalidad (sentido del humor, empatía, honestidad)	**Participación en investigación e ingenio**
	Apertura, entrega y colaboración.	
Sherman (1987, Citado por Eison 1989)	**Entusiasmo**	**Organización y preparación**
	Claridad	**Amante del conocimiento**
	Estimulante	

Tabla 1 Dimensiones Entrenadores o mentores.

El entrenador es uno de los componentes más fundamentales y esenciales, debido que este puede influir directamente sobre el deportista, los entrenadores convendrían hacer recapacitar a sus pupilos en profundidad sobre una formación apropiada y las características que como educadores deben de tener. Según Jiménez, Rodríguez, Castillo (2001) es fundamental la necesidad de que los entrenadores actúen como educadores en las primeras etapas de formación deportiva lo que los obliga a formarse para esto.

Es pertinente que el entrenador en su figura como educador cumpla diferentes funciones tal y como lo nombra en los Trabajo de Patra (1998) Citado Por Cordón (2008), mencionando que los niños ven al entrenador como educador, motivador, concejero o modelo de comportamiento, agrupando este comportamiento en la siguiente tabla

Tabla 2 Funciones del entrenador en relación a las etapas de formación deportiva

FUNCION DEL ENTRENADOR	ETAPA DEL DEPORTISTA
Amigo Guía Motivador Comunicador Organizador	**Iniciación** (7 a los 10 años)
Técnica Táctica Desarrollo de las cualidades física y talento deportivo	**Perfeccionamiento** (11 a 16 años)
Gestor Manager Estratega	**Rendimiento** (A partir de los 18 años en adelante)

Fuente: Cordon (2008) P. 49

Como se puede observar en la tabla el entrenador cumple un rol fundamental en la formación del deportista no solo formándolo técnicamente si no formarlo como persona, como ser humano e integral cumpliendo funciones que va desde una amistad hasta una estrategia.

9.1.1 PERFIL DEL ENTRENADOR DEPORTIVO

Luego de analizar dichas funciones, es pertinente hablar del perfil que pueden tener los entrenadores deportivos, como lo expone Fraile Aranda, A.; de Diego Vallejo, R. y Boada i Grau, J. (2011), en su artículo "El Perfil De Los Técnicos Del Deporte Escolar En Un Contexto Europeo", se aprecia para diferentes clasificaciones sobre los estilos de entrenamiento, vinculados a las competencias o roles que los entrenadores vienen desarrollando: tradicional, tecnológico, innovador, colaborativo, dialogador y crítico.

9.1.2 PERFIL TRADICIONAL

El técnico deportivo tradicional es concebido como un especialista, cuya formación se vincula estrecha y particularmente al dominio de los aspectos teóricos adquiridos en su formación inicial. Esto determina que al programar el entrenamiento se reproducen los objetivos, los contenidos, las actividades, la metodología y la forma de evaluar aprendidos en esa formación teórica recibida, sin considerar las diferencias de contexto, así como las características, intereses y competencias de los escolares (Moreno y Del Villar, 2004).

El principio educativo del que parten estos entrenadores es que a más conocimiento teórico acumulen mejor se puede enseñar la práctica misma, entiendo que enseñar es una actividad ya moldeada y guiada por un llamado "modelo" y es sencillamente la aplicación de conocimiento previamente adquiridos.

9.1.3 **PERFIL TECNOLÓGICO**.

El técnico deportivo tecnológico busca la eficacia del programa, para ello da prioridad al estudio y control de los parámetros que son cuantificables y objetivos en el deporte (consecución de las metas inicialmente previstas). Desde un modelo de racionalidad técnica, se determina que la actividad deportiva representa un proceso instrumental, mecánico y rutinario preocupado tan sólo por la obtención de los resultados (Pieron, 1999).

Esta premisa parte de la idea que la práctica misma es rutinaria y automática, obteniendo una información basada en un plan de entrenamiento igual sin variaciones, este perfil no analiza las variables que se pueden encontrar abduciendo que toda practica es igual y cierta, llevando a reproducir una división del trabajo entre la investigación y la ejecución. Sin embargo este perfil no toma cuenta el proceso cualitativo del entrenamiento, llevando así a solo preocuparse por el resultado más no por el deportista.

Por último, este técnico deportivo se distingue porque planifica, aplica y evalúa a través de métodos y técnicas vinculadas con técnicas basadas en fundamentos científicos (Del Villar y Fuentes, 1999).

9.1.4 PERFIL CRÍTICO.

El técnico deportivo crítico da prioridad a una serie de estrategias docentes reflexivas y críticas con las que analiza cómo actúa. Es consciente de la realidad compleja y de los escenarios no previsibles en los que se desarrolla la actividad deportiva. Los educadores, desde esta perspectiva, parten de sus vivencias para enfrentarse a las situaciones inciertas y, en ocasiones, conflictivas de su actividad docente (Schon, 1992).

Esta visión crítica, exige que los técnicos deportivos observen, anoten y reflexionen sobre lo que acontece en su práctica. Igualmente, analicen cómo conectan sus conocimientos teóricos y prácticos, cómo aplican sus estrategias y rutinas. Desde una actitud reflexiva podrán sumergirse en las diferentes realidades de su práctica y revisar los valores e intereses de los participantes. Por último, deben comprometerse a cumplir unos principios éticos que les ayude a ser coherentes con unos valores morales (Pascual, 2000; Sicilia, 2005).

Por tanto, el entrenador crítico debe ser una persona que se cuestiona de forma continuada su actuación, haciendo que los escolares se comprometan con su práctica. Por ello, busca desde todos los prismas posibles, los medios y recursos óptimos que le ayuden a mejorar su práctica (Fraile, 2008).

9.1.5 PERFIL COLABORATIVO

El técnico deportivo colaborativo comparte sus labores del entrenamiento con un equipo de ayudantes. Esto exige superar el individualismo, así como estar habituado a comunicar a sus colaboradores sus problemas o propuestas de acción. También, éstos junto con los jugadores han actuar de forma conjunta en la toma de decisiones. Desde un proceso democrático y participativo

se favorecerá una mejor cohesión en el grupo, haciendo jugadores más responsables y autónomos que actúan desde sus principios y no por la imposición externa de un adulto (Johnston, 1997). El aprendizaje colaborativo exige negociar y llegar a acuerdos de consenso, haciendo más efectivo los aprendizajes desde un conocimiento compartido. La eficiencia del programa dependerá de la capacidad del entrenador para desarrollar acciones colaborativas con otros

9.1.6 PERFIL INNOVADOR Y CREATIVO.

El técnico deportivo innovador busca entre sus jugadores técnicas y estrategias poco habituales, a través de probar y experimentar diferentes modos de actuar en la práctica para obtener mejores resultados (Moreno y Del Villar, 2004). En el ámbito educativo, a un docente creativo le gusta lo positivo y diferente, haciendo que esa variabilidad genere entre los escolares un clima de aprendizaje agradable, diverso y hasta divertido (Gardner, 1995). El educador creativo debe posibilitar algo nuevo y con valor, a partir de la interactividad e interacción con los escolares (Alsina y otros, 2009).

Por tanto, el entrenador innovador y creativo debe proponer en su programa nuevas alternativas, utilizar medios y recursos creativos, y evaluar de forma diversa dicho proceso triangulando los resultados desde diferentes instrumentos.

9.1.7 PERFIL COMUNICATIVO Y DIALOGANTE.

El técnico deportivo dialogante ha de crear un espacio abierto para favorecer la comunicación entre todos (entrenador-jugadores) dentro de un buen ambiente afectivo y emocional (Salmela, 1994). Esto exige compartir y expresar entre todos y de una forma abierta todo aquello que tiene que ver con ellos y con la práctica que realizan.

Para Moreno y Del Villar (2005), el entrenador dialogador debe conceder gran importancia al diálogo, a la palabra y a las relaciones personales. Para ello, debe valerse del feed-back como medio para comunicar al jugador un mejor conocimiento de los resultados de su práctica. El

técnico dialogante debe favorecer el bienestar de sus deportistas e inspirar respeto sin necesidad de adoptar una postura autoritaria. Este técnico utiliza el deporte como un espacio de socialización y de fomento de las relaciones interpersonales. El uso de un lenguaje cercano y comprensible ayuda a mejorar la relación personal con los jugadores (desde las competencias intrapersonales) (Vaello, 2009). Por tanto, para un entrenador dialogante la comunicación y la interacción son claves para crear un buen clima con los escolares. Igualmente, esa buena comunicación le ayudará a relacionarse mejor con los ayudantes, directivos y padres.

Para finalizar este apartado de introducción, una vez revisados cada uno de los perfiles de los entrenadores, hemos de considerar que mientras que en la teoría resulta relativamente sencillo definirlos, en la práctica esas diferencias no son tales ya que los entrenadores actúan de una forma global y, con ello, resulta más complejo distinguirlos.

9.2 ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

9.2.1 DEFINICION ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Como primera medida según S. Benet y E. Argente (2015) define el Entrenamiento deportivo Desde diferentes autores a lo largo de la historia:

- "El proceso de adaptación del organismo a todas las cargas funcionales crecientes, a mayores exigencias en la manifestación de la fuerza y la velocidad, la resistencia y la flexibilidad, la coordinación de los movimientos y la habilidad, a más elevados esfuerzos volitivos y tensiones psíquicas y a muchas otras exigencias de la actividad deportiva", (cf. Ozolin, 1983).
- "Es la preparación física, técnico-táctica, intelectual, psíquica y moral del deportista, auxiliado de ejercicios físicos, o sea, mediante la carga física", (cf. Matwejew, 1965).

- “Proceso basado en los principios científicos, especialmente pedagógicos, del perfeccionamiento deportivo, que tiene como objetivo conducir a los deportistas hasta lograr máximos rendimientos en un deporte o disciplina deportiva, actuando planificada y sistemáticamente sobre la capacidad de rendimiento y la disposición para este”, (cf. Harre, 1973).

Todas estas definiciones apuntan al ser humano como actor principal en el entrenamiento basándose en característica y rasgos generales tales como la preparación física, psíquica y social para así llegar un objetivo el cual alcanzar el alto rendimiento deportivo.

9.2.2 PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

El entrenamiento deportivo tiene sus propios principios de entrenamiento, basados en investigaciones en ciencias biológicas, psicológicas y pedagógicas. Estos principios son reglas que direccionan el proceso integral del entrenamiento deportivo, de acuerdo a estas investigaciones enfocadas desde diferentes ciencias tiene como nombre Principios del entrenamiento.

Estos principios, cada uno de ellos, tienen una amplia relación entre sí, que aseguran que el Proceso del entrenamiento sea adecuado para que el deportista logre llegar al alto rendimiento en óptimas condiciones.

Según S. Benet y E. Argente (2015 p.95) La teoría y la práctica misma, asegura y agrupa Once principios fundamentales del entrenamiento Deportivo.

1. Principio de multilateralidad.
2. Principio de especialización.
3. Principio de progresión.
4. Principio de especificidad.

5. Principio de individualidad.

6. Principio de continuidad.

7. Principio de relación óptima entre carga y recuperación.

8. Principio de variedad.

9. Principio de acción inversa.

10. Principio de periodicidad.

11. Principio de alternancia

9.2.3 PRINCIPIO DE LA MULTILATERALIDAD

El principio de la multilateralidad, en las primeras etapas de la formación de un deportista, es la base de la interdependencia de los sistemas y órganos, así como de los distintos procesos fisiológicos y psicológicos. Por ello, los entrenadores, deben considerar en primer lugar un entrenamiento dirigido al desarrollo funcional y armónico del futuro deportista. Este principio determina la necesidad de adquirir una formación polivalente para evitar una especialización prematura. En las primeras etapas de todo entrenamiento, el objetivo prioritario debe ser el desarrollo armónico del deportista.

Este principio nos asegura una adquisición por parte del deportista, de una formación polivalente, es decir, en un proceso largo y dedicación, el deportista asegura dominar desde este principio, en un futuro, una amplia gama de movimiento motores, que resulta en el deportista un mayor control de conductas motrices permitiendo así, una mayor eficacia motriz
La siguiente piramide ilustra Según (Bomba, 1988) que el desarrollo de la multilateralidad es la base y eje fundamental del entrenamiento, para evitar de esta manera una especializacion prematura y llegar en optimas condciones al alto rendiento.

Figura 1 Fases Principales Del Entrenamiento Deportivo (Bompa, 1988)



9.2.4 PRINCIPIO DE ESPECIALIZACIÓN

La especialización (ejercicios específicos para un deporte o especialidad) conlleva alteraciones morfológicas y funcionales relacionadas con la especificidad del deporte. El organismo humano se adapta al tipo de actividad a que se expone. Esta adaptación no es solamente fisiológica, sino también técnica, táctica y psicológica.

Como consecuencia del anterior principio, este principio de la especialización está fundamentado en un adecuado y solido desarrollo de la multilateralidad. A medida que el deportista crece deportivamente, el volumen total de entrenamiento cambiara de igual manera progresivamente de un entrenamiento multilateral a un entrenamiento más específico al área de su deporte. De esta manera el volumen que antes se presentaba en un ámbito multilateral va disminuyendo contrario al aumento progresivo y continuo que se presenta en una fase de entrenamiento específico.

Cada vez más en un mundo moderno la maduración del deportista se encuentra cada vez más precoz, es decir, esta maduración se encuentra en una brecha corta de edad, por ende, este aspecto que va de la mano con la multilateralidad debe planificarme minuciosamente para no generar un trauma ya sea psicomotor, biológico, psicológico etc., diferenciando claramente cuando se está formando y se está aprendiendo.

9.2.5 PRINCIPIO DE PROGRESIÓN

El principio de progresión es sustancialmente diferente al principio de la distribución de las cargas en el entrenamiento. El de progresión hace referencia a la elevación gradual de las cargas de entrenamiento, el aumento del volumen e intensidad de los ejercicios de entrenamiento realizados, la complejidad de los movimientos y el incremento de la tensión psíquica.

Este principio está basado fundamentalmente en el aumento progresivo y seguro de la carga externa a lo largo del proceso del entrenamiento deportivo. Estas cargas deben tener una armonía total con el desarrollo deportivo del atleta, es decir, su rendimiento debe de ir de manera proporcional con el aumento de las cargas, ya que si dentro del plan de entrenamiento no se encuentra un aumento progresivo y controlado de las carga, estas pierden su efecto a medida que pasa el tiempo y se estanca el proceso de crecimiento y desarrollo deportivo.

9.2.6 PRINCIPIO DE LA ESPECIFICIDAD

Los efectos son específicos al tipo de estímulo de entrenamiento que se utilice en las tareas. Es decir son específicos al sistema de energía, grupo muscular y tipo de movimiento de cada articulación. Cuanto más específico sea el entrenamiento para la actividad, más mejora el rendimiento.

Cada movimiento, cada estimulo tiene su especificidad este se debe trabajar de manera individual y acorde a la tarea puntual de competencia. Un ejemplo claro de ello es cuando se

entrena velocidad, algo específico, este no incide ni en la resistencia ni en la fuerza del deportistas ya que son trabajos a funciones determinadas y específicas.

9.2.7 PRINCIPIO DE LA NDIVIDUALIZACION

Cada persona responde de forma diferente al mismo entrenamiento por alguna de las siguientes razones:

• **Herencia:** el tamaño de corazón y pulmones, la composición de las fibras musculares, el biotipo, etc., son factores de gran influencia genética. Las personas más favorecidas en este sentido responderán mejor a los distintos estímulos de entrenamiento.

• **Maduración:** los organismos más maduros pueden utilizar mayores cargas de entrenamiento. Esto no es conveniente para los atletas jóvenes que están utilizando sus energías para el desarrollo.

• **Nutrición:** una buena o mala alimentación incide de forma diferente en el rendimiento.

• Descanso y sueño: cuando se introduce a un deportista en un programa entrenamiento intensivo, los más jóvenes necesitan más descanso del habitual.

• **Nivel de condición:** se mejora más rápidamente cuando el nivel de condición física es bajo. Por el contrario, si es alto, se necesitarán muchas horas de entrenamiento para lograr solo unos pequeños cambios.

• **Motivación:** los atletas que ven la relación entre el trabajo duro y el logro de sus metas personales, generalmente, obtienen mejores resultados que aquellos que buscan satisfacer los objetivos de sus padres.

• **Incidencias ambientales:** la respuesta al entrenamiento del deportista puede verse influida si está sometido a incidencias ambientales. Tanto de estrés emocional (en su casa o escuela) como físico (frío, calor, altitud, polución, etc.). El entrenador debe tenerlo en cuenta y suspender la

práctica cuando las condiciones ambientales lleguen a ser demasiado severas o, incluso, una amenaza para la salud.

La base fundamental de este principio es la elaboración de planes individuales de entrenamiento (mensuales, anuales y a largo plazo). La parte principal de las sesiones de entrenamiento debe realizarse conforme a planes individualizados o planes para grupos de características similares.

9.2.8 PRINCIPIO DE LA CONTINUIDAD

Este principio plantea la sucesión regular de las unidades de entrenamiento, ya que la realización de ejercicios aislados o entrenamientos muy distantes no provoca efectos positivos en el proceso de adaptación. La repetición garantiza los logros deportivos a través de:

• La fijación de los hábitos y conocimientos.

• La estabilidad de la técnica.

• La adquisición de experiencia.

Estos logros obtenidos son base de una competencia sólida y de un alto rendimiento óptimo, los hábitos motores se ve reflejado cuando la técnica se ejecuta de una manera autónoma, económica y eficiente, es decir, el desgaste de energía es mínimo y la acción técnica es efectiva, por otro lado cuando se vuelve la acción motora automatizada, este adhiere una duración de la técnica sin errores y durante un tiempo superior a la media. Todo esto lleva a que el deportista logre primero ejecutar una excelente acción y esto traducido a la competencia es el alto rendimiento.

9.2.9 PRINCIPIO DE RELACIÓN ÓPTIMA ENTRE CARGA Y RECUPERACIÓN

La carga y la recuperación van íntimamente unidas en el entrenamiento. El fundamento biológico de esta relación es el fenómeno de supercompensación descrito. Significa que después de una carga eficaz (sesión de entrenamiento) se necesita un periodo de recuperación para soportar en

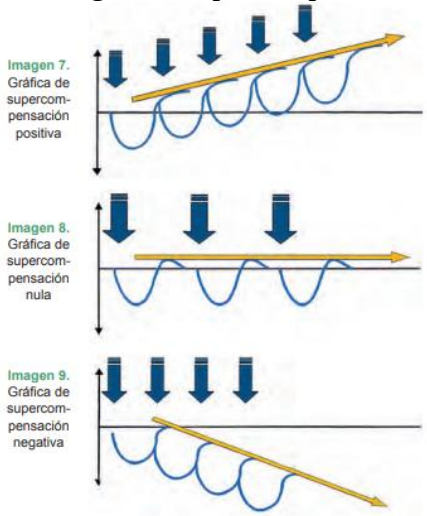
condiciones favorables otra carga parecida (siguiente sesión de entrenamiento). Según la forma en que se relacionen carga y recuperación, pueden darse tres formas de supercompensación:

• Supercompensación positiva (acción positiva del entrenamiento).

• Supercompensación nula (ausencia de aumento del rendimiento).

• Supercompensación negativa (descenso del rendimiento).

Figura 2 Supercompensación



Fuente: Dimas Carrasco Bellido (sin fecha), Teoría Y Práctica Del Entrenamiento Deportivo

9.2.10 PRINCIPIO DE LA VARIEDAD

Este principio puede relacionarse directamente con el principio de la multilateralidad. Consiste esencialmente en variar los estímulos para que el proceso de adaptación sea continuo, ya que si el estímulo siempre es el mismo, la adaptación y el efecto sobre el organismo irán disminuyendo.

El entrenamiento de hoy en día, requiere de mucho tiempo y dedicación, esto claramente es con el objetivo de llegar al alto rendimiento, la cantidad de volumen y densidad aumentara constantemente durante el tiempo del entrenamiento, dependiendo del deporte, este tendrá que hacer innumerables repeticiones de algún gesto deportivo o acción motora por su esencia misma,

pero esto se puede volver rutinario y aburrido, es allí donde entre el entrenador deportivo con su amplia gama y variedad de ejercicios que le permita ajustar la técnica y a su vez volver el entrenamiento diferente y esto nos permite al menos, una alternación periódica de los ejercicios todos en vía, ya sea de sostener la técnica o mejorarla.

9.2.11 PRINCIPIO DE LA ACCION INVERSA

Los efectos del entrenamiento son reversibles. La mayoría de las adaptaciones que se logran en muchas horas de trabajo pueden perderse (se necesita tres veces más tiempo en ganar resistencia que en perderla). Así:

- En la capacidad de resistencia se observa una pérdida rápida y sustancial del rendimiento
- Las capacidades de fuerza máxima, la relación fuerza velocidad y de velocidad demuestran mayor estabilidad.

Esto determina que los periodos de inactividad de un deportista tengan consecuencias, ya que si se pierden las adaptaciones, cuando recupere la actividad, deberá emplear un tiempo considerable en recuperar lo perdido en lugar de invertirlo en la mejora de sus capacidades. Como por ejemplo por quebrantos de salud no puede continuar con el entrenamiento o alguna lesión. Un deportista puede llegar a perder hasta un 10% de su forma física por semana de inactividad total. La pérdida de condición física es diferente en las distintas cualidades físicas, por ejemplo, la resistencia y fuerza-resistencia se evidencia una pérdida más rápida en el rendimiento que en la velocidad o la fuerza máxima. Por lo anteriormente nombrado es que se debe tener en cuenta que los periodos de descansos adecuados y no tan prolongados, por lo tanto se recomiendan descansos activos, es decir, el deportista puede realizar en sus tiempo libre otras

actividades físicas así no sean a fin con su deporte. Por último hay que tener en cuenta que cuando se viene de un tiempo de inactividad, sus niveles de rendimiento han sufrido un descenso considerable por lo tanto se debe apuntar a alcanzar un equilibrio y poner en forma el cuerpo del deportista para estar listo y en óptimas condiciones para regresar.

9.2.12 PRINCIPIO DE LA PERIOCIDAD

La periodicidad es la manera de estructurar el entrenamiento deportivo en un tiempo determinado a través de periodos lógicos que comprendan las regulaciones del desarrollo de la preparación del deportista. Los ciclos de ordenamiento del entrenamiento son:

- **Macrociclo:** unidad mayor y con entidad propia dentro del plan de entrenamiento**.**
- **Mesociclo:** conjunto de microciclos con un objetivo determinado que forman parte del periodo (entre dos y seis semanas).
- **Microciclo**: conjunto de sesiones que afectan un número corto de días y que repite una estructura rítmica, normalmente de una semana (entre siete y diez días).
- **Sesiones**: es la unidad básica de entrenamiento (entre una y cuatro horas)

Es preciso por parte del entrenador planificar, diseñar y ejecutar planes de entrenamiento, el entrenador con su plan diseñado puede ejecutar los entrenamientos de la mejor manera, observando lo que debe hacer en cada unidad de entrenamiento, teniendo en cuenta que con esto puede realizar o ejercer un control, es decir, por ejemplo cuando un deportista no baja su marca ya sea en atletismo o natación, el entrenador entra a verificar en el plan de entrenamiento donde puede estar cometiendo algún error y entra a ajustar, corregir y llevar a cabo un nuevo proceso con el objetivo final de que el deportista mejore su mejor marca.

9.2.13 PRINCIPIO DE ALTERNANCIA

Principio que prevé la interacción o la interdependencia entre las capacidades físicas y la técnica para conseguir el máximo desarrollo individual específico de una disciplina deportiva. Por ejemplo, en una modalidad deportiva en la que exista capacidad aeróbica y capacidad anaeróbica, por el principio de alternancia, primero se trabajará la capacidad aeróbica.

9.3 PERFIL PROFESIONAL

El perfil personal o profesional según el portal web español **"**El Portal Virtual de Empleo", le define como un conjunto **de** capacidades y competencias que posee una persona, que le permitirá asumir responsabilidades propias de una determinada **profesión**. El analizar dicho perfil le permite conocer a las personas su perfil y ser su carta de presentación cuando se aspira a alguna vacante**.**

Es fundamental analizar lo que es un perfil profesional, para ello es bueno saber si el entrenador; es el sujeto objeto de estudio de la presente investigación, cuenta con la experiencia necesaria en el puesto o cargo con características iguales o similares a la puesto que lo requiere**.** Hay que tener en cuenta este hecho, ya que en algunos casos personas se postulan a una vacante sin nunca haber hecho algún trabajo similar

Si bien es cierto que el entrenador puede ser una persona motivada y con ganas de trabajar, pero también se debe cuestionar hasta qué punto el entrenador podrá ser capacitado para ejercer correctamente la labor encomendada. Si su experiencia en el deporte es similar quizá no sea tan complicado el entrenamiento, pero si su experiencia es en áreas totalmente ajenas al entrenamiento podría generar malos procesos y retrasos innecesarios.

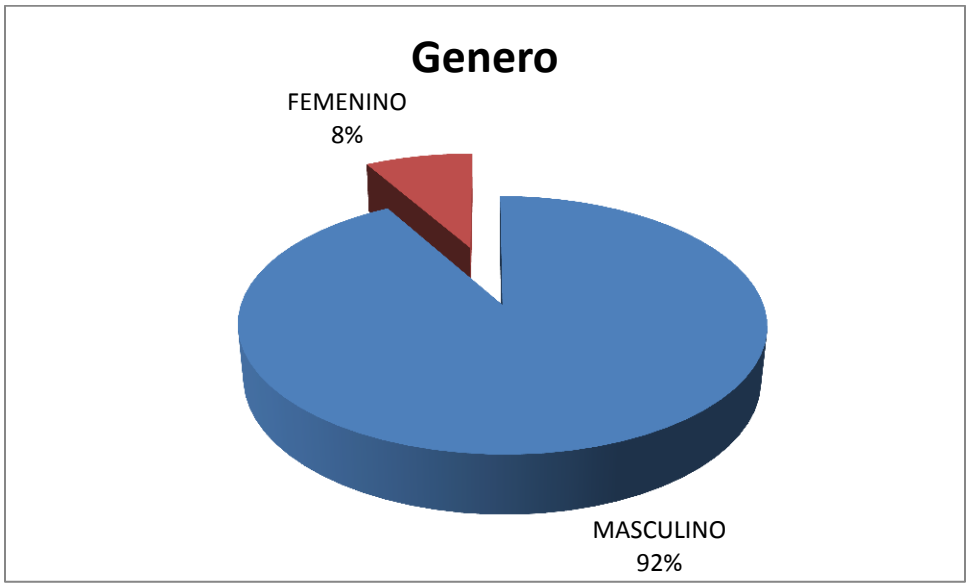
Qué profesional requiere la sociedad?, ¿cómo caracterizar a ese profesional? Son preguntas que desde hace años inquietan a profesionales y a docentes. La profesión está protagonizando un cambio motivado principalmente por la irrupción y aplicación de las nuevas tecnologías y por los factores sociales, culturales y económicos que conlleva la sociedad de la información. Las fronteras entre las profesiones relacionadas con la información se están desdibujando y se asiste a una diversificación que provoca que cada vez sean más las tareas a realizar en las unidades de información y fuera incluso de estas unidades, ya que la profesión deja de asociarse a un espacio concreto. Esa indefinición es común a todas las profesiones relacionadas con la sociedad de la información, por lo que se produce una competencia entre ellas para cubrir el empleo ofertado. Como dice Jean Meyriat, "Nuestra profesión tiene su propia responsabilidad para definir y regular sus propias normas". Así tenemos el cometido las universidades, las asociaciones profesionales y los propios profesionales de defender nuestro espacio.

10 RESULTADOS

En la primera parte de la encuesta, se trata de conocer los aspectos o características sociodemográficas. Para ello, los entrenadores respondieron a los aspectos tales como género, estrato socioeconómico, Rango de edad, ciudad de origen y deporte.

En esta primera Figura 3, es decir la pregunta No. 1 de la encuesta, se refleja la cantidad de entrenadores ya sea hombre o mujer que pertenecen a imder Palmira.

Figura 3 Género

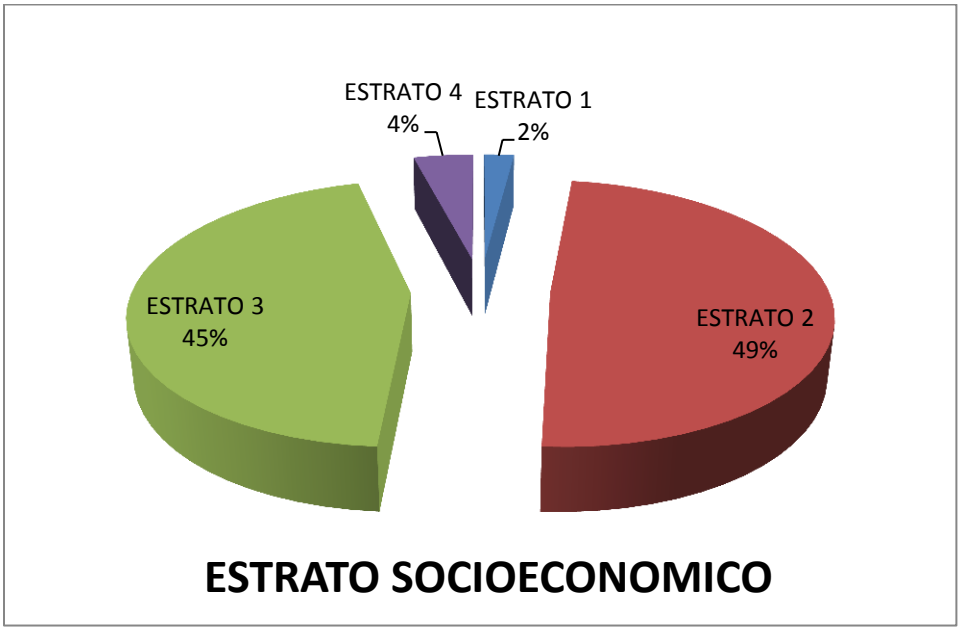


Fuente: Elaboración Propia

Como se puede ver en la figura 3, la muestra de los 49 entrenadores de Imder Palmira indica que un 92% (45 entrenadores) de la muestra pertenecen al género MASCULINO, mientras que solo el 8% (4 entrenadores) pertenece al género FEMENINO.

El estrato socioeconómico nos indica como lo muestra en la siguiente figura, y de acuerdo a la Pregunta No. 2 de la encuesta aplicada a los entrenadores, una visión general de la calidad de vida de los entrenadores.

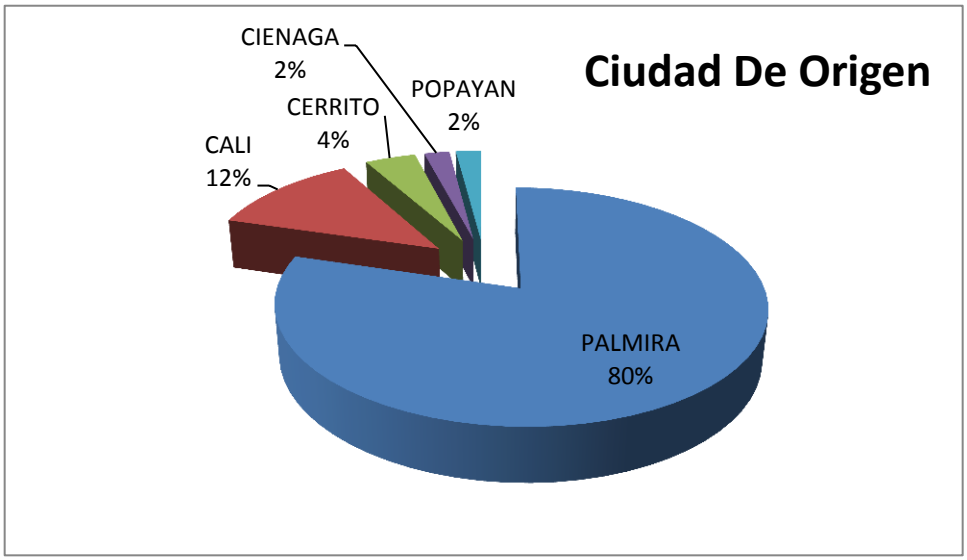
Figura 4 Estrato Socioeconómico De los Entrenadores De IMDER Palmira.



Fuente: Elaboración Propia

En cuanto al figura 4, sobre el estrato socioeconómico de los entrenadores, el resultado que se obtuvo de acuerdo a la encuesta fue que el 49% (24 entrenadores) pertenecen al estrato 2, seguido por un 45% (22 entrenadores) pertenecen al estrato 3, un poco menos en cuanto a porcentaje pertenecen al estrato 4, es decir un 4% (2 entrenadores) y por ultimo un 2% (1 entrenador) indican que pertenecen al estrato 1.

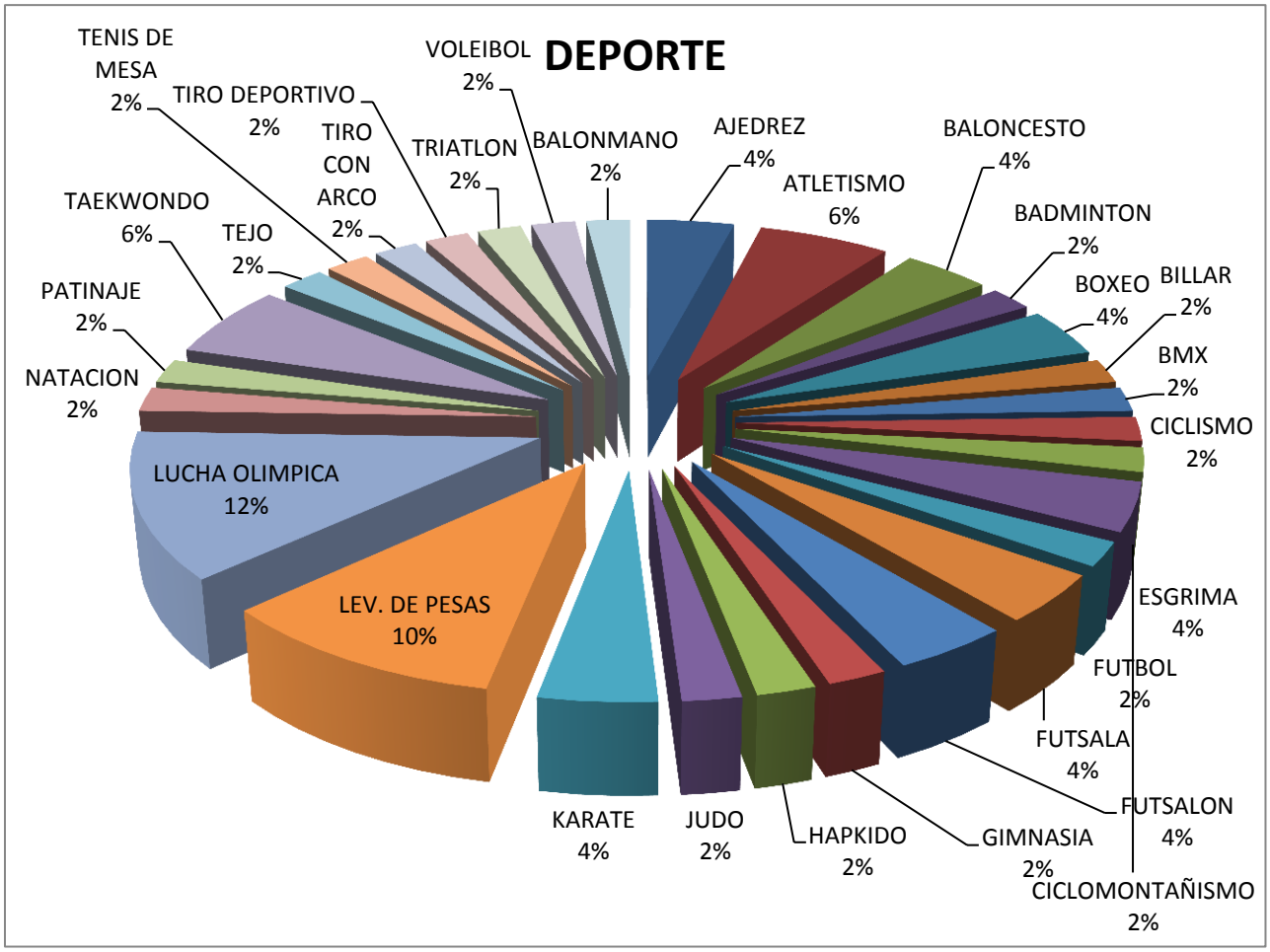
Figura 5 Ciudad de Origen De los Entrenadores de IMDER Palmira.



Fuente: Elaboración Propia

Como aspecto importante de esta caracterización es necesario conocer la ciudad de origen de los entrenadores, para ellos dentro de la encuesta aplicada a los entrenadores, en la pregunta No. 5 indica como resultado que el 80% (39 entrenadores) de los entrenadores son de la ciudad de Palmira, el 12% (6 entrenadores) son de la ciudad de Cali, un 4% (2 entrenadores) son del municipio de El Cerrito, un 2% (1 entrenador) pertenecen a la ciudad Popayán, Cauca y por último el 2% (1 entrenador) tiene como ciudad de origen el municipio de ciénaga, Magdalena.

Figura 6 Entrenadores por deporte



Fuente: Elaboración Propia

En la gráfica No. 6, se evidencio la cantidad de entrenadores por deporte que están contratados por el IMDER Palmira discriminados de la siguiente manera:

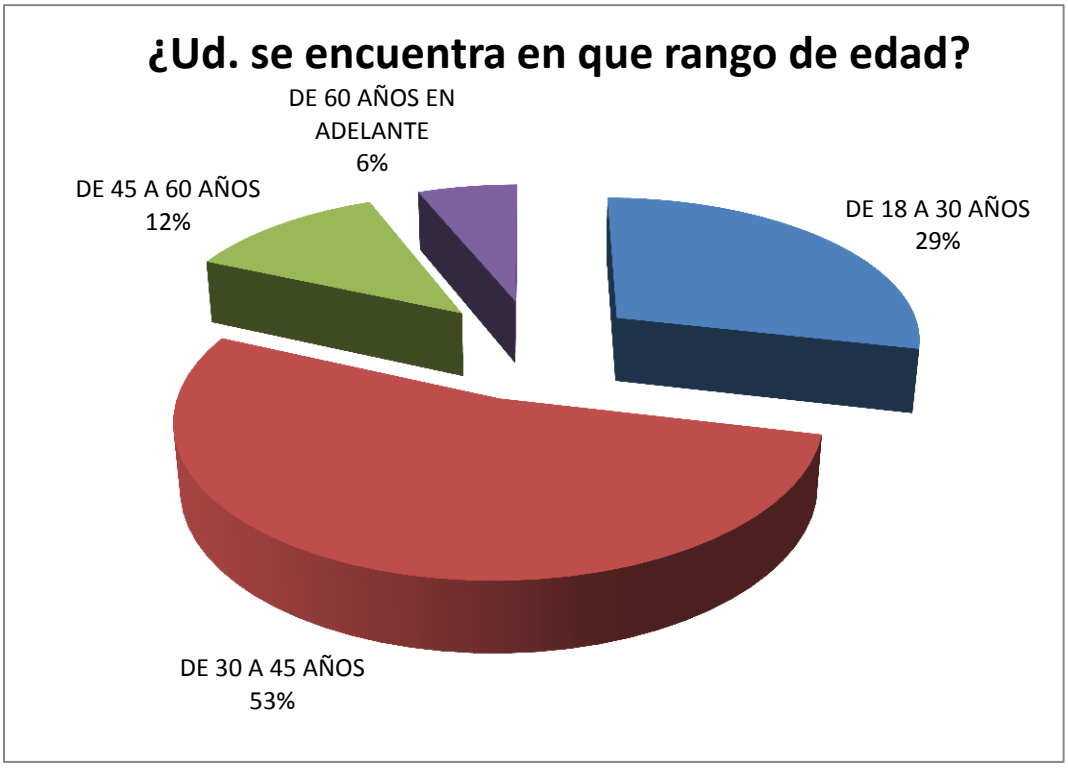
Tabla 3 Entrenadores por deporte

DEPORTE	CANTIDAD	PORCENTAJE
AJEDREZ	**2**	**4,08%**
ATLETISMO	**3**	**6,12%**
BALONCESTO	**2**	**4,08%**
BADMINTON	**1**	**2,04%**
BOXEO	**2**	**4,08%**
BILLAR	**1**	**2,04%**
BMX	**1**	**2,04%**
CICLISMO	**1**	**2,04%**
CICLOMONTAÑISMO	**1**	**2,04%**
ESGRIMA	**2**	**4,08%**
FUTBOL	**1**	**2,04%**
FUTSALA	**2**	**4,08%**
FUTSALON	**2**	**4,08%**
GIMNASIA	**1**	**2,04%**
HAPKIDO	**1**	**2,04%**
JUDO	**1**	**2,04%**
KARATE	**2**	**4,08%**
LEV. DE PESAS	**5**	**10,20%**
LUCHA OLIMPICA	**6**	**12,24%**
NATACION	**1**	**2,04%**
PATINAJE	**1**	**2,04%**
TAEKWONDO	**3**	**6,12%**
TEJO	**1**	**2,04%**
TENIS DE MESA	**1**	**2,04%**
TIRO CON ARCO	**1**	**2,04%**
TIRO DEPORTIVO	**1**	**2,04%**
TRIATLON	**1**	**2,04%**
VOLEIBOL	**1**	**2,04%**
BALONMANO	**1**	**2,04%**

Fuente: Elaboración Propia

La edad de los entrenadores es promedio, como lo muestra la siguiente la gráfica 6, resultado que se obtuvo con la pregunta No. 4 de la encuesta aplicada a los entrenadores

Figura 7 Rango de edad de los entrenadores



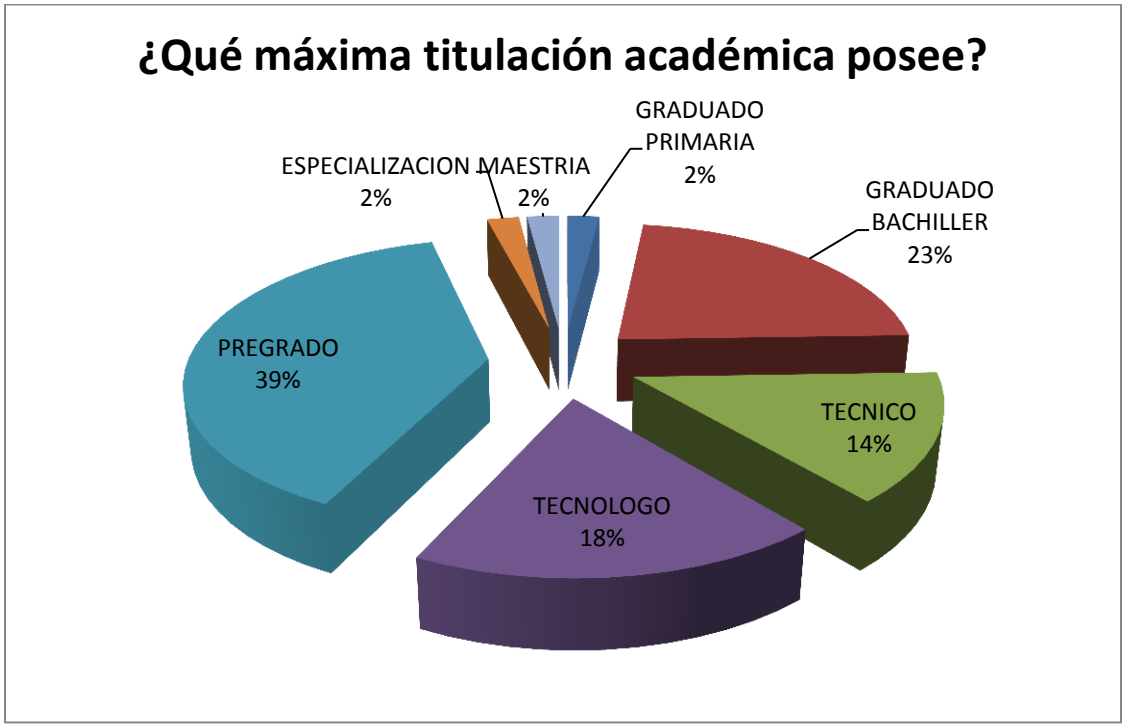
Fuente: Elaboración Propia

En cuanto a la figura 7, El 53% (26 entrenadores) están en un rango de edad entre 30 a 45 años, seguido por un porcentaje del 29% (14 entrenadores) en edad comprendida entre 18 años a 30 años, un 12% (6 entrenadores) oscila entre 45 años a 60 años y por ultimo un 6% (3 entrenadores) superan los 60 años de edad.

En la segunda parte de la encuesta, se pretende obtener toda la información necesaria para determinar la formación académica de los entrenadores del instituto municipal del deporte y la recreación de la ciudad de Palmira valle obteniendo como resultado los datos nombrados a continuación.

La pregunta No.1, se refiere a la máxima titulación que poseen los entrenadores de imder Palmira

Figura 8 Máxima titulación de los entrenadores

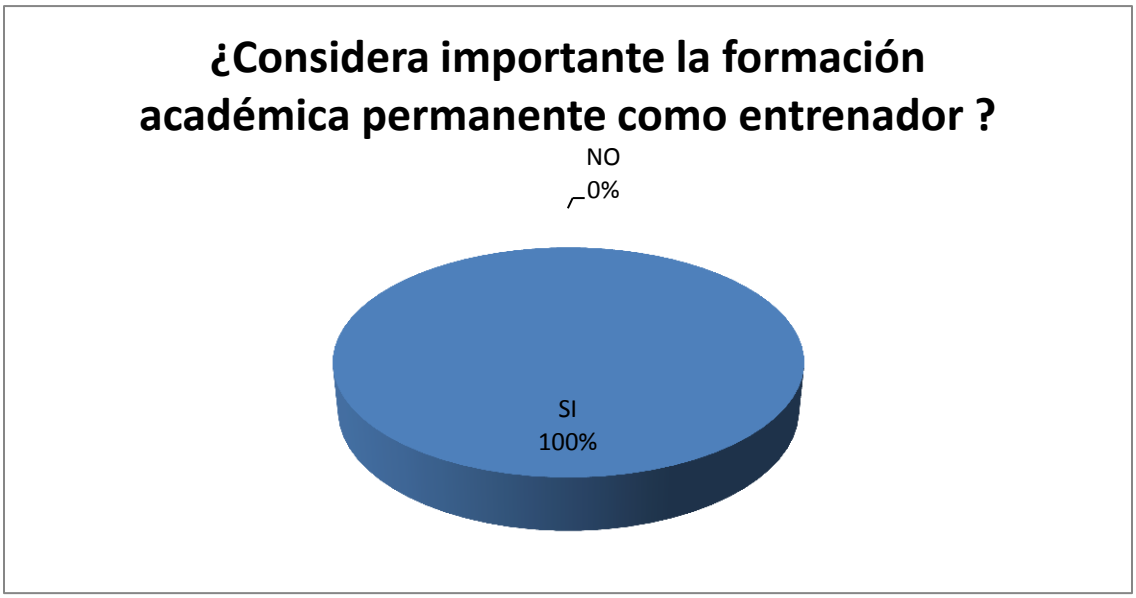


Fuente: Elaboración Propia

Los resultados arrojados fue que el 39% (19 entrenadores) son profesionales, el 23% (11 entrenadores) son graduados bachilleres, el 18% (9 entrenadores) son tecnólogos, el 14% (7 entrenadores) son técnicos y por último en menor cuantía se encontró un entrenador graduado de primaria (1 entrenador), especialista (1 entrenador) y magister (1 entrenador) que representa un 2% para cada uno.

En la pregunta No. 7, se realizó un interrogante sobre si considera o no importante la formación académica permanente como entrenador, obteniendo como resultado lo mostrado en la siguiente gráfica.

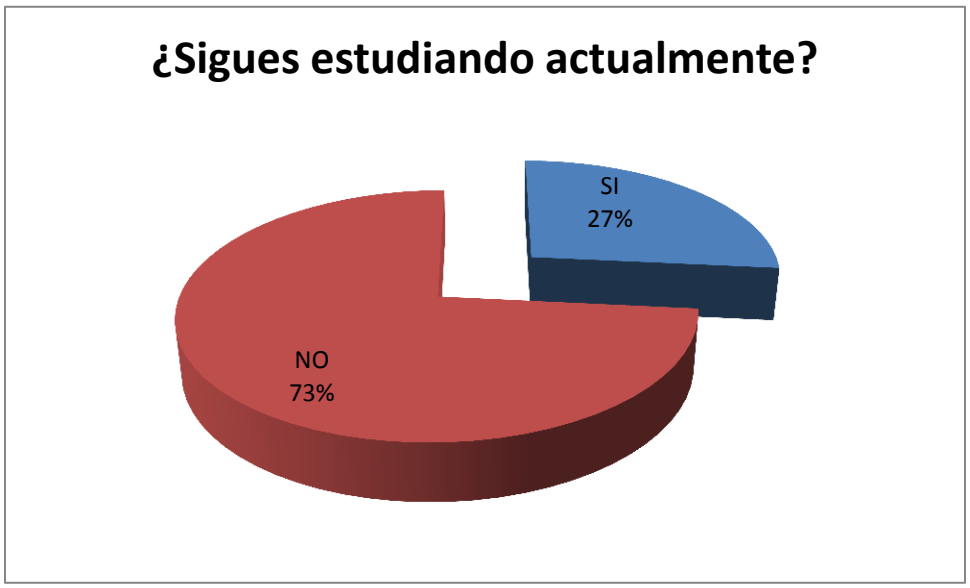
Figura 9 Importancia de la formación académica permanente como entrenador



Fuente: Elaboración propia

En la figura 9, se puede afirmar que el 100% de los encuestados, es decir, toda la población, (49 entrenadores) coinciden que la formación académica permanente si es muy importante para su quehacer como entrenador.

Figura 10 ¿Sigues Estudiando Actualmente?

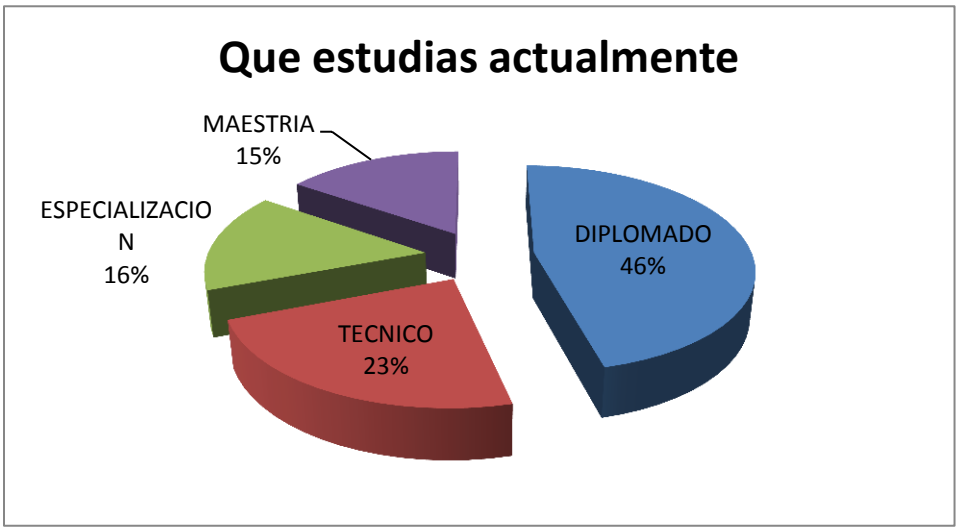


Fuente: Elaboración Propia

De acuerdo a la figura 10. Con respecto a la pregunta 8, donde se le realizó una incógnita a los entrenadores sobre si sigue o no estudiando actualmente, a la cual se obtuvieron como resultados que el 73% (36 entrenadores) NO se encuentran estudiando actualmente, mientras que solo un 27% (13 entrenadores) SI están estudiando en la actualidad.

Ahora en la pregunta No. 9, se encuesto a los entrenadores y tomando en cuenta a aquellas personas que respondieron SI en la pregunta No.8, Que estudia actualmente.

Figura 11 Que Estudia actualmente

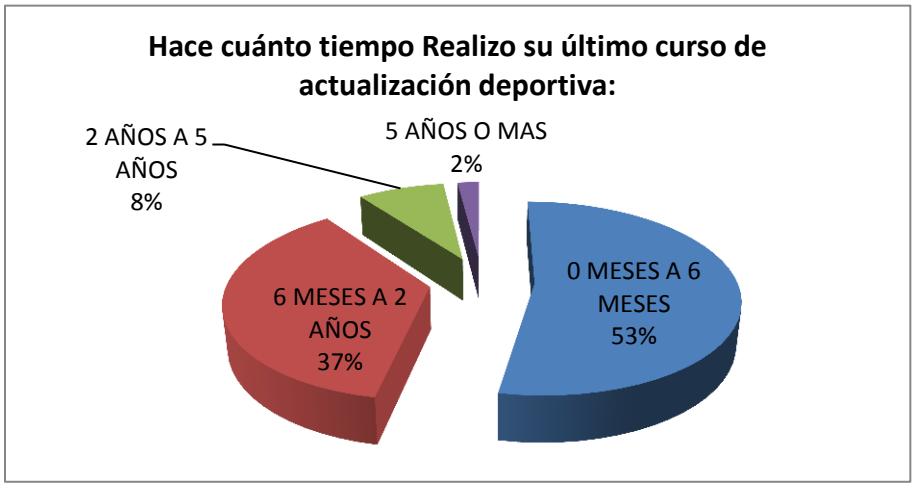


Fuente: Elaboración Propia

La pregunta 9, va ligada con la pregunta que la antecede es decir la No. 8, ya que de acuerdo a las personas que respondieron SI cuando se les abordo sobre si estudia actualmente, dando como resultado que el 46% (6 entrenadores) se encuentran estudiando un Diplomado, el 23% (3 entrenadores) están cursando un Técnico, un 16% (2 entrenadores) estudian en la

actualidad una especialización y por ultimo un 15% (2 entrenadores) están cursando un postgrado de Maestría**.**

Figura 12 Tiempo de último curso de actualización deportiva.

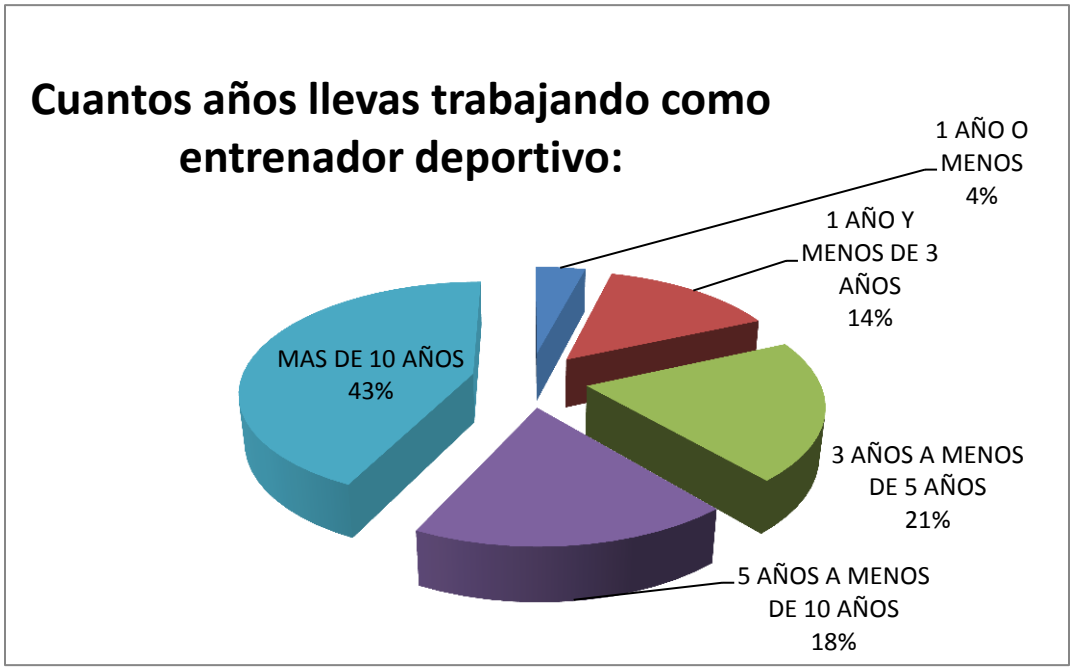


Fuente: Elaboración Propia

En cuanto a la pregunta No. 10 donde se le preguntó a los entrenadores el tiempo el cual realizo su último curso de actualización deportiva y que se encuentra representado en el grafico 10, se obtuvo como resultado que el 53% (26 entrenadores) realizaron su último curso entre 0 a 6 meses, mientras que el 37% (18 entrenadores) lo hicieron entre 6 meses y 2 años, un 8% (4 entrenadores) entre 2 a 5 años y por ultimo solo un 2% (2 entrenadores) realizaron su última actualización deporta hace más de 5 años.

Después de realizar una describir los aspectos sociodemográfica de la población y de definir rasgos en cuanto a formación académica se refiere, a continuación se presenta los resultados obtenidos en el aspecto de la experiencia profesional como entrenadores

Figura 13 Tiempo como entrenador deportivo

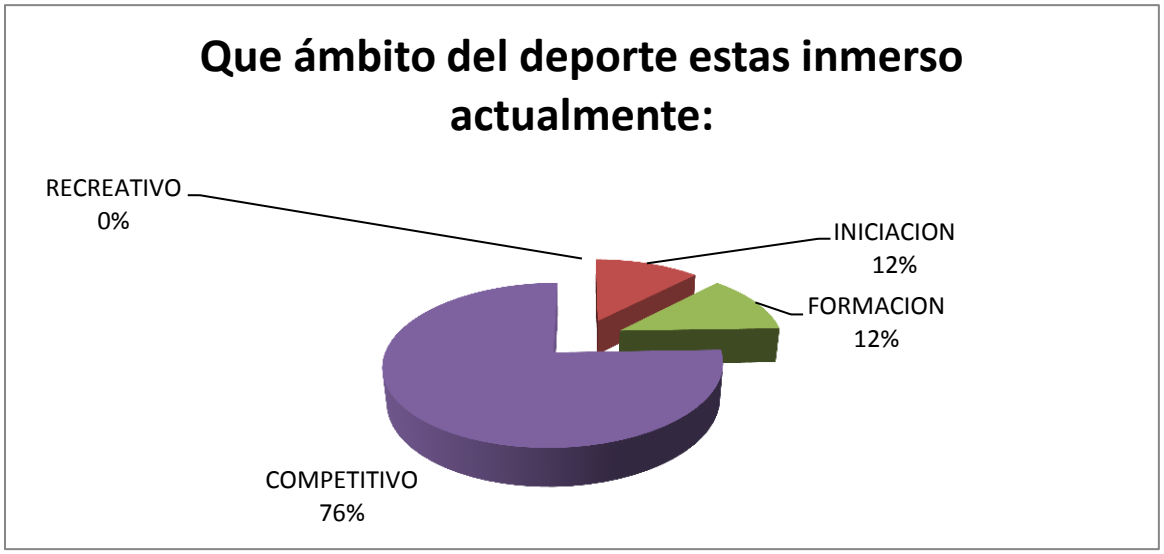


Fuente: Elaboración Propia

En la pregunta 13. Responde al tiempo que lleva el entrenador ejerciendo esta labor a la cual se obtiene como resultado que el 43% (21 entrenadores) responde que tiene más de 10 años como entrenador, un 21% (10 entrenadores) dice que lleva 3 años y menos de 5 años, el 18%(9 entrenadores) tiene como entrenador entre 5 años y menos de 10 años, un 14% (7 entrenadores) responde que labora como entrenador entre 1 año y menos de 3, por ultimo solo el 4% (2 entrenadores) lleva 1 año o menos en esta labor.

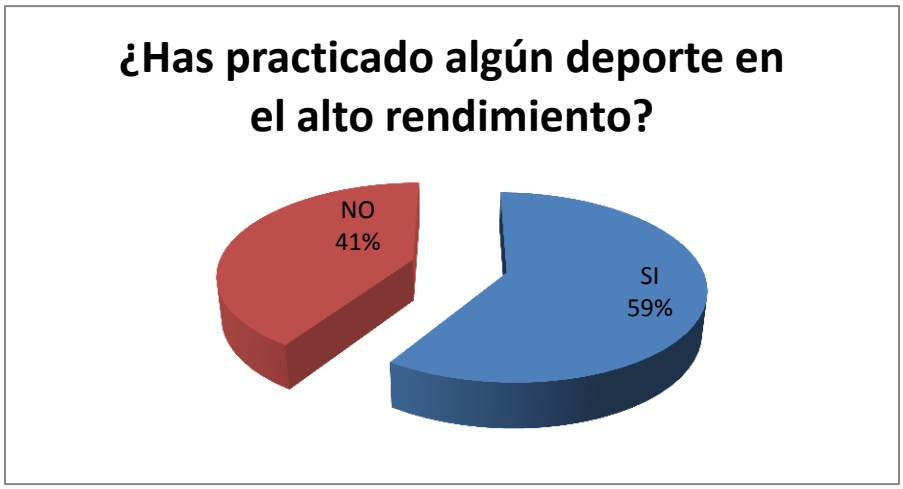
En la pregunta No. 12, permite indagar sobre el ámbito de trabajo en el que se encuentra inmerso cada uno de los entrenadores dividiéndose en ámbito recreativo, ámbito competitivo, ámbito iniciación y ámbito de formación.

Figura 14 Ámbito en el que se encuentra inmerso como entrenador



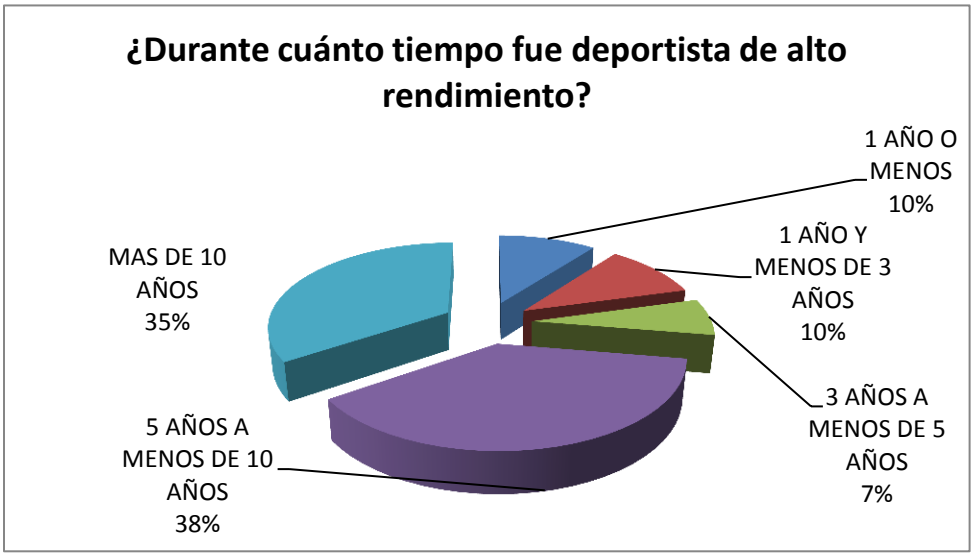
Con respecto a la pregunta No. 12 de la encuesta, en el grafico No.14 nos muestra que un número considerable de entrenadores están en el ámbito competitivo mostrando un porcentaje del 76% (37 entrenadores) mientras que el ámbito iniciación y formación ocupan un 12% cada uno, el cual representa un total de 6 entrenadores por ámbito.

Figura 15 Práctica deportiva en el alto rendimiento



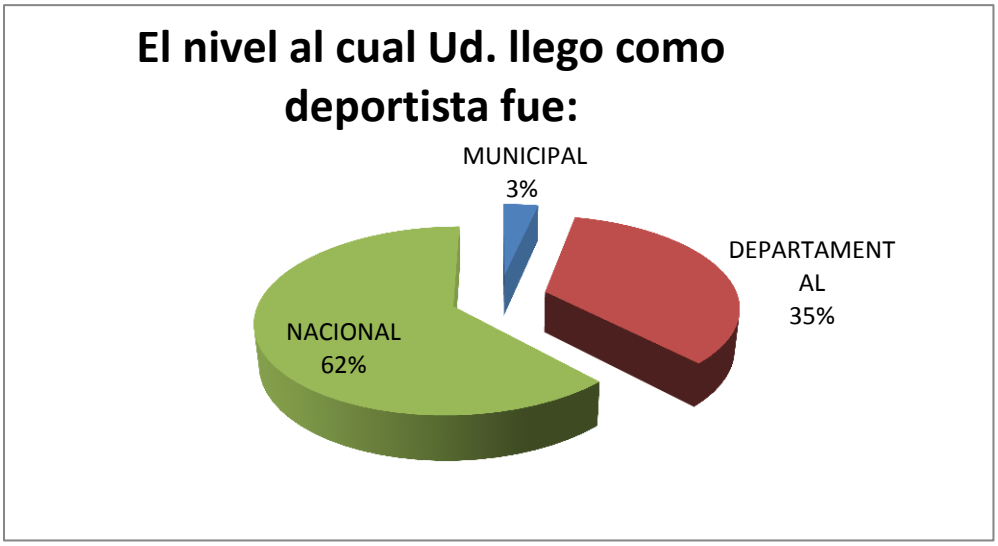
Es importante conocer si el entrenador en algún momento de su vida practico de manera competitiva y en el alto rendimiento algún deporte, incógnita que se consignó en la pregunta No. 13 obteniendo como resultado que el 59% (29 entrenadores) practicaron deporte de alto rendimiento, mientras que el 41% (20 entrenadores) restante no practicaron deporte de alto rendimiento.

Figura 16 Duración como deportista de alto rendimiento



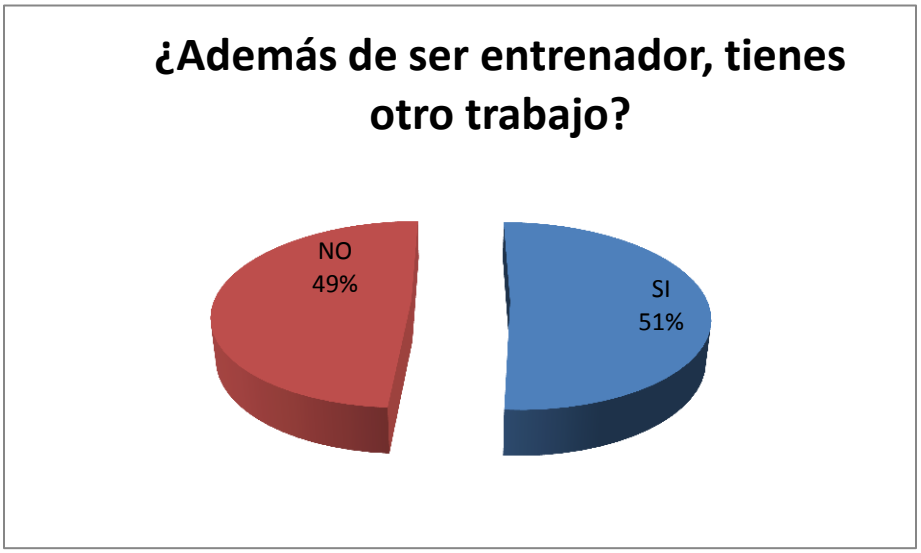
La pregunta No. 13, conlleva a conocer el tiempo en el entrenador practico algún deporte de alto rendimiento, donde se obtuvo como resultado que el 38% (11 entrenadores) fueron deportistas de alto rendimiento entre 5 años y menos de 10 años, el 35% (10 entrenadores) fueron deportistas de alto rendimiento más de 10 años, el 10% (3 entrenadores) fueron deportistas de alto rendimiento entre los intervalos de un año hasta menos de 3 años y un año o menos, y para finalizar el porcentaje de entrenadores que fueron deportistas de alto rendimiento tenemos el 7% (2 entrenador).

Figura 17 Nivel que llegaron los entrenadores como deportista



En cuanto a la pregunta No. 15, los entrenadores nombraron el nivel máximo el cual llego como deportista el 62% llegaron a la selección nacional, un 35% su máximo nivel fue selección departamental y por ultimo un 3% pertenecieron a la selección municipal.

Figura 18 Nivel que llegaron los entrenadores como deportista



En la figura 18 se observa el porcentaje de entrenadores que fuera de laborar como entrenador también tienen otra ocupación donde se tiene que un 51% de los entradores tienen otro trabajo y el 49% solo tienen como ocupación su labor como entrenador.

Figura 19 Motivación laboral

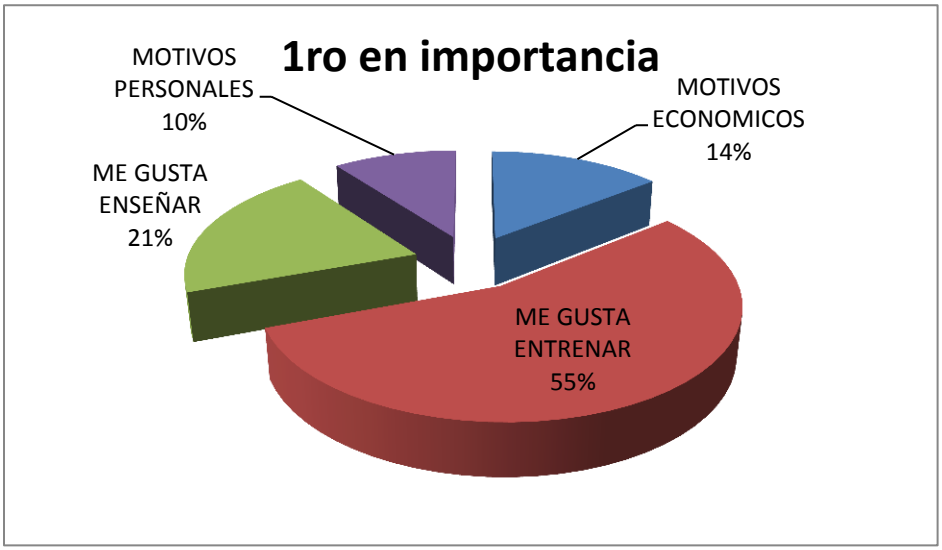
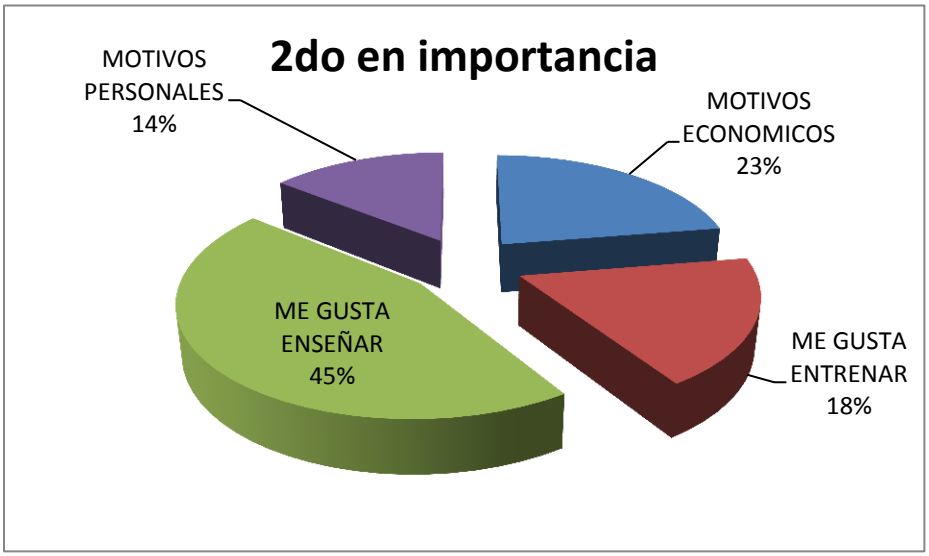
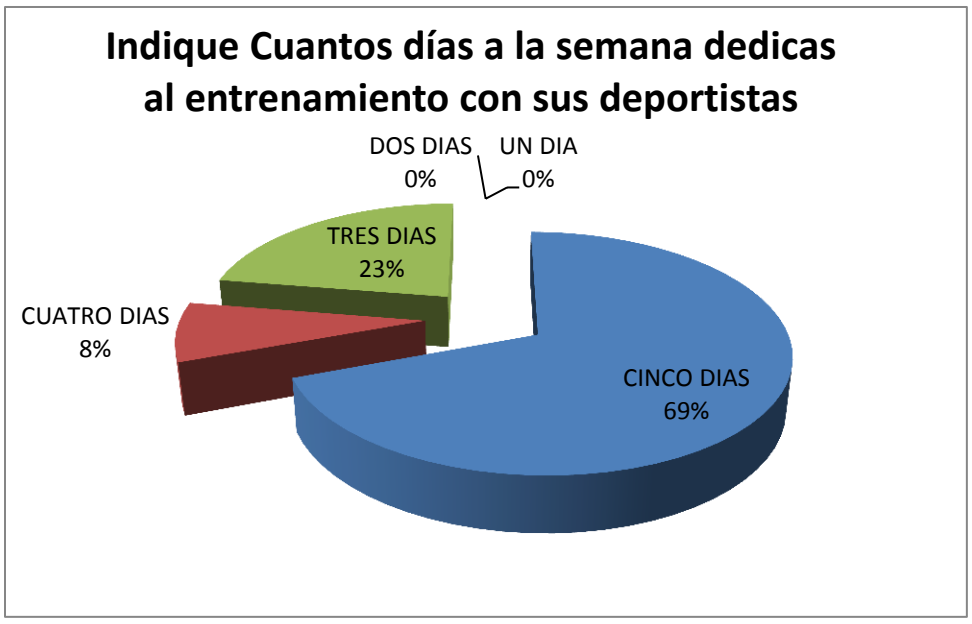


Figura 20 Motivación laboral



En la pregunta 17 se procura conocer los aspectos que motivan al entrenador en el momento de desarrollar su actividad donde se tiene en la gráfica 19 que el aspecto que más motiva al entrenador es el gusto por entrenar con un 55% (27 entrenadores) , después de esta se tiene como más importante es el gustar enseñar con un 21% (10 entrenadores), los motivos económicos ocupan un tercer puesto con un 14% (7 entrenadores) y por ultimo como un aspecto más importante se tiene los motivos personales con el 10% (5 entrenadores). En la gráfica 20 se tiene como segundo aspecto más importante por parte de la motivación, el gusto por enseñar con un 45% (22 entrenadores), en el segundo lugar en esta pregunta se presenta los motivos económicos que tiene el 23% (11 entrenadores), en el tercer puesto como segunda motivación más importante se tiene el gusto por enseñar con un 18% (9 entrenadores) y por ultimo como segunda más importante se tiene los motivos personales 14% (7 entrenadores)

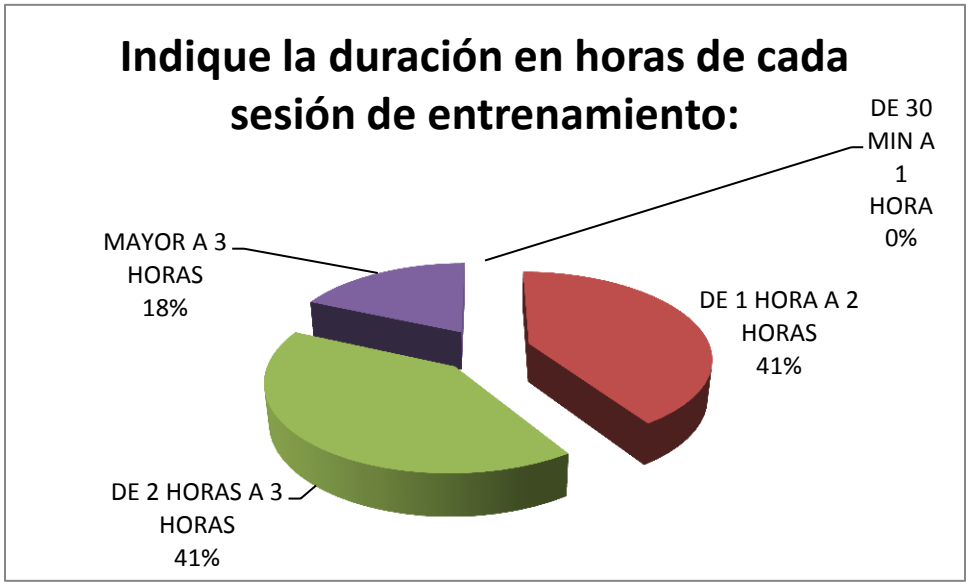
Figura 21 Días de entrenamiento



En la figura 21 se muestra en número de días que el entrenador utiliza el entrenador en sus quehaceres inicialmente se tienen los entrenadores que realizan actividades de entrenamiento

a deportista cinco días a la semana con un 69% (34 entrenadores), después se tienen los entrenadores que realizan actividades de entrenamiento tres días a la semana 23% (11 entrenadores y por ultimo están los entrenadores que realizan actividades de entrenamiento cuatro días a la semana 8% (4 entrenadores)

Figura 22 Horas de entrenamiento por sesión



En la figura 22 se observa el número de horas que utilizan los entrenadores en cada una de sus secciones, iniciando por 41% (20 entrenadores por cada intervalo) que son los entrenadores que realizan sus secciones de entrenamiento en los intervalos de una a dos horas y de dos horas a tres horas y después tenemos el 18% (9 entrenadores) que son los entrenadores que en cada sección utilizan más de tres horas de entrenamiento

Figura 23 Aspectos De Importancia Al Evaluar Un Deportista

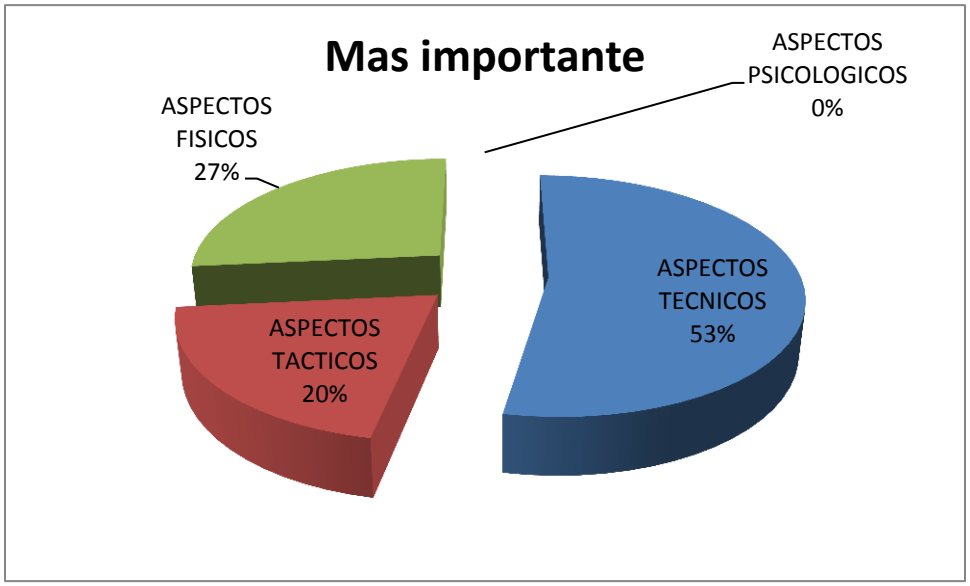


Figura 24 Aspectos De Importancia Al Evaluar Un Deportista

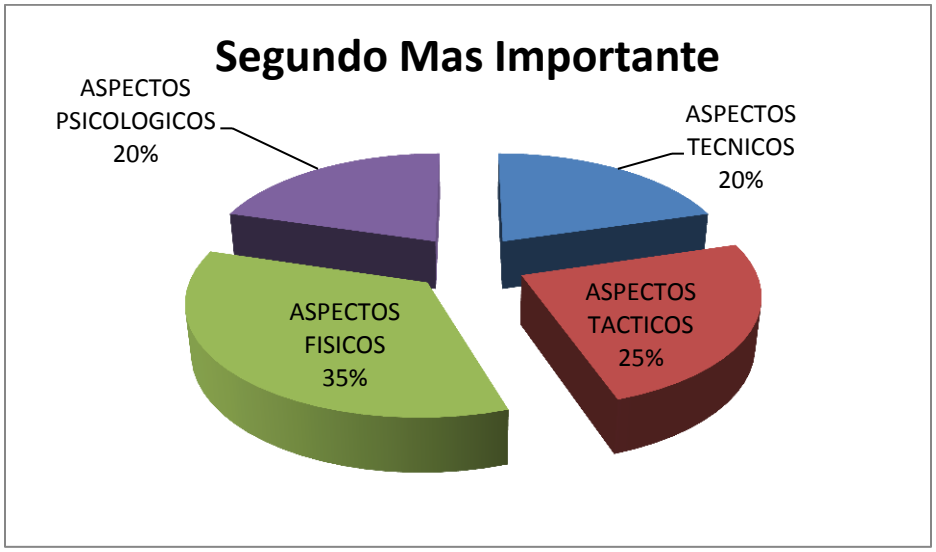


Figura 25 Aspectos De Importancia Al Evaluar Un Deportista

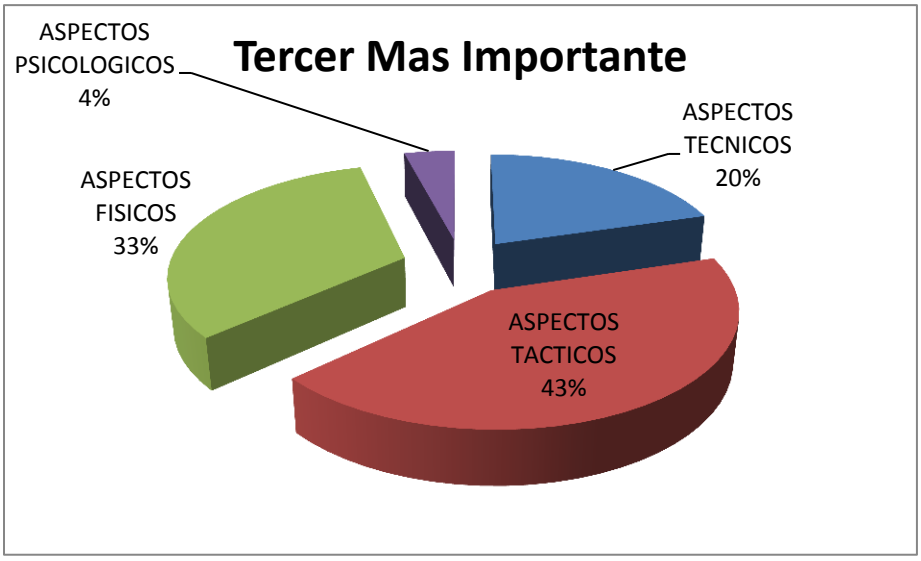
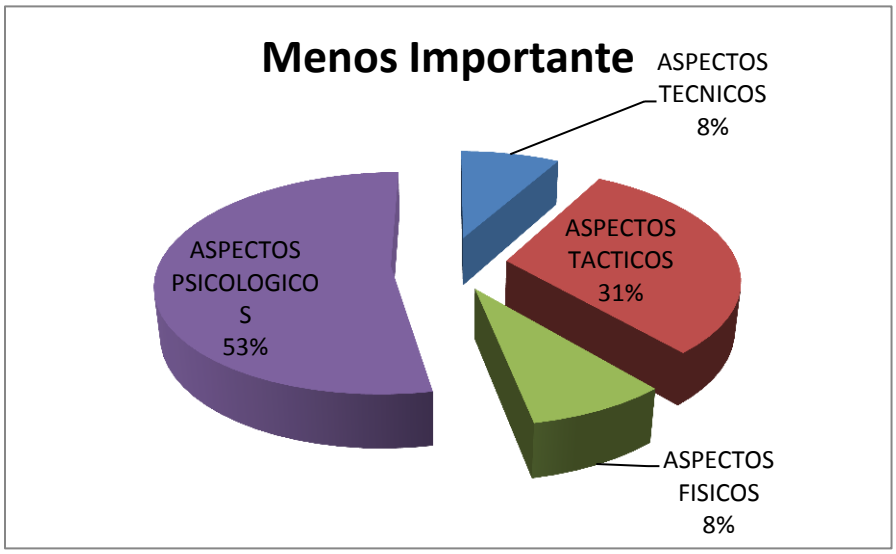


Figura 26 Aspectos De Importancia Al Evaluar Un Deportista



En las figura 23 se observa los aspectos más importantes para entrenador al momento de escoger deportistas para su deporte a entrenar, en esta pregunta se dieron a escoger cuatro aspectos y se les pidió organizar del mas importante al menos importante, para este estudio se evidencio que para el entrenador al momento de escoger un deportista lo más importante es el aspecto técnico con un 53% (26 entrenadores), después el aspecto físico con un 27%, como

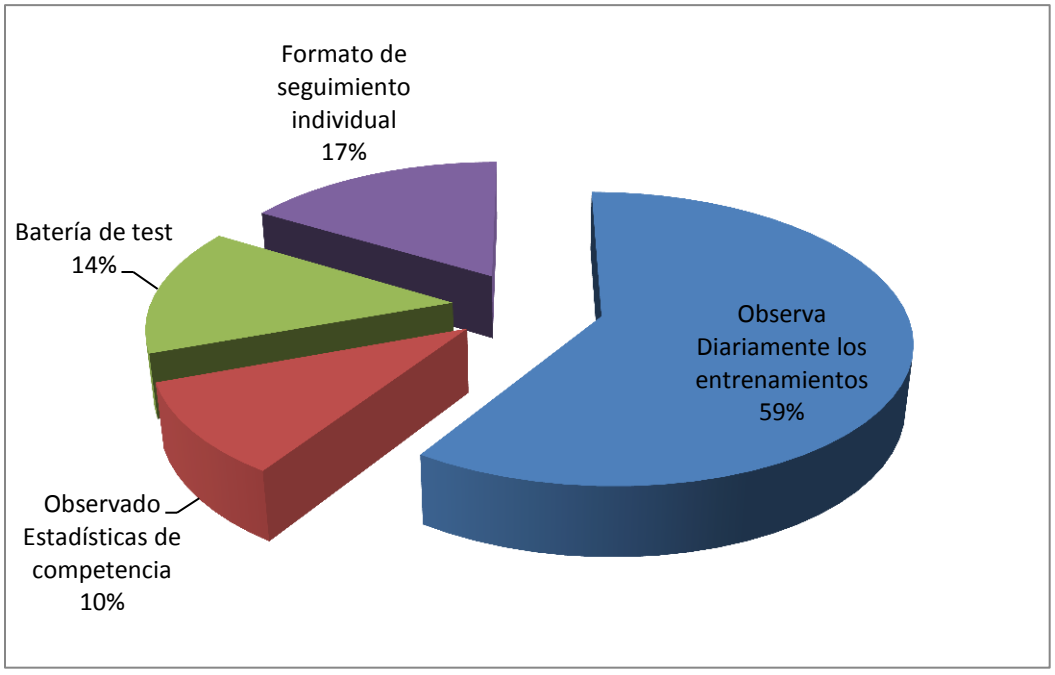
tercer lugar es el aspecto táctico con un 20% y por último se toma el aspecto psicológico con un 0%

En la figura 24 se evidencia los segundos aspectos más importantes para el entrenador al momento de escoger deportistas para su deporte a entrenar, teniendo como segundo aspecto importante a la hora de escoger deportistas es aspecto físico con un 35% (17 entrenadores), en segundo lugar, con un 25% (12 entrenadores) y por ultimo con un 20% (10 entrenadores cada aspecto) el aspecto técnico y el aspecto psicológico

En la figura 25 se visualiza los terceros aspectos más importantes para el entrenador al momento de escoger deportistas para su deporte a entrenar, teniendo como tercer aspecto más importante el aspecto táctico con un 43% (21 entrenadores), el siguiente es el aspecto físico con 33% (16 entrenadores), en tercer lugar se tiene el aspecto físico 20% (10 entrenadores) y por último se tiene el aspecto psicológico con un 4% (2 entrenadores).

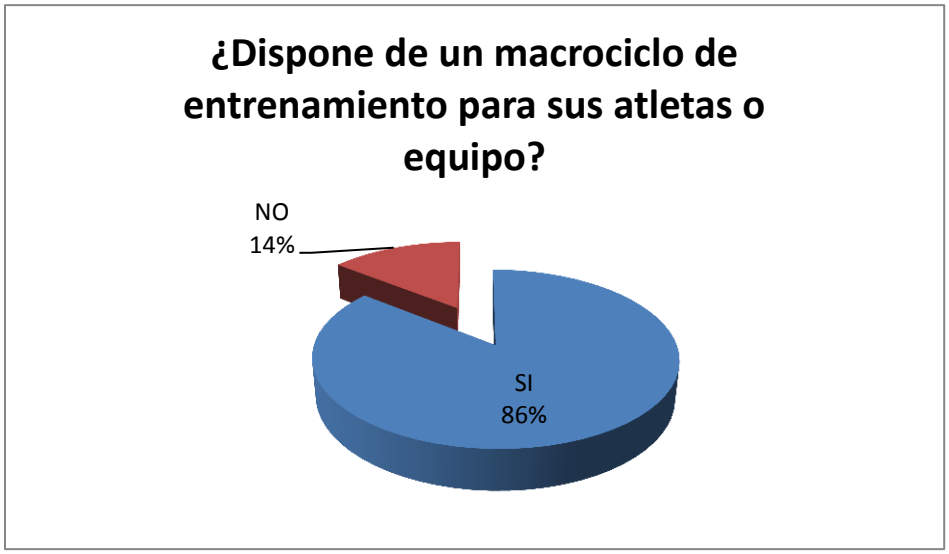
Y para finalizar en la figura 26 se detalla que para los entrenadores los aspectos menos importantes están enmarcados de la siguiente manera, iniciando con el menos importante el aspecto psicológico con un 53% (26 entrenadores), en segundo lugar con un 31% (15 entrenadores) el aspecto táctico, en el tercer puesto tenemos el aspecto técnico y físico con un 8% (4 entrenadores por cada aspecto).

Figura 27 Evaluación Aspecto Anteriormente nombrado



En la figura 27 se preguntó cómo mide el nivel de sus deportistas a lo cual se obtuvieron los siguientes resultados, como principal el 59% (29 entrenadores) dicen evaluar a sus deportistas por medio de la observación diaria de los entrenamientos, se tiene en segundo lugar el formato de seguimiento individual con un 17% (8 entrenadores), en tercer lugar se tiene con un 14% (7 entrenadores) los batería test como medio de medición del nivel del deportista y como última opción de medición las estadísticas de competencia con un 10% (5 entrenadores).

Figura 28 Dispone de un macrociclo de entrenamiento



En la figura 28 se les pregunto a los entrenadores sobre la disponibilidad de un macrociclo para el entrenamiento de sus deportes de los cuales el 85% (42 entrenadores) respondió que si tenía su macrociclo de entrenamiento y el 14% (7 entrenadores) no dispone de ello.

Figura 29 Fuente del plan anual de entrenamiento



En la figura 29 se muestra una pregunta realizada a los entrenadores que du respuesta fue afirmativa (si), sobre la procedencia del macrociclo a lo cual respondieron el 93% (39 entrenadores) que era de elaboración propia y el 7% (3 entrenadores) afirmo que el macrociclo era dado por la entidad contratante**.**

Figura 30 ¿Prepara Ud. cada sesión de entrenamiento que tiene con el equipo o atleta?



En la figura 30 y de acuerdo a la pregunta No. 24 se indago sobre la preparación de cada sesión de entrenamiento al cual todos los entrenadores es decir el 100% respondió que SI prepara cada sesión diaria de entrenamiento.

El éxito o el fracaso de un entrenador son los logros obtenidos en su carrera como entrenador, es decir, este presenta su hoja de vida teniendo en cuenta el ámbito departamental, el ámbito nacional, el ámbito mundial y el ámbito olímpico que es el máximo logro que puede obtener un entrenador.

Figura 31 Logros Deportivos En los Últimos 3 Años



En la figura 31 se les pregunto a los entrenadores los logros adquiridos en los últimos 3 años como entrenadores y los resultados fueron que el 47% (23 entrenadores) obtuvieron logros a nivel departamental en este tiempo, el 37% (18 entrenadores) tuvieron logros a nivel nacional, a nivel mundial el 14% (7 entrenadores) tuvieron algún logro en los último tres años y por último el 2% (1 entrenador) tuvo un logro a nivel olímpico

11 ANALISIS DE RESULTADOS

Respondiendo a las categorías que se instauraron en la encuesta se presentara un análisis a dichos resultados. Con la pregunta No. 1 Sólo se pretende detectar el porcentaje de mujeres y el porcentaje de hombres que ejercen su labor como entrenador de las diferentes selecciones de imder Palmira y como ocurre en otros estudios sobre el profesor de Educación Física y deporte el porcentaje de hombres es muy superior, en este caso el 92% es decir 45 entrenadores del total de la población estudiada son Hombre mientras un porcentaje más pequeño son mujeres que corresponde al 4% es decir 4 entrenadores. La incorporación de las mujeres al campo del entrenamiento deportivo, la Educación Física y el Deporte está muy por debajo algo que es tendencia no solo en el ámbito local si no en el ámbito mundial, según datos de Female Coaching Network, una asociación dedicada a promover la presencia de entrenadoras en el deporte, solo el 11% de los seleccionadores nacionales de todas las disciplinas que participaron en los juegos olímpicos de Rio en el año 2016 son mujeres, por ende la tendencia que se dio en esta investigación no está por fuera de la realidad.

como aspecto muy relevante de esta investigación se encontró algunas características sociodemográficas que permiten identificar rasgos propios del entrenador en este caso se indagó sobre la ciudad de origen de los entrenadores donde el 80% es decir 39 entrenadores son oriundos de la ciudad de Palmira, el 12% (6 entrenadores) son de la Ciudad de Cali un 4% (2 entrenadores) de municipio de El Cerrito, un 2% (1 entrenador) pertenece a la ciudad de Popayán ubicado en el departamento del cauca y por último un 2% (1 entrenador) tiene como ciudad de origen el municipio de Ciénaga, Magdalena. Ahora cabe resaltar el número de entrenadores son de la ciudad de Palmira, es decir el 80% , estos entrenadores tienen como gran ventaja un conocimiento cultural deportivo de la región, conocer sus problemáticas, resaltar sus virtudes,

tomando esto como instrumento valioso al momento de hacer masificación y captación de talentos siendo esta, herramienta clave para llegar a aquellos sectores fuertes de la ciudad en materia deportiva, Un ejemplo claro de ello, se evidencia en la participación de la delegación de Palmira en los pasados juegos departamentales, que en el año 2017 conto con su versión XXI, que se celebró del 28 de noviembre al 13 de diciembre en la ciudad de Cartago, donde más del 60% de los deportistas pertenecen a la comuna 1 de Palmira, cuando el entrenador analiza esta cifra su principal comuna en la búsqueda de nuevos talentos se centrara en la comuna 1. Como dato relevante, un gran porcentaje de entrenadores son de la región vallecaucana exaltando que el 96% son la de la región anteriormente nombrada.

El IMDER Palmira cuenta con 29 disciplinas deportivas donde cada disciplina tiene su entrenador, de acuerdo a esto los encuestados respondieron a que deporte pertenecen obteniendo una media de 1,7 entrenadores por deporte, pero este no es totalmente verídico, debido a que en la realidad existen dos de las 29 disciplinas que poseen más entrenadores, este es el caso de lucha olímpica que tiene 6 entrenadores ocupando el 12% del total de entrenadores y levantamiento de pesas con un 10% es decir 5 entrenadores. Este fenómeno se debe a que estas disciplinas anteriormente nombradas arroja un gran número de medallas doradas en las justas departamentales más importantes del departamento y proporcionalmente hablando, a mayor cantidad de entrenador, mayores son las posibilidades de ganar medallas doradas.

El rango de edad de los entrenadores, El 53% (26 entrenadores) están en un rango de edad entre 30 a 45 años, edad por cierto muy interesante ya que esto nos permite llevar un entrenamiento y una metodología adecuado y responder a cualquier reto con la mayor seriedad, se requiere la posesión de una madurez tanto personal como deportiva, madurez que no suelen tener aquellos entrenadores jóvenes que corresponde a un 29% (14 entrenadores) en edad

comprendida entre 18 años a 30 años, es una población realmente joven pero importante que los jóvenes se apropien del entrenamiento deportivo conllevando de esta manera un pensamiento joven e innovador, tal vez un poco revolucionario que enriquece cada día el deporte, luego se encontró que el 12% (6 entrenadores) oscila entre 45 años a 60 años y por ultimo un 6% (3 entrenadores) superan los 60 años de edad, una cifra muy baja acotando lo que hemos nombrado anteriormente, es decir, la población joven y madura que se están ocupando del entrenamiento deportivo.

La muestra de los 46 entrenadores de IMDER PALMIRA indica que un 39% (19 entrenadores) son profesionales, que si se desglosa específicamente cada porcentaje se encuentra que: el 90% de estos entrenadores tiene carreras a fin al deporte con las connotaciones interesantes que esto conlleva matizando sobre todo la formación de carácter psicopedagógico de estos entrenadores, además de una amplia preparación en otros contenidos con respecto a la educación física y el deporte. Como por otro lado solo el 10% tiene carreras en contravía al deporte. El porcentaje mayor es el 23% (11 entrenadores) son graduados bachilleres, dato que nos permite dar la premisa que estos entrenadores pueden estar complementándose actualmente como profesionales. El resto de titulaciones de los entrenadores es el siguiente: El 18% (9 entrenadores) son tecnólogos, el 14% son técnicos y por último el algunos entrenadores tienen son al menos graduado primaria, especialista (1 entrenador) y magister (1 entrenador) que representa un 2% para cada uno.

En cuanto a los entrenadores sobre la formación académica permanente, el cual el 100% es decir, los 49 entrenadores si consideran la formación académica permanente es muy importante para su quehacer como entrenador.

Otro aspecto de interés en la presente investigación es la realidad del entrenador de IMDER Palmira, sobre su formación permanente. Indagar sobre el nivel de satisfacción de los entrenadores con su formación, si están recibiendo formación académica en la actualidad y el tipo de estudio que realizan, esta información es relevante y nos permite a la hora de conocer el tipo de entrenador que estamos investigando y realizar de acuerdo a ello, recomendaciones con el objetivo de mejorar la pedagogía y realizar actualización deportivas a los entrenadores.

De acuerdo a la pregunta No.8 de la encuesta aplicada (Ver Anexo 1) Un bajo porcentaje de los entrenadores sigue estudiando en la actualidad donde solo el 27% contestan afirmativamente este ítem. Con esto se puede aseverar dos aspectos importantes, el primero de ellos es que no hay una coherencia en correlación con la formación académica permanente, es decir, el 100% de los entrenadores respondieron afirmativamente antes esta pregunta, pero solo el 27% es coherente ya que se encuentran estudiando actualmente. El segundo aspecto y no menos importante es que estos entrenadores que estudian en la actualidad, entrenan y estudian a la vez, teniendo en cuento que esto puede repercutir en aspectos tanto positivos como negativos, un aspecto positivo es la motivación y la cercanía que tiene para aplicar los diferentes conocimiento que se han ido adquiriendo en los deportistas y como aspecto negativo es el manejo, el control y la disciplina que puedan impartir en los entrenamientos, ya que como se ha nombrado anteriormente la madurez y la experiencia la adquiere con el pasar de los años y cada entrenamiento.

Una vez que sabemos que solo el 27% de entrenadores estudia actualmente a continuación analizamos el tipo de estudios que realizan. Vemos que el 46% (6 entrenadores) se encuentran estudiando un Diplomado, el 23% (3 entrenadores) están cursando un Técnico, un

16% (2 entrenadores) estudian en la actualidad una especialización y por ultimo un 15% (2 entrenadores) están cursando Maestría. Estos resultados son muy importantes debido a que el aprendizaje y la formación continua van a repercutir directamente en la formación del entrenador, mejorando su actuación tanto en el ámbito personal como en campo del entrenamiento deportivo.

En concordancia sobre el tema de la formación académica permanente, se les indago a los entrenadores sobre el tiempo en el que realizo su último curso de actualización deportiva el cual arrojo que el 53% (26 entrenadores) realizaron su último curso entre 0 a 6 meses, importante cifra que concuerda un poco con ese 100% que respondió positivamente sobre la formación permanente, mientras que el 37% (18 entrenadores) lo hicieron entre 6 meses y 2 años, un 8% (4 entrenadores) entre 2 a 5 años y por ultimo solo un 2% (2 entrenadores) realizaron su última actualización deporta hace más de 5 años. De acuerdo a estos porcentajes es decir ese 10% donde su último curso de actualización deportiva lo realizaron hace más de 2 años, preocupante cifra debido a que el deporte está en una transformación constante y a medida que pasa el tiempo algunos métodos quedan obsoletas así como el surgimiento de nuevas técnicas que permiten mejorar el rendimiento deportiva y llegar de esta manera a su punto máximo.

La distribución en el ítem sobre el tiempo que tenía como entrenador deportivo arrojando como resultados que el 43% (21 entrenadores) res tiene más de 10 años como entrenador, un 21% (10 entrenadores) dice que lleva 3 años y menos de 5 años, el 18% (9 entrenadores) tiene como entrenador entre 5 años y menos de 10 años, un 14% (7 entrenadores) responde que labora como entrenador entre 1 año y menos de 3, por ultimo solo el 4% (2 entrenadores) lleva 1 año o menos en esta labor. Analizando estos datos se puede afirmar que contamos con una mayoría de

entrenadores experimentados, ya que casi la mitad tienen más de 10 años de experiencia como entrenadores, resaltando de igual manera que sumando los porcentajes el 61% tiene al menos más de 5 años de experiencia como entrenador deportivo.

En cuanto al ámbito del deporte, el resultado muestra que un número considerable de entrenadores están en el ámbito competitivo mostrando un porcentaje del 76% (37 entrenadores) mientras que el ámbito iniciación y formación ocupan un 12% cada uno, el cual representa un total de 6 entrenadores por ámbito.

La práctica deportiva como atleta o jugador por parte del entrenador tiene mucho que ver con la relación que haya tenido anteriormente con este deporte. El haber sido jugador o atleta no es imprescindible para ser entrenador, pero sí que el hecho de haber participado como tal ayuda a conocer con más profundidad el deporte que entrena. Es imperante considerar el hecho de que muchas veces estos entrenadores representan con sus alumnos la metodología de entrenamiento que utilizaron con ellos Será importante tener en cuenta estas dos cuestiones que acabamos de sintetiza, el resultado fue que el 59% (29 entrenadores) practicaron deporte de alto rendimiento, mientras que el 41% (20 entrenadores) restante no practicaron deporte de alto rendimiento.

Del gran porcentaje de entrenadores que fueron jugadores, el intervalo de tiempo mayor practicando deporte de manera competitiva es el comprendido entre 5 años y menos de 10 años, es decir, el 38% (11 entrenadores), en segundo lugar el 35% (10 entrenadores) fueron deportistas de alto rendimiento más de 10 años, en tercer lugar el 10% (3 entrenadores) fueron deportistas de alto rendimiento entre los intervalos de un año hasta menos de 3 años y un año o menos, y para finalizar el porcentaje de entrenadores que fueron deportistas de alto rendimiento tenemos el 7% (2 entrenador). De acuerdo a esto, Se infiere que el 73 % de los entrenadores que han

contestado a este ítem tienen una gran experiencia como jugadores, ya que van desde los 5 años de experiencia como deportistas de alto rendimiento y esto repercute mucho en su metodología como se nombró anteriormente, ya que conocen en profundidad el entrenamiento básico del deporte que enseñan, conocen el juego y la competencia como tal.

Una vez analizado el porcentaje de entrenadores que han participado antes como jugadores y los años de experiencia como tal, se pretende conocer el nivel al que llego como deportista el cual arrojo que el 62% llego su máximo nivel alcanzado fue ser selección nacional, un 35% su máximo nivel fue selección departamental y por ultimo un 3% pertenecieron a la selección municipal. Aunque no es indispensable haber sido un gran deportista para ser un buen entrenador deportivo, existen otros factores de gran importancia que ayudan a ello, solamente el hecho de haber tenido la posibilidad de jugar a niveles superiores, puedan tomar de gran manera esas experiencias que les ayudará en su formación como entrenador.

Al igual del interés de conocer la formación académica, la experiencia como entrenador entre otras, es sustancial también conocer si además de entrenar tienen otros trabajos. De todos los entrenadores analizados el 51% tienen otro trabajo y solo el 49% tienen como única labor el entrenamiento deportivo, lo que significa que aquellos entrenadores que tiene una dependencia económica de su actividad como entrenador, esto hace que su interés por entrenar se realice por gusto y pasión la mayor parte de las veces.

La motivación de los entrenadores juega un papel fundamental en su labor como entrenador, el primer y principal aspecto que más motiva al entrenador es el gusto por entrenar con un 55% (27 entrenadores), luego y como segundo aspecto principal por parte de la motivación del entrenador, el gusto por enseñar ocupa el 45% (22 entrenadores). Estos dos ítem

relacionado con el anterior análisis, donde se demuestra que el 49% de los entrenadores solo tienen la ocupación del entrenamiento como único sustento, fundamenta que el entrenar es una pasión y gusto que va más allá de motivos económicos llevando de esta manera a una influencia grande en su labor diaria.

La programación adecuada de sesiones de entrenamiento a lo largo de las semanas conlleva a ser uno de los elementos más importantes para que los deportistas evoluciones de la mejor manera. Con esto no quiere decir que a mayores días de entrenamiento se impartan mejor es el aprendizaje pero sí se recalca que deben de planificarse una cantidad suficiente de sesiones a la semana que permita abordas todos los contenidos de la mejor manera. La mayoría de los entrenadores entrenan cinco días a la semana. El porcentaje mayor de monitores es el que entrena cinco días a la semana, es decir, un 69%, sigue el grupo que realizan actividades de entrenamiento tres días a la semana 23% y por ultimo están los entrenadores que realizan actividades de entrenamiento cuatro días a la semana 8%.

De acuerdo a esto, se indago de igual manera la cantidad de horas por sesión que necesitan para aborda dichos contenidos programáticos del entrenamiento deportivo, al cual los entrenadores contestaron que el 41% realizan sus secciones de entrenamiento en los intervalos de una a dos horas, igualmente un grupo con el mismo porcentaje del intervalo anterior, es decir, el 41% afirma que sus sesiones tiene una duración de dos horas a tres horas y después tenemos el 18% (9 entrenadores) que son los entrenadores que en cada sección utilizan más de tres horas de entrenamiento.

Para conocer un poco de las características del entrenamiento como tal de los entrenadores es importante indagar los ámbitos de entrenamiento que se evalúan de los

deportistas. Como se evidencio, lo primero que se destaca es que los entrenadores manifiestan evaluar uno con mayor énfasis que otros los distintos ámbitos del entrenamiento deportivo.

El aspecto que más se evalúa es el técnico que la mayoría sitúa en primer lugar, aspectos físicos en segundo lugar, los aspectos técnicos en tercer lugar y los aspectos psicológicos en última posición.

Los instrumentos que más utilizan para evaluar los ámbitos comentados con anterioridad son por este orden: la observación diaria de los entrenamientos, formato de seguimiento individual, batería de test y estadísticas de competencia.

La utilización de estos instrumentos por parte de los entrenadores es bien diferente según los porcentajes resultantes de la encuesta, como principal instrumentos de evaluación, el 59% dice evaluar a sus deportistas por medio de la observación diaria de los entrenamientos, se tiene en segundo lugar el formato de seguimiento individual con un 17%, en tercer lugar las baterías de test se obtuvo el 14% y como última opción de medición las estadísticas de competencia con un 10%.

Este estudio también pretende conocer la fuente del plan del entrenamiento que debe tener cada entrenador, para ello como primera medida se indago sobre si disponen o no un plan de entrenamiento creado, el cual el 86% responde que sí y el 14% responde que no, como punto importante se indago de igual manera sobre la procedencia del dicho plan donde el 93% afirmo que la fuente del plan de entrenamiento es de elaboración propia y solo el 7% afirmo que el macrociclo era dado por la entidad contratante. Gran parte de este porcentaje es dado gracias al hecho que el 39% de los entrenadores son profesional donde de este porcentaje el 90% son profesionales en materia de la educación física y el deporte, otro correlación es la de la

experiencia como deportista, llegando a traducir sus vivencia cuando estuvo en el puesto de entrenador y plasmarlos en el plan de entrenamiento.

Todos los entrenadores deportivos preparan cada sesión de clase, este aspecto es susceptible de análisis, existiendo dos tipos de entrenadores, como primera medida se encuentra el entrenadores con formación profesional el cual traduce todo el conocimiento teórico en la práctica deportiva y como segunda medida se encuentra el entrenador empírico, que han tomado su experiencia como deportista y la plasma en sus sesiones de entrenamiento.

El trasegar de los entrenadores han dejado en la mayoría logros deportivos exaltando que en los últimos 3 años el 47% obtuvieron logros a nivel departamental, el 37% tuvieron logros a nivel nacional, a nivel mundial el 14% tuvieron algún logro en los último tres años y por último el 2% tuvo un logro a nivel olímpico. Siendo los logros deportivos la carta de presentación para el entrenador y como se puede observar aquí el personal de imder Palmira posee una amplia vitrina de logros deportivos**.**

12 CONCLUSIONES

Para finalizar, tras haber evaluado y analizado a los entrenadores de imder Palmira por medio de la encuesta, a continuación se concluye sobre el perfil propio del entrenador estableciendo características personales, académicas, experiencia laboral, entre otras que permite conocer el perfil profesional del entrenador de IMDER PALMIRA.

- El perfil idóneo del entrenador de imder Palmira es personal con edad promedio entre los 30 y los 40 años, en su gran mayoría son hombres, oriundos de la ciudad de Palmira y viven un estrato socioeconómico dos.
- La formación académica de los entrenadores en un alto porcentaje indica que al menos poseen dentro de su título un técnico, tecnólogo o profesional orientado este último a carreras a fin de la educación física y el deporte.
- Los entrenadores de imder Palmira afirman que es de suma importancia la formación académica permanente pero la realidad demuestra lo contrario, ya que muy pocos son coherente en lo que dicen y en lo que hacen, es decir, un bajo porcentaje de entrenadores están cursando algún tipo de estudio en la actualidad,
- Un objeto de debate y estudio es la experiencia del entrenador como deportista en el propio deporte, haber practicado en algún momento de manera competitiva, con esto más de la mitad de la población lo realizo en el alto rendimiento, a diferentes niveles, aportando conocimientos del deporte más profundos, sensaciones y situaciones vividas.
- Desde la perspectiva motivacional los entrenadores tiene como actividad económica principal y única el entrenamiento deportivo, además de que su principal motivación para esta labor es el gusto por el entrenamiento deportivo.

- Todos han obtenido al menos un logro deportivo en las diferentes esferas del deporte de alto rendimiento en los últimos 3 años.

13 RECOMENDACIONES

- Se recomienda a quien coordina el proceso, tener en cuenta la población empírica de este estudio para generar estrategias de formación académica, procurando en gran medida la profesionalización de toda la población, así como impulsar a los que ya son profesionales a continuar sus estudios de postgrado.
- Se recomienda a la universidad del valle sede Palmira promover y generar más cupos de admisión a la población palmirana al programa de licenciatura en educación física y deportes.
- Se recomienda al IMDER Palmira generar alianzas estratégicas con el servicio nacional de aprendizaje SENA realizando cursos de actualización orientadas a la educación física, el deporte y el entrenamiento deportivo
- Se recomienda a IMDER Palmira, generar coaliciones con entidades como INDERVALLE, coldeportes, entre otras, la apertura al menos cada semestre de cursos, seminarios, diplomados, conferencia etc., que permita a los entrenadores desarrollar nuevos conocimiento, fomentando de esta manera una formación académica permanente.
- Se recomienda a IMDER Palmira o a quien corresponda estas funciones, la actualización susceptible a modificaciones del perfil profesional para cada uno de los entrenadores de todas las disciplinas deportivas**.**

14 BIBLIOGRAFIA

- ALEXIS J. La historia del entrenamiento deportivo, EEUU Recuperado de http://muyfitness.com/historia-del-entrenamiento-sobre_17105/
- CORDON, Maria Magdalena (2008) *Procesos Formativos De Los Técnicos Deportivos, Que Participan En Actividades Físico-Deportivas A Nivel Provincial, En Andalucía Oriental.* Universidad de granada, España. Editorial Universidad de Granada
- Dimas Carrasco Bellido (sin fecha), Teoría Y Práctica Del Entrenamiento Deportivo, *Universidad Politécnica De Madrid.* España
- Fraile Aranda, A.; de Diego Vallejo, R. y Boada i Grau, J. (2011). *El perfil de los técnicos del deporte escolar en un contexto europeo. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 11 (42) pp. 278-297. Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista42/artperfil205.htm
- Giménez Fuentes-Guerra Javier (2010), La formación del entrenador de iniciación al baloncesto en Andalucía: seminario de formación y estudio de casos, Universidad de Huelva, España.
- Ibáñez, S. (1997). Los modelos del entrenador deportivo basados en el rol predominante. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, *4*(4), 35-42.
- Jiménez Francisco J., Rodríguez José M., Castillo Estefanía (2001). Necesidad de formación psicopedagógica de los entrenadores deportivos. Ágora digital
- López, J. M. R., Viera, E. C., & Fuentes-Guerra, F. J. J. (2001). Necesidad de formación psicopedagógica de los entrenadores deportivos. *Agora digital*, (2), 14.
- Miguel Angel D. *EL PAPEL DEL ENTRENADOR DURANTE LA EDAD ESCOLAR* Universidad de Granada, España.

- PATIÑO, F.W.A. (2014). Caracterización del entrenador deportivo, tras los mitos, los ritos y los vicios de los procesos de la competición deportiva infantil en Colombia: el caso del Festival Pony Fútbol. *Mot. Hum*. 15(2): 77-85.
- Pérez R., María Del C. (2002). Caracterización del entrenador de alto rendimiento deportivo cuadernos de psicología del deporte Tarragona
- Pérez, María de los angeles (2015) Tesis Doctoral: Perfil polifasetico del entrenador de alto rendimiento en el atletismo, Universidad Nacional De Educación a Distancia, España.
- Salinero, J. J. 1; Ruiz, G. 2, (2010), El Entrenador De Alto Rendimiento Deportivo Y Su Contraste Con Entrenadores De Menor Nivel. Estudio En La Modalidad De Karate En España, Motricidad. European Journal of Human Movement, ESPAÑA,

WEBGRAFIA

- http://www.vanguardia.com/deportes/juegos-olimpicos/370230-colombia-se-convierte-en-una-potencia-deportiva-continental

15 ANEXOS

ANEXO 1

Universidad del Valle

CARACTERIZACION DEL PERFIL PROFESIONAL DE LOS ENTRENADORES DEL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION IMDER DE LA CIUDAD DE PALMIRA, VALLE.

Fecha:_____

Con la siguiente encuesta se pretende caracterizar el perfil profesional de los entrenadores del Instituto Municipal del Deporte IMDER PALMIRA, Marque Con una (X) la respuesta que Ud. crea conveniente, esto no le quitara más de 5 minutos.

1. Genero

MASCULINO ( ) FEMENINO ( )

2. Estrato Socioeconómico:_____

3. Ciudad de Origen:_____

4. Deporte:_____

5. Ud. se encuentra en que rango de edad:

- 18 años a 30 años ( )
- 31 años a 45 años ( )
- 46 años a 59 años ( )
- De 60 años en adelante ( )

6. ¿qué máxima titulación académica posee?

- Ninguna ( )
- Graduado Primaria ( )
- Graduado Bachiller ( )
- Técnico ( )
- Tecnólogo ( )
- Pregrado Universitario ( )
- No. Semestres: ( )
- Título:

  _____

  _____
- Especialización ( )
- Maestría ( )
- Doctorado ( )

7. ¿Considera importante la formación académica permanente como entrenador¿

Si ( ) **No** ( )

8. ¿Sigues estudiando actualmente? (si respondes NO pasar a la pregunta 10)

Si ( ) No ( )

9. Que estudias actualmente:

- Diplomando ( )
- Técnico ( )
- Especialización ( )
- Maestría ( )
- Doctorado ( )

10. Hace cuánto tiempo Realizo su último curso de actualización deportiva:

- 0 Meses A 6 Meses ( )
- 6 Meses Y 2 Años ( )
- 2 Años Y 5 Años ( )
- 5 Años O Más ( )

11. Cuantos años llevas trabajando como entrenador deportivo:

- 1 año o menos ( )
- Más de 1 año y menos de 3 años ( )
- Más de 3 años y menos de 5 años ( )
- Más de 5 años y menos de 10 años ( )
- Más de 10 años ( )

12. Que ámbito del deporte estas inmerso actualmente:

- Recreativo ( )
- Iniciación ( )
- Formación ( )
- Competitivo ( )

Lic. Jeison Ayala
Universidad Del Valle

13. ¿Has practicado algún deporte en el alto rendimiento? (si respondes NO pasar a la pregunta 16)

Si ( ) **No** ( ) **Cual:**

_____

14. ¿Durante cuánto tiempo fue deportista de alto rendimiento?

1 Año O Menos ( )
Más De 1 Año Y Menos De 3 Años ( )
Más De 3 Años Y Menos De 5 Años ( )
Más De 5 Años Y Menos De 10 Años ( )
Más De 10 Años ( )

15. . el nivel al cual Ud. llego como deportista fue:

- Selección municipal ( )
- Selección departamental ( )
- Selección nacional ( )

16. ¿Además de ser entrenador, tienes otro trabajo?

Si ( ) **No** ( ) **Cual:**

_____

17. ¿Por qué esta en la labor de ser entrenador? (puedes enumerar Dos (2) Opciones donde 1 es la razón más importante y 2 la menos importante)

Por Motivos Económicos ( )
Me Gusta el entrenamiento deportivo ( )
Me gusta a enseñar ( )
Por motivación personal ( )
Otro: _____

18. Indique Cuantos días a la semana dedicas al entrenamiento con sus deportistas:

Cinco días ( )
Cuatro ( )
Tres ( )
Dos ( )
Uno ( )

19. Indique la duración en horas de cada sesión de entrenamiento:

De 30 min a Una hora ( )
De una hora a 2 horas ( )
Entre 2 horas y 3 horas ( )
Mayor a 3 horas ( )

20. Que aspectos evalúas a los jugadores y/o atletas? (Enumere marcando 1 al lado del aspecto más importante hasta llegar a 4 al lado del menos importante)

Aspectos Técnicos ( )
Aspectos Tácticos ( )
Aspectos físicos ( )
Aspectos psicológicos ( )

21. Como evalúas Principalmente los aspectos anteriormente nombrados:

Observa Diariamente los entrenamientos	
Observado Estadísticas de competencia	
Batería de test	
Formato de seguimiento individual	

22. ¿Dispone de una macrociclo de entrenamiento para sus atletas o equipo? (*si respondes NO pasar a la pregunta No. 24)*

Si ( ) **No** ( )

23. ¿El plan anual de entrenamiento (Macrociclo) es de elaboración?

Elaboración Propia ( )
Suministrado por la entidad contratante ( )

24. ¿Prepara Ud. cada sesión de entrenamiento que tiene con el equipo o atleta?

Si ( ) **No** ( )

25. Indique en el siguiente cuadro la cantidad de medallas (logros) que ha obtenido Ud. En los últimos 3 años durante su proceso como entrenador deportivo:

Lic. Jeison Ayala
Universidad Del Valle

AMBITO	MEDALLA		
	ORO	PLATA	BRONCE
OLIMPICO			
MUNDIAL			
NACIONAL			
DEPARTAMENTAL			

Los campeones no están hechos en el gimnasio· Los campeones están hechos de algo que tienen en su interior, un deseo, un sueño, una visión· Muhammad Ali

¡MUCHAS GRACIAS¡