



**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y  
TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA**

**TRABAJO DE TITULACIÓN, PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE MÁGISTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**VALORACIÓN DEL RENDIMIENTO FÍSICO INICIAL Y ACCIONES  
ESTRATÉGICAS PARA DISMINUIR LA DESERCIÓN DEPORTIVA  
EN EL ATLETISMO FEMENINO DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA  
DE LOJA**

**AUTOR**

**OCHOA GRANDA, EDWIN GEOVANNY**

**DIRECTOR:**

**MG. DÍAZ CEVALLOS, ANA CRISTINA**

**SANGOLQUÍ**

**2018**



**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y  
TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍAS

CENTRO DE POSGRADOS

CERTIFICACIÓN

Certifico que el trabajo de titulación, *“VALORACIÓN DEL RENDIMIENTO FÍSICO INICIAL Y ACCIONES ESTRATÉGICAS PARA DISMINUIR LA DESERCIÓN DEPORTIVA EN EL ATLETISMO FEMENINO DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE LOJA”* fue realizado por el señor *Ochoa Granda, Edwin Geovanny*, el mismo que ha sido revisado en su totalidad, analizado por la herramienta de verificación de similitud de contenido; por lo tanto cumple con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la Universidad de Fuerzas Armadas ESPE, razón por la cual me permito acreditar y autorizar para que lo sustente públicamente.

Sangolquí, 10 de marzo del 2018

Mg. ANA CRISTINA DÍAS CEVALLOS  
DIRECTORA DE TESIS  
C.C.: 1722416565



**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y  
TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍAS**

**CENTRO DE POSGRADOS**

**AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD**

Yo, *Ochoa Granda, Edwin Geovanny*, con cédula de identidad N°1104437635, declaro que el contenido, ideas y criterios del trabajo de titulación: *“Valoración del rendimiento físico inicial y acciones estratégicas para disminuir la deserción deportiva en el atletismo femenino de la Federación Deportiva de Loja”*, es de mi autoría y responsabilidad, cumpliendo con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la Universidad de Fuerzas Armadas ESPE, respetando los derechos intelectuales de terceros y referenciando las citas bibliográficas.

Consecuentemente el contenido de la investigación mencionada es veraz.

Sangolquí, 10 de marzo del 2018

**EDWIN OCHOA GRANDA**  
C.C.: 1104437635



**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y  
TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍAS

CENTRO DE POSGRADOS

AUTORIZACIÓN

Yo, *OCHOA GRANDA, EDWIN GEOVANNY*, con C. C. N°. 1104437635, autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar el trabajo de titulación: *“Valoración del rendimiento físico inicial y acciones estratégicas para disminuir la deserción deportiva en el atletismo femenino de la Federación Deportiva de Loja”* en el Repositorio Institucional, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi responsabilidad.

Sangolquí, 10 de marzo del 2018

Una firma manuscrita en tinta azul que parece ser 'E. Ochoa Granda'.

**EDWIN OCHOA GRANDA**  
C.C.: 1104437635

## **DEDICATORIA**

El presente proyecto de grado, va dedicado a mi familia, en especial a mi esposa e hijo quienes son la razón principal para superarme cada día, a mis amigos allegados, compañeros en el deporte quienes con su interés me brindan su apoyo para seguirme capacitando y de esta manera me impulsa a mejorar mi formación personal y profesional.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad de Fuerzas Armadas (ESPE) y a todos los Catedráticos Universitarios, quienes me impartieron sus conocimientos durante el programa de titulación. A los entrenadores, padres de familia y atletas de la Federación Deportiva, por su predisposición y gran espíritu de colaboración y su valioso aporte como eje de investigación, mismo fueron de suma importancia para concluir el presente trabajo de investigación.

## ÌNDICE GENERAL

|   |     |
|---|-----|
| <b>CERTIFICACIÓN</b> .....                                  | i   |
| <b>DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD</b> .....                 | ii  |
| <b>AUTORIZACIÓN</b> .....                                   | iii |
| <b>DEDICATORIA</b> .....                                    | iv  |
| <b>AGRADECIMIENTO</b> .....                                 | v   |
| <b>INDICE GENERAL</b> .....                                 | vi  |
| <b>INDICE DE TABLAS</b> .....                               | ixx |
| <b>INDICE DE FIGURAS</b> .....                              | x   |
| <b>RESUMEN</b> .....  | xi  |
| <b>ABSTRACT</b> .....                                       | xii |
| <br>  |     |
| <b>CAPITULO I: INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN</b> .....    | 1   |
| 1.1. Introducción a la situación problémica.....            | 1   |
| 1.2. Formulación del problema .....                         | 3   |
| 1.3. Objetivos .....  | 3   |
| 1.3.1.Objetivo general . .....                              | 3   |
| 1.4. Objetivos específicos.....                             | 4   |
| 1.5. Justificación e importancia .....                      | 4   |
| 1.6. Hipótesis.....   | 6   |
| 1.7. Variables de investigación.....                        | 6   |
| 1.8. Operacionalización de las variables .....              | 6   |
| 1.9. Tipo de investigación.....                             | 7   |
| 1.10. Población y muestra .....                             | 8   |
| 1.11. Métodos de la investigación .....                     | 9   |
| 1.12. Recolección de la información.....                    | 10  |
| 1.13. Tratamiento y análisis estadístico de los datos ..... | 10  |
| 1.14. Recursos económicos .....                             | 13  |

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 1.15. Cronograma .....  | 13 |
| 1.16. Presupuesto ..... | 15 |

## **CAPÍTULO II: BASES METODOLÓGICAS DEL PROCESO DE**

|  |           |
|--|-----------|
| <b>INVESTIGACIÓN.....</b>  | <b>17</b> |
| 2.1. Evolución de los modelos de selección e iniciación deportiva.....                     | 20        |
| 2.2. Consideraciones básicas sobre la iniciación del atletismo.....                        | 24        |
| 2.3. Etapas para la preparación temprana en atletismo.....                                 | 25        |
| 2.4. Pruebas de valoración del rendimiento habituales para el atletismo de iniciación..... | 35        |
| 2.5. La Familia y su influencia en la práctica deportiva de niños y niñas .....            | 41        |

## **CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....**

|  |           |
|--|-----------|
| <b>ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....</b>   | <b>45</b> |
| 3.1. Análisis de los resultados de la encuesta implementada a las atletas.....   | 45        |
| 3.2. Análisis de los resultados de la encuesta implementada a los padres de las atletas.....   | 50        |
| 3.3. Resultados de las entrevistas informales a los familiares y profesores de las atletas.....  | 55        |
| 3.4. Pruebas de valoración del rendimiento deportivo para evaluar el rendimiento físico inicial.....   | 56        |
| 3.5. Esquema general del grupo de acciones estratégicas para disminuir ladeserción deportiva en el atletismo femenino de la federación deportiva de loja ..... | 60        |
| 3.6. Grupo de acciones para incrementar la captación de deportistas del sexo femenino en el atletismo y la permanencia en los entrenamientos.....              | 61        |



|                              |    |
|------------------------------|----|
| <b>CONCLUSIONES</b> .....    | 65 |
| <b>RECOMENDACIONES</b> ..... | 66 |
| <b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....    | 67 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|   |    |
|---|----|
| <b>Tabla 1:</b> <i>Edad por rangos etario</i> .....   | 45 |
| <b>Tabla 2:</b> <i>Afinidad por la actividad física practicada</i> .....  | 46 |
| <b>Tabla 3:</b> <i>Lo que más gusta de la práctica del atletismo</i> .....  | 47 |
| <b>Tabla 4:</b> <i>Lo que menos gusta de la práctica de atletismo</i> .....   | 47 |
| <b>Tabla 5:</b> <i>Temor a perder competiciones</i> .....   | 48 |
| <b>Tabla 6:</b> <i>Cuándo pierde en las competencias piensa:</i> .....  | 49 |
| <b>Tabla 7:</b> <i>De las competiciones y los test pedagógicos aplicados en el atletismo<br/>qué no es de su agrado</i> .....                 | 49 |
| <b>Tabla 8:</b> <i>¿Trabajan?</i> .....   | 51 |
| <b>Tabla 9:</b> <i>Agrado de la familia por la práctica del atletismo de su deportista</i> .....  | 51 |
| <b>Tabla 10:</b> <i>Lo qué más le agradaría que practicará su niña</i> .....  | 52 |
| <b>Tabla 11:</b> <i>Han practicado algún deporte?</i> .....   | 52 |
| <b>Tabla 12:</b> <i>Nesecidad de rescatar la carga académica concerniente a la práctica<br/>deportiva en las escuelas ecuatorianas.</i> ..... | 53 |
| <b>Tabla 13:</b> <i>Valoración del deporte</i> .....  | 54 |
| <b>Tabla 14:</b> <i>Predisposición de apoyo a las chicas en la práctica del atletismo</i> .....   | 54 |
| <b>Tabla 15:</b> <i>Grupo 1 de pruebas de valoración del rendimiento deportivo</i> .....  | 56 |
| <b>Tabla 16:</b> <i>Grupo 2 de pruebas de valoración del rendimiento deportivo</i> .....  | 58 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|   |    |
|---|----|
| <b>Figura 1:</b> Esquema general para el diseño de las acciones estratégicas para disminuir la deserción deportiva..... | 60 |
|---|----|

## RESUMEN

El rendimiento deportivo busca potenciar la función física y psicológica como parte de un deporte determinado, y en él está implícito el índice de motivación personal y familiar para evitar la deserción deportiva y por ende sistematizar el entrenamiento deportivo; por ello, gestionar el proceso de iniciación deportiva implica relacionar variables tales como el rendimiento físico inicial, la deserción deportiva y el vínculo familiar para la toma de acciones estratégicas acertadas. Por ello, el objetivo de la investigación es elaborar un grupo de acciones que permita estimular la iniciación y permanencia de las niñas identificadas como talentos, para la práctica del Atletismo infantil en La Federación Deportiva de Loja. La investigación se enmarca en las características de la descripción, la transversalidad y la correlación. Se estudian a 30 atletas, sexo femenino (8-11 años), y a 56 padres de ellas mediante la técnica de encuesta, aplicando además los test de Estatura, Rapidez (30m), Salto Largo, Abdominales, Planchas y Resistencia (400m). A partir de la descripción de las potencialidades individuales de las atletas, y de los familiares, se diseñaron 13 acciones estratégicas para potenciar la permanencia de las atletas en los entrenamientos, permitiendo mantener la comunicación entre la familia, las niñas, el profesorado y los entrenadores.

### **Palabras claves:**

- **RENDIMIENTO FÍSICO**
- **DESERCIÓN DEPORTIVA**
- **ATLETISMO**
- **INICIACIÓN DEPORTIVA**

## **ABSTRACT**

Sports performance seeks to enhance the physical and psychological function as part of a specific sport, and it is implicit in the index of personal and family motivation to prevent sports desertion and thus systematize sports training; therefore, managing the process of sports initiation involves relating variables such as initial physical performance, sports desertion and family ties for the taking of strategic actions. Therefore, the objective of the research is to develop a group of actions that allow stimulating the initiation and permanence of girls identified as talents, for the practice of children's athletics in the Sports Federation of Loja. The research is framed in the characteristics of the description, transversality and correlation. 30 athletes are studied, female sex (8-11 years), and 56 parents of them using the survey technique, also applying the Height, Speed (30m), Long Jump, Abdominals, Irons and Resistance (400m). From the description of the individual potentials of the athletes, and of the relatives, 13 strategic actions were designed to enhance the permanence of the athletes in the training, allowing to maintain the communication between the family, the girls, the teaching staff and the coaches.

### **Keywords:**

- **PHYSICAL PERFORMANCE**
- **SPORTS DESERTION**
- **ATHLETICS**
- **SPORTS INITIATION**

# CAPITULO I

## INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN

### 1.1. INTRODUCCIÓN A LA SITUACIÓN PROBLÉMICA

El deporte constituye una eficaz herramienta de comunicación por su enorme capacidad de convocatoria regional, nacional e internacional (Sanjurjo, 2012; Camino & Ayala, 2012), las actividades deportivas son un poderoso instrumento de comunicación y una magnífica oportunidad para transmitir mensajes importantes.

Los deportes se relacionan estrechamente con el potencial humano (Chelladurai & Kerwin, 2017; Knudson, 2013), el esfuerzo y la consecución del éxito, y tienen la facultad de emocionar y levantar el ánimo (McGannon & Smith, 2015).

El Atletismo, es un deporte que comprende un conjunto de disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha (Seners, 2001; Granell & Lazcorreta, 2004). Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad, en resistencia y en distancia al lanzar o saltar.

Por la gran variedad de acciones que configuran sus diferentes modalidades, en cada una de estas pruebas se demuestran distintas habilidades físicas y técnicas que permiten el desarrollo integral de los(as) practicantes (Gamble, 2013; Beattie, Kenny, Lyons, & Carson, 2014; Del Coso, y otros, 2014).

La iniciación deportiva en la etapa infantil permite realizar la preparación del niño(a) durante un largo período de tiempo (Martin & Nicolaus, Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil, 2004; Núñez, 2000); por lo que resulta importante el trabajo referido a las actividades deportivas desde edades tempranas.

El trabajo multilateral que se realiza en las áreas deportivas, garantiza el futuro del alto rendimiento en Ecuador (Martin, Entrenamiento multilateral y especialización precoz, 1993; Bompa, 2005). La masificación deportiva es importante dado que es de donde surgen los talentos. Es criterio de los especialistas del Atletismo que la iniciación temprana constituye el proceso de enseñanza preliminar de los elementos básicos de este deporte (Ernesto Avella & Medellín, 2013).

En la actualidad, resulta necesario consolidar la práctica masiva del atletismo entre niños(as), para lograr una reserva atlética adecuada desde las edades tempranas en el Atletismo femenino, para la cual la República del Ecuador, al poseer varios resultados en algunas modalidades del atletismo, es imprescindible establecer las estrategias pertinentes a todos los niveles para potenciar la masificación deportivas en general, pero especialmente establecer los indicadores necesarios para la selección científica del deportista de atletismo según las modalidades o disciplinas disponibles.

Como parte de la consulta de fuentes primarias de investigación, algunas obras en el Ecuador señalan la importancia del proceso de selección de talentos deportivos en diferentes disciplinas del atletismo (Morales & Priscila, 2016), aunque la literatura en lo fundamental trabaja aspectos importante de la preparación como la atención a la preparación física (Pico Medina & Brazales Cervantes, 2014) y la planificación de las cargas del entrenamiento adaptada al

entorno específico ecuatoriano (Espinoza Loja, 2009), así como otros componentes como la preparación psicológica (Marín & Eduardo, 2013), entre otros.

El énfasis del presente trabajo de titulación, se relaciona con la potenciación de la selección deportiva en el atletismo atendiendo a componentes de la selección deportiva, destacando las características necesarias atendiendo a los componentes motivacionales del alumnado para disminuir la deserción deportiva, factor éste de suma importancia en la teoría y metodología del deportista (López-Walle, Tristán,, Cantú-Berrueto, Zamarripa, & Cocca, 2013; Chávez & Calero, 2015), que para el caso ecuatoriano inciden varios aspectos en ello, tal y como se plantea en algunas obras (Chávez Hernández, 2015), pero que aún no están estudiadas a profundidad, dado la escases de trabajos consultados para diferentes deportes en general, y mucho menos del atletismo como deporte específico.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cómo incentivar la incorporación y permanencia de las niñas en el deporte de Atletismo infantil en La Federación Deportiva de Loja?

## **1.3. OBJETIVOS**

### **1.3.1. *Objetivo General***

Elaborar un grupo de acciones que permita estimular la iniciación y permanencia de las niñas identificadas como talentos, para la práctica del Atletismo infantil en La Federación Deportiva de Loja



#### **1.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- 1) Fundamentar teórica y metodológicamente los postulados nacionales e internacionales que sustentan criterios sobre selección deportiva, iniciación deportiva y permanencia deportiva en el atletismo infantil.
- 2) Diagnosticar el nivel de eficiencia física en las niñas seleccionadas como talentos en la muestra sometida a estudio
- 3) Determinar la influencia familiar en la permanencia de niñas en el atletismo infantil.
- 4) Diseñar acciones para estimular la incorporación y permanencia de las niñas practicantes de atletismo en la edad infantil en La Federación Deportiva de Loja

#### **1.5. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA**

En la actualidad, resulta necesario consolidar la práctica masiva del atletismo entre niños(as), para lograr una reserva atlética adecuada desde las edades tempranas en el atletismo ecuatoriano, dado el déficit de atletas de calidad presentados en el sistema nacional de selección deportiva.

Desde hace varios años constituye una dificultad la cantidad de niñas que se incorporan y permanecen en la práctica del Atletismo en los distintos club deportivos y áreas especializadas regionales; a pesar de los esfuerzos que realizan los entrenadores y directivos locales y nacionales.

En ese sentido, se estima que los criterios de los padres juega un papel de extrema importancia en la iniciación deportiva, dado que las niñas en esta etapa de la vida dependen totalmente de ellos.

Debe de prevalecer la relación profesor-atleta-padre como premisa fundamental para lograr que aquellas niñas que realmente tengan cualidades para ser considerada como posible talento para el atletismo , desarrollarse desde edades temprana a nivel infantil y posteriormente promoverlas a otros niveles.

También se da el caso que los padres orientan a las niñas hacia otras actividades extra-docentes más atractiva, y donde el esfuerzo a realizar por parte de la niña es mínimo comparado con la práctica del atletismo y las pruebas incluidas en la competencia desde la etapa inicial, todo estos aspectos provocan que la iniciación al deporte de Atletismo resulte insuficiente. Aun cuando existen niñas con elevadas posibilidades físicas y motrices.

Cuando falta el apoyo por parte del núcleo familiar se pierde ese posible talento. Los padres pueden convertirse en agentes activos de sus hijos asistiendo a los eventos deportivos y apoyándolos para que participen en la práctica cotidiana.

Por ello, la investigación está encaminada a estudiar los factores que inciden en la baja incorporación y permanencia de las niñas a la práctica del Atletismo en La Federación Deportiva de Loja.

En el aspecto teórico constituye un medio para la elaboración de futuros proyectos. En la práctica permite la orientación de cómo mediante un Sistema de Acciones se logra incentivar a las niñas y a los familiares para que valoren el deporte de Atletismo en su opción favorita extra- docente; favoreciendo con esto el incremento y permanencia de las niñas en el Atletismo de iniciación.

## 1.6. HIPÓTESIS

*De implementarse un grupo de acciones eficientes para estimular y darle mayor permanencia deportiva a las niñas seleccionadas para el deporte de atletismo, se disminuirá la deserción deportiva en La Federación Deportiva de Loja*

## 1.7. VARIABLES DE INVESTIGACIÓN

La investigación delimita dos variables a investigar, las cuales se describen a continuación:

- a) Deserción deportiva
- b) Acciones estratégicas

## 1.8. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

**Variable dependiente:** a) Deserción deportiva

| <b>DEFINICIÓN</b>                      | <b>DIMENSIONES</b>   | <b>INDICADORES</b>                                 | <b>INSTRUMENTO</b>   |
|--|--|--|--|
| <b>Abandono voluntario del deporte</b> | -Nivel presentado  | -Variables fundamentales de la deserción deportiva | Análisis de contenidos en fuentes primarias de investigación |
|  | -Caracterización del tema investigado  | Cantidad y adecuación                              | Consulta Bibliográfica                                       |
|  | -Conocimiento existentes sobre la aplicación de pruebas de valoración del rendimiento en la concentración de la atención | Nivel presentado                                   | -Diagnóstico teórico.  |

|  |                                       |   |   |
|--|---------------------------------------|---|---|
|  | -Aplicación de una propuesta          | -Cuánto ha participado  | -Control de asistencia e implementación de la propuesta |
|  | Práctica                              | -Número de sesiones realizadas.   | Banco de datos.   |
|  | -Local y materiales para la enseñanza | -Inventario   | -Banco de datos.  |
|  | -Nivel técnico final                  | -Implementos deportivos<br>-Variables fundamentales de la decepción deportiva | Test diagnóstico final                                  |

**Variable independiente:** Acciones estratégicas

| <i>DEFINICIÓN</i>   | <i>DIMENSIONES</i>   | <i>INDICADORES</i>                         | <i>INSTRUMENTO</i>                                |
|---|--|--|---|
| <b>Actos que realiza una persona, con un fin determinado,</b> | Características de las acciones estratégicas relacionadas con la deserción deportiva | Grado de diseño                            | Análisis de contenido                             |
|   | Diagnóstico pre y post-prueba  | Indicadores de pretest y postest obtenidos | Encuestas y pruebas de valoración del rendimiento |
|   | Local y recursos para el aprendizaje   | Inventario                                 | Banco de datos                                    |

### 1.9. TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación se enmarca en las características de la descripción, la transversalidad y la correlación. Se pretende estudiar los factores que inciden en la baja incorporación y permanencia de las niñas a la práctica del Atletismo en la comunidad en La Federación Deportiva de Loja, República del Ecuador. Detalladamente, se pretende realizar un diagnóstico de algunas capacidades y

habilidades físicas a la muestra estudiada, permitiendo una descripción científica de las potencialidades reales del deportista de atletismo de iniciación, aspecto estrechamente relacionado con las cargas físicas aplicar con inmediatez en los centros de entrenamiento, potenciando un nivel de transversalidad necesario para establecer las acciones estratégicas pertinentes que permitan delimitar las limitaciones y fortalezas del proceso de dirección, con énfasis en la potenciación de la permanencia del deportista durante el proceso de entrenamiento, donde se incluyen aspectos relacionados con la motivación y las relaciones familiares como variables de influencia significativa en la deserción deportiva.

#### **1.10. POBLACIÓN Y MUESTRA**

La investigación estudiará una muestra representativa de la población de atletas del sexo femenino aspirantes a deportistas de atletismo en la etapa de iniciación (8-11 años de edad) de la Federación Deportiva de Loja, la cual fue delimitada por medio de un muestreo aleatorio simple, estableciendo la muestra en 30 sujetos, de los cuales son descritos sus datos básicos a partir del capítulo 3 como parte del análisis de los resultados.

Por otra parte, como parte del proceso de investigación, y con el propósito de conocer aspectos de interés sobre la influencia de los padres en el proceso de dirección del entrenamiento deportivo del atletismo, se encuestó a los padres de la muestra seleccionada (56 padres), siendo el valor mencionado la población existente de familiares directos. En la aplicación del método de encuesta, se incluyó a 10 profesores de educación física que participan en los procesos de selección deportiva en la provincia donde se realiza la investigación, delimitando algunos aspectos de interés relacionados con el proceso investigado.

### 1.11. MÉTODOS DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación utiliza algunos métodos de investigación de tipo teórico y empíricos, de los cuales los primeros se delimitan a continuación:

- a) **Histórico-Lógico:** Se estudian los antecedentes primarios del campo de acción estudiado, describiendo los fundamentos esenciales a tener en cuenta en la selección deportiva y los aspectos esenciales relacionados con la deserción deportiva en todos los deportes, enfatizando en el atletismo en sus diferentes disciplinas.
- b) **Análisis-Síntesis:** Utilizado en diferentes momentos de la investigación, sintetizando los contenidos especiales directamente relacionados con el campo de estudio, lo cual permite analizar las variables más relevantes que puedan influir en el proceso de selección y permanencia deportiva en el atletismo.
- c) **Inducción-deducción:** Se combina el movimiento de lo particular a lo general (inductivo) que posibilita establecer generalizaciones con el movimiento de lo general a lo particular (deducción).

El énfasis de los métodos empíricos aplicados serán los siguientes:

- a) **Entrevista:** A los padres y profesores de las niñas, precisando aspectos de interés para la investigación. Se incluye a los profesores de educación física de las escuelas para conocer su valoración sobre las niñas que se destacan en la educación física.
- b) **Encuestas:** Aplicadas a los atletas estudiados y sus padres para conocer algunas características individuales y familiares a tener en cuenta para el ulterior diseño de acciones específicas relacionadas con las selecciones deportivas, la modelación del entrenamiento y la toma de

decisiones en general.

- c) Medición:** Se evidenciará en la aplicación de diversas pruebas de valoración del rendimiento deportivo, tales como la estatura (cm), rapidez de carrera (30m), salto de longitud sin carrera de impulso (cm), lagartijas (total), abdominales (totales), y resistencia (400m).

Desde el punto de vista estadístico se emplearán diversas medidas de tendencia central, a partir de la tabulación de los datos con el Microsoft Excel 2016, especificando algunas platillas previamente diseñadas para el registro y procesamiento de la información de interés.

### **1.12. RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN**

La información de interés será recolectada por medio de especialistas con al menos 10 años de experiencia práctica en la profesión, con titulación de pregrado universitario (licenciado en Cultura Física o Actividad Física, Deportes y Recreación). Los especialistas ascienden a 5 sujetos. En algunas pruebas de valoración del rendimiento deportivo los cinco especialistas trabajarán en conjunto (rapidez y resistencia), en otras solo se emplearán dos especialistas (Estatura, Salto, abdominales, lagartijas).

### **1.13. TRATAMIENTO Y ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LOS DATOS**

Para el cálculo que determina la representatividad de la muestra, se empleó la fórmula del muestreo irrestricto aleatorio, delimitando como tamaño de muestra idónea a 30 sujetos del sexo femenino aspirantes a deportistas de alto rendimiento de diferentes modalidades de atletismo. El Microsoft Excel 2016 será el procesador estadístico de excelencia, diseñándose previamente

unas plantillas para el registro y procesamiento de la información de interés.

La metodología de los test pedagógicos a emplear se evidencia a continuación:

- 1) **Estatura:** La metodología empleada para medir la estatura de las niñas es la siguiente: La niña descalza, parada derecha con pies unidos en los talones, puntas de los pies ligeramente abiertas, brazos abajo y cabeza mirando hacia delante, de manera que la línea entre el orificio auricular y el ángulo del ojo describa una paralela con relación al piso, la espalda lo más próxima posible a la pared donde se encuentra situada la escala de medidas elaborada en la pared, se tomó una regla, se colocó sobre la superficie más alta de la cabeza y se obtuvo la talla en centímetro.
- 2) **Rapidez (30 metros planos):** La niña se ubica con la pierna delantera sobre la línea de arrancada (la arrancada desde la posición de parada) a la orden de arrancada, correr sin disminuir la velocidad hasta pasar rápido por la línea de meta, tomándose el tiempo en segundos con la mayor precisión posible al pasar la línea de meta y correrán de una en una.
- 3) **Salto largo sin carrera de impulso:** En una superficie plana de tres metros de largo como mínimo y uno de ancho, antirresbalable marcada en centímetros en el piso con una tiza. La niña se sitúa de tal forma que la punta de los pies quede detrás de la línea de despegue y con las piernas ligeramente separadas. En el momento en que se encuentre preparada, saltará hacia delante buscando la máxima distancia; para ello realizará un balanceo de brazos hacia atrás y simultáneamente con el movimiento de los mismos hacia delante, despegará con ambas



piernas al mismo tiempo, se mide desde la última huella, la distancia se mide en centímetros y se tomará el mejor de los dos intentos.

- 4) **Abdominales:** En una superficie lisa, la niña sentada se acuesta con la espalda sobre la superficie, con los pies separados a una distancia de 30 cm., las piernas flexionadas en las rodillas en un ángulo recto. Los brazos irán cruzados al pecho. Otra niña que hace de la pareja se apoya frente a las piernas de la que vas a realizar prueba y se las sostiene por los tobillos de forma tal que mantenga siempre los talones sobre la superficie. Desde la posición de acostada irá a la de sentada sin llegar a la línea media vertical. Sin parar regresará a la posición inicial de forma tal que la espalda toque superficie para inmediatamente sentarse de nuevo y repetir la acción. Se cuenta la cantidad de movimientos completos.
- 5) **Planchas o Lagartijas:** En una superficie plana preferiblemente de cemento. La niñas se sitúa con la parte delantera del cuerpo sobre la superficie plana sin irregularidades, brazos flexionados, manos apoyadas al nivel de las axilas, los dedos hacia el frente, la cabeza en línea recta con el tronco, vista paralela con la superficie; con apoyo de las rodillas. Se cuidará que en cada extensión de brazos el cuerpo se mantenga en forma recta; se controlarán todas las repeticiones hasta que se altere la correcta ejecución técnica del movimiento.
- 6) **Resistencia 400 metros planos:** En una pista sintética ó de tierra con la medida homologada (400 M) se corre 400 metros. Las niñas situadas detrás de la línea de arrancada, a la orden de salida se toma el tiempo en minutos con un cronómetro manual, cuando pase por la línea de meta

se toma el tiempo. En esta prueba pueden correr hasta 8 niñas al salir de la línea de arrancada se dirigen todas hacia el carril N0.1 Al llegar a la meta se le entrega un cartón con el número por el orden de llegada para luego registrar el tiempo plasmado en el cronómetro en el registro.

#### 1.14. RECURSOS ECONÓMICOS

Los recursos económicos esenciales estarán dispuestos en las áreas deportivas de la Federación Deportiva de Loja, por lo cual no será necesario establecer inversiones cuantiosas por parte del investigador. No obstante, el investigador debe incluir algunos gastos en materia económica, siendo los más relevantes los establecidos a continuación:

| CANTIDAD | DETALLE                                    | V. UNITARIO | VALOR TOTAL      | OBSERVACIONES                       |
|----------|--|-------------|------------------|-------------------------------------|
| 1        | Resma de Papel Bond                        | 4           | 4                | Recursos propios                    |
| 200      | Impresión de formularios test y resultados | 0,05        | 30               | Recursos propios                    |
| 1        | Útiles de oficina varios                   | 14          | 22               | Recursos propios                    |
| 50       | Implementos generales                      | -           | -                | Contrapartida Institución Educativa |
|          | <b>Valor Total</b>                         |             | <b>56,00 USD</b> |                                     |

#### 1.15. CRONOGRAMA

El cronograma aproximado en que se llevará a cabo la investigación será de la siguiente manera:

| <b>Meses</b> |   | <b>Abril 2017</b> |   |   |   | <b>Mayo 2017</b> |   |   |   |
|--------------|---|-------------------|---|---|---|------------------|---|---|---|
| Semanas      |   | 1                 | 2 | 3 | 4 | 1                | 2 | 3 | 4 |
| N.           | Actividad                                   |                   |   |   |   |                  |   |   |   |
| 1            | Construcción del perfil                     |                   |   |   | X | X                |   |   | X |
| 2            | Presentación para el análisis               |                   |   | X | X | X                | X | X |   |
| 3            | Investigación bibliográfica                 | X                 | X | X | X | X                | X | X | X |
| 4            | Construcción y desarrollo del marco teórico |                   |   |   |   |                  |   |   | X |

| <b>Meses</b> |  | <b>Junio 2017</b> |   |   |   | <b>Julio 2017</b> |   |   |   |   |
|--------------|--|-------------------|---|---|---|-------------------|---|---|---|---|
| Semanas      |  | 1                 | 2 | 3 | 4 | 1                 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| N.           | Actividad  |                   |   |   |   |                   |   |   |   |   |
| 4            | Construcción y desarrollo del marco teórico                  | X                 | X |   |   |                   |   | X | X | X |
| 5            | Diseño y elaboración de los instrumentos para la recolección | X                 | X | X |   |                   | X | X | X | X |
| 6            | Validación o pilotaje de los instrumentos                    |                   | X | X |   |                   |   | X | X | X |
| 7            | Aplicación de los instrumentos                               | X                 |   |   |   |                   |   |   |   | X |
| 8            | Codificación y tabulación de los datos                       |                   | X | X |   |                   |   |   | X | X |
| 9            | Aplicación y desarrollo del experimento                      | X                 | X | X | X | X                 | X | X | X | X |

| <b>Meses</b> |   | <b>Agosto 2017</b> |   |   |   | <b>Septiembre 2017</b> |   |   |   |   |
|--------------|---|--------------------|---|---|---|------------------------|---|---|---|---|
| Semanas      |   | 1                  | 2 | 3 | 4 | 1                      | 2 | 3 | 4 | 5 |
| N.           | Actividad                               |                    |   |   |   |                        |   |   |   |   |
| 9            | Aplicación y desarrollo del experimento | X                  | X | X | X | X                      | X | X | X | X |

| <b>Meses</b> |   | <b>Octubre 2017</b> |   |   |   |
|--------------|---|---------------------|---|---|---|
| Semanas      |   | 1                   | 2 | 3 | 4 |
| N.           | Actividad                                     |                     |   |   |   |
| 9            | Aplicación y desarrollo del experimento       | X                   | X | X | X |
| 10           | Instrumentos de control                       | X                   | X | X | X |
| 11           | Codificación y tabulación de los datos        | X                   | X |   | X |
| 12           | Aplicación y tratamiento estadístico de datos | X                   | X | X | X |
| 13           | Análisis e interpretación de los resultados   | X                   | X | X | X |
| 14           | Elaboración de conclusiones y recomendaciones |                     |   | X | X |
| 15           | Elaboración del primer borrador del informe   |                     | X | X | X |
| 16           | Revisión del primer borrador                  |                     |   |   | X |

|    |                             | <b>Meses</b>          |   |   |   |   |   |
|----|-----------------------------|-----------------------|---|---|---|---|---|
|    |                             | <b>Noviembre 2017</b> |   |   |   |   |   |
|    |                             | Semanas               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| N. | Actividad                   |                       |   |   |   |   |   |
| 17 | Reajuste del primer informe |                       | X | X |   | X | X |
| 18 | Presentación del informe    |                       |   |   |   | X | X |

### 1.16. PRESUPUESTO

La inversión aproximada que en lo fundamental hay que derogar por parte del investigador se describe a continuación:

| <b>DETALLE</b>          | <b>VALOR TOTAL</b> | <b>OBSERVACIONES</b>                        |
|-------------------------|--------------------|---|
| Recursos propios        | 56                 | Proporcionados por el maestrante            |
| Recursos de autogestión | --                 | Proporcionados por la Institución educativa |
| <b>Total</b>            | <b>\$56,00 USD</b> |   |

## **CAPÍTULO II**

### **BASES METODOLÓGICAS DEL PROCESO DE INVESTIGACIÓN**

Es sabido que la actividad física contribuye al buen estado físico (Hernández, Chávez, Torres, Torres, & Fleitas, 2017; Cabezas, Álvarez, Guallichico, Chávez, & Romero, 2017), al bienestar mental y a la interacción social (Morales, Lorenzo, & de la Rosa, Recreation activities to improve social behavior. Study in children and adolescents aged 9-14., 2016; Morales, Pillajo, Flores, Lorenzo, & Concepción, 2016; Calero, Klever, Caiza, Rodríguez, & Analuiza, 2016; Mejía, Morales, Orellana, & Lorenzo, 2017). Entre las modalidades que la integran se encuentran el juego, la recreación, el deporte informal, organizado o competitivo (American College of Sports Medicine, 2013; Kisner, Colby, & Borstad, 2017).

La práctica deportiva implica reglas o costumbres y competencia. Además es una herramienta poderosa para promover igualdad de género entre los niños (as) (Blodgett, Schinke, McGannon, & Fisher, 2015; Hargreaves & Anderson, 2014). Mediante el deporte, la recreación y el juego, los niños(as) aprenden a pensar críticamente y a emplear su criterio para solucionar problemas (Chala, Calero, & Chávez, 2016; Giceya, y otros, 2017; Morales, y otros, 2017). Estas actividades promueven el sentido de la amistad, la solidaridad y el juego limpio. También aprenden a autodisciplinarse y el respeto hacia los demás, fortalecen la autoconfianza, propician el liderazgo y desarrollan habilidades de afrontamiento y la capacidad de trabajar en equipo (Hills, Dengel, & Lubans, 2015; Maturo & Cunningham, 2013; Guillen, y otros, 2017; Sailema, y otros, 2017).

De igual forma, el deporte, la recreación y el juego enseñan a los niños y niñas a hacer frente a las dificultades, y los preparan para asumir papeles de liderazgo y convertirse en individuos responsables y útiles a su comunidad (Carroll-Scott, y otros, 2013; Ullrich-French, McDonough, & Smith, 2012; Metzler, 2017).

El deporte contribuye a afirmar en las niñas su lugar en la sociedad, así como a ejercer control sobre sus vidas. Además las ayuda a que adquieran autoestima y respeto por su cuerpo. Así mismo, les permite establecer amistades y les enseña a ejercer liderazgo, a ser autosuficientes y autónomas (Babic, y otros, 2014; Nihill, Lubans, & Plotnikoff, 2013; Eime, Young, Harvey, Charity, & Payne, 2013).

Contradiendo el estereotipo sobre que las niñas son más débiles que los niños, el deporte las expone a modelos femeninos de comportamiento, lo que hace que sus metas en otros aspectos de la vida les parezcan alcanzables siempre y cuando no posean un núcleo familiar disfuncional.

El deporte constituye una eficaz herramienta de comunicación por su enorme capacidad de convocatoria local, municipal y nacional (Woods, 2015), las actividades deportivas son un poderoso instrumento de comunicación y una magnífica oportunidad para transmitir mensajes importantes (Pedersen, 2017; Zillmann & Brosius, 2012; Goldstein, 2012; del Río, 2012; Pereda & Calero, 2015).

Los deportes se relacionan estrechamente con el potencial humano, el esfuerzo y la consecución del éxito, y tienen la facultad de emocionar y levantar el ánimo. Las mujeres en sentido general, han sido protagonistas de resultados relevantes en el atletismo en los diferentes niveles establecidos.

El Atletismo, es un deporte que comprende un conjunto de disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha (Sant, 2005; Polischuk, 2007). Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad, en resistencia y en distancia al lanzar o saltar.

Por la gran variedad de acciones que configuran sus diferentes modalidades, en cada una de estas pruebas se demuestran distintas habilidades físicas y técnicas que permiten el desarrollo integral de los(as) practicantes.

La iniciación deportiva en la etapa infantil permite realizar la preparación del niño(a), durante un largo período de tiempo; por lo que resulta importante el trabajo comunitario referido a las actividades deportivas desde edades tempranas (Morales & Taboada, 2011), aspecto que dicta las acciones pertinentes según las concepciones del programa formativo, tal y como se afirma en Calero, y Suárez (Calero & Suárez, 2005).

El trabajo multilateral que se realiza en las áreas deportivas (Cornejo, 2014), garantiza el futuro del alto rendimiento en el país y la masificación la misma es importante dado que es en las escuelas iniciales donde se seleccionada la mayoría del talento deportivo. Es criterio de los especialistas del Atletismo que la iniciación temprana constituye el proceso de enseñanza preliminar de los elementos básicos de este deporte (Kjønniksen, Anderssen, & Wold, 2009).

En la actualidad, resulta necesario consolidar la práctica masiva del atletismo entre niños(as), para lograr una reserva atlética adecuada desde las edades tempranas en el Atletismo femenino en cualquier país, dado el incremento acelerado de los condicionantes para el logro de altos rendimientos deportivos, para lo cual es necesario contar con una cantera suficiente de atletas, capaz de enfrentar cualquier tipo de competición nacional e

internacional.

Desde hace varios años constituye una dificultad la cantidad de niñas que se incorporan y permanecen en la práctica del Atletismo en las áreas deportivas ecuatorianas; a pesar de los esfuerzos que realizan los profesores deportivos, los criterios de los padres juega un papel de extrema importancia en la iniciación deportiva dado que las niñas en esa etapa de la vida dependen totalmente de ellos (Côté, 1999; Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva, Amado, & García-Calvo, 2013; Tamminen & Holt, 2012; Chan, Lonsdale, & Fung, 2012; Wheeler, 2012).

Debe de prevalecer la relación profesor-atleta-padre como premisa fundamental para lograr que aquellas niñas que realmente tengan cualidades para ser considerada como posible talento para el atletismo, desarrollarse desde edades temprana a nivel comunitario y posteriormente promoverlas a otros niveles.

También se da el caso que los padres orientan a las niñas hacia otras actividades extra- docentes más atractiva y donde el esfuerzo a realizar por parte de la niña es mínimo comparado con la práctica del atletismo y las pruebas incluidas en la competencia desde la etapa inicial, todo estos aspectos provocan que la iniciación al deporte de Atletismo resulte insuficiente. Aun cuando existen niñas con elevadas posibilidades físicas y motrices.

Cuando falta el apoyo por parte del núcleo familiar se pierde ese posible talento. Los padres pueden convertirse en agentes activos de sus hijos asistiendo a los eventos deportivos y apoyándolos para que participen en la práctica cotidiana.



## **2.1. EVOLUCIÓN DE LOS MODELOS DE SELECCIÓN E INICIACIÓN DEPORTIVA**

En el deporte se ha utilizado el término selección como una categoría propia (Volkov & Filin, 1988), que agrupa una serie de intenciones en estrecha relación con el grado de exigencia que se requiere para la práctica de actividades físicas (Calero, 2012), como lo son las genéticas (M Roth, 2012; Loland, 2015; Guth & Roth, 2013) y las de tipo social (Suárez & Calero, 2007; Morales & Taboada, 2011; Woods, 2015). Muchas han sido las investigaciones sobre este tema referido al deporte, entre ellas se destacan los realizados en Europa Occidental (Rusia y Alemania), tal y como se destaca en la obra de Volkov & Filin, (1988). En el continente Americano también se han realizados estudios de interés que han servido de referencia (Bok, 2002; O'Reilly & Susan, 2012).

Sin embargo, los estudios integrales dirigidos a garantizar el proceso de iniciación deportiva al máximo de potencialidades, y con un carácter específico de cada modalidad deportiva, han tenido su mayor desarrollo en Cuba, siendo un ejemplo de ello en los deportes de cooperación-oposición como el caso del voleibol, evidenciada en la obra de Calero, (2007, 2012, 2014a,b).

El sistema de selección del atleta de las áreas deportivas se debe sustentar en el trabajo desarrollado por los profesores de Educación Física y la observación directa por parte de los entrenadores de las áreas deportivas, en términos del control de las cualidades volitivas, del somatotipo y de la tendencia del futuro atleta (Reed, Ford, Myer, & Hewett, 2012; Thun, Bjorvatn, Flo, Harris, & Pallesen, 2015; Kivlan & Martin, 2012), algo poco frecuente la

selección definitiva en el Ecuador. Por la tanto, las áreas deportivas y clubes constituyen el eslabón inicial, la base de la masividad de la práctica del atletismo, en la fase preliminar de la formación deportiva previa, por lo que en las áreas deportivas se encuentran las futuras reserva inmediata de atletas, con énfasis en las edades comprendidas entre los 8-14 años.

Además se crea la base para el desarrollo de la preparación física general (Sánchez & Ramírez, 1999), preparándolas psicológicamente para el proceso de entrenamiento inicial, el cual se dirigirá a establecer la formación multilateral del atleta.

El tema de la iniciación deportiva se debate entre la problemáticas de mayor importancia en las investigaciones actuales sobre el deporte. Constituye sin dudas, un tema de necesario tratamiento científico y metodológico demandado por especialistas, entrenadores e investigadores del deporte. Lo que garantiza el verdadero relevo si se realiza un trabajo en correspondencia con la edad y sin violentar las diferentes etapas de la niña.

En las áreas deportivas, es donde el atleta se familiariza con la práctica del deporte y los familiares con los entrenadores deportivos, sin la presencia de ellos resulta muy difícil que las niñas permanezcan en la práctica, un aspecto psicológico de relevancia; vale la pena hacer un comentario sobre la utilidad de la familia en la etapa inicial de la formación deportiva de las niñas, la experiencia nos ha demostrado que aunque ellas sean verdaderos talentos si no tienen el apoyo de los padres, el abandono es prácticamente seguro luego de un corto período de tiempo practicando, aspecto que suele ser multifactorial (Chávez & Calero, 2015; Bermúdez, 2008).

El área Deportiva, dentro del Atletismo, está constituida por un grupo de pruebas de carreras, saltos y lanzamientos, que se caracterizan con diferente forma de manifestarse (técnico, resistente, distancia y veloz). Se particulariza, en el plano competitivo, por la participación del atleta en pruebas combinadas, donde, por lo general, se combinan las carreras de velocidad planas y con vallas, con los saltos así como el lanzamiento de balones.

Todo el proceso de entrenamiento inicial, será dirigido a establecer la formación multilateral del atleta y el logro de un gran fondo de hábitos motores, en particular los relacionados directamente con la técnica deportiva (Riera, 1989; Alonso & del Campo, 2001; Romero & Scrubb, 2003).

Águila Soto (Águila Soto). en su publicación plantea que la iniciación deportiva se puede redefinir como el proceso metodológicamente dirigido hacia la educación integral y desarrollo cognitivo, afectivo, motriz y social del ser humano, a través del aprendizaje de hábitos específicos de un deporte, desde que toma contacto con él, hasta que es capaz de practicarlo con la autonomía suficiente, convirtiendo su práctica en una motivación intrínseca que pueda generar hábitos deportivos perdurables. Este autor aborda tres aspectos importante que son los que proporcionan en el niño(a) que se inicia la motivación para que se identifiquen con la actividad deportiva.

Si queremos utilizar el deporte como medio educativo, creemos interesante analizar los valores propios que lo diferencian de otras actividades. En este sentido, se expone tres valores fundamentales: “agonístico, lúdico y hedonístico”.

El valor agonístico confiere al deporte el aspecto competitivo, de lucha contra algo o alguien, incluso, de superarse a uno mismo. El valor lúdico, presente en toda actividad deportiva, aparece como la compensación de lo agonístico, que además le confiere la dosis de motivación suficiente para que el practicante se identifique con la actividad y, de alguna manera, quede “atado” a su práctica. Por su parte, el valor hedonístico, hace referencia al placer que despierta su práctica, proporcionando un argumento suficiente para dirigir los intereses del practicante hacia una modalidad deportiva u otra.

Sin embargo, el valor hedonista de la práctica deportiva sólo puede darse en unas condiciones en las que se cree un ambiente favorable, con gran interacción de todos los elementos de la práctica, y con situaciones significativas

La autora coincide con los tres valores fundamentales citados por el autor anterior (agonístico, lúdico y hedonístico); dado que para alcanzar el éxito en cualquier modalidad deportiva estos deben de estar presentes. Por otra parte, en el proceso de formación inicial es necesario tener en cuenta los aspectos biológicos, psicológicos, sociales, políticos, ideológicos, históricos y pedagógicos ya que estos determinan el desarrollo del Atletismo en las diferentes áreas deportivas existentes.

Uno de los medios más eficaces para el desarrollo del organismo infantil son los juegos (Marchesi, Palacios, & Coll, 2017; Moore, 2017). Los juegos deportivos constituyen un medio para el desarrollo de la preparación orgánica de las niñas en el Atletismo (Holt, 2016). A través de estos se enfatizará en la multilateralidad de las acciones donde se manifiestan las diferentes capacidades (resistencia, velocidad y fuerza), en dependencia de la duración en las acciones y la intensidad en el ritmo. Varios autores coinciden

en el planteamiento anterior (Sánchez & Ramírez, 1999). En su publicación sobre el desarrollo de la competencia deportiva escolar, el autor antes señalado añade el factor social, como determinante en las relaciones interpersonales que inciden en el rendimiento escolar, un factor que suele potenciarse incluso a través del deporte, tal y como se evidencia en otras obras (Bonifaz, y otros, 2017; Cárdenas, Zamora, & Calero, 2016).

## **2.2. CONSIDERACIONES BÁSICAS SOBRE LA INICIACIÓN DEL ATLETISMO**

Las orientaciones metodológicas para el programa de enseñanza en el Atletismo se ponen de manifiesto a un nivel de desarrollo superior las habilidades motrices básicas (correr, saltar, lanzar), un aspecto evaluado en diferentes etapas y para diferentes fines (Guevara & Calero, 2017), aunque enfatizándose en la enseñanza preescolar, primaria y media básica para que el alumno consolide el hábito motriz (Essa, 2012).

Pero como deporte requiere del cumplimiento de ciertas exigencias técnicas y de reglas establecidas para cada evento (Sant, 2005). Aunque en este programa, aparecen distribuidas las sub unidades a tratar con sus diferentes temáticas, el profesor al realizar su diagnóstico de inicio del curso, puede aumentar o disminuir las distancias en las carreras o acometer la enseñanza de los saltos o los lanzamientos hasta cumplir con los objetivos propuestos.

Además, de no poder impartir un evento, puede sustituirlo por otro, siempre que tenga en cuenta las condiciones materiales (medios de enseñanza) y condiciones de áreas. Los juegos con sus diversos tipos y variantes que se puedan aplicar son de gran importancia para el cumplimiento

del programa, ya que de por sí, la propia actividad de juegos, propicia la confrontación y competencia entre los estudiantes dando por resultado una mayor motivación y participación en las clases.

El entrenador del área deportiva evalúa sistemáticamente, mediante el test que aplica a sus atletas mensualmente, en qué medida crece el resultado en la rapidez, la resistencia, y en particular su técnica. Debe detectar los atletas que demuestran un incremento sistemático de estos elementos (Yalama, Velasco, & Zambrano, 2017), por encima del resto del grupo. Para evaluar el programa establecen pruebas técnicas y físicas.

### **2.3. ETAPAS PARA LA PREPARACIÓN TEMPRANA EN ATLETISMO**

- 1) **Adaptación funcional:** Se familiariza al atleta con el proceso de iniciación, se le aplica un grupo de controles que le aportan al entrenador elementos sustanciosos para el desarrollo del programa, así como el inicio del trabajo multilateral.
- 2) **Formación multilateral:** En este momento es donde se profundiza en cada uno de los indicadores, donde obtendrán su acento con el fin de tributar elementos muy importantes para las próximas actividades a desarrollar. Enfatizando en el trabajo de capacidades motoras y la técnicas.
- 3) **Consolidación del fondo de habilidades y hábitos:** En esta tendencia se valoran los índices alcanzados durante el proceso desarrollado, culminando con la competencia fundamental, poniéndose de manifiesto el conocimiento de las habilidades técnicas desarrollada por los practicantes durante el proceso.

- 4) **Profundización de los hábitos:** Partiendo de que la culminación de este proceso no es precisamente la competencia fundamental, y donde aún quedan varias semanas por trabajar la interrogante es ¿qué realizar en este tiempo? Tomando como punto de partida las dificultades presentadas por los atletas tanto en la parte física como en la técnica, se realizará una profundización de estas imprecisiones, además de desarrollar varias competiciones (de 3 a 4), las que se realizarán internamente en la provincia, recomendando la utilización de elementos físico- técnico combinados que motiven al atleta en su dedicación por el deporte.

En 1976 el Dr.C. Hermenegildo Pila crea en el municipio La Lisa, en Ciudad de la Habana, el “Centro Experimental de Desarrollo Atlético “Manuel Permuy” (Pérez & Pila, 2011), primera experiencia en seleccionar Talentos para la Iniciación Deportiva en Cuba, utilizando Indicadores del percentil 97 en estatura de la Investigación de Crecimiento y Desarrollo realizada por el Dr.C. José Ramón Jordán, quien fuera asesor directo en la experiencia, y además le fueron incorporados elementos de evaluación en capacidades motrices; esta experiencia fue evaluada y publicada en el libro “Experiencias de un Método para la Preparación de Atletas “, publicado en 1985 por la editorial Ciencias Médicas (Alonso & Pila, 1985).

Pila (1986) estableció normas para la orientación deportiva de los niños y jóvenes cubanos como continuidad de la experiencia que comenzara en 1976 (Pila, 1989), en esta oportunidad y basándose en el primero de los tres estudios nacionales realizados para el establecimiento de normas para evaluar la eficiencia física de la población cubana; crea un sistema que se aplicó nacionalmente por el Sistema de Educación Física y Deportes , se trata

de las normas conocidas como “Sistema del 90 Percentil para la Selección de Talentos” a partir de las capacidades motrices. Actualmente se aplican nuevas normativas para evaluar los niveles de Eficiencia Física en la educación.

Esta experiencia del Pila fue desarrollada en la República de Nicaragua en 1985 y en México en la década del 90, por lo cual el autor cree que mucho de su contenido puede ser útil en la presente investigación, dado que Pila ceró las normas Nicaragüenses y Mexicanas para evaluar la Eficiencia Física y Seleccionar Talentos a través de un estudio de dimensiones nacionales, enfatizando en el estudio de México, lugar donde se desarrolló la mayor investigación conocida en el campo del establecimiento de normas ,con un diseño muestral de 160 263 sujetos medidos en las edades de 6 y hasta 18 años, de ésta experiencia quedó publicado por la editorial Supernova de México, un libro en el año 2000 titulado “Método y Normas para Evaluar la Preparación Física y Seleccionar Talentos Deportivos”, en esta oportunidad además de las normas del 90 Percentil para las capacidades motrices, se presentaron tablas y pruebas propias para evaluar la iniciación en cada deporte particularmente .

Vázquez Martí M. realizó el último muestreo nacional de Cuba con una muestra nacional 49,988 sujetos, con el cual se confeccionaron las Normas de Eficiencia Física y la Tabla de selección de Talentos del año 2000, estudio donde se incluyó además las tracciones en la barra horizontal para la medición de la resistencia a la fuerza de las extremidades superiores, sustituyendo a las tradicionales planchas y se modificaron las pruebas de resistencia general aerobia, incluyendo los 1000 metros para ambos sexos a partir de los 12 años. Estas Normas de Eficiencia Física fueron derogadas por las establecidas para el Sistema de Educación desde el año 2009 hasta el 2012 estarán vigentes.



Las Normas de Eficiencia Física actuales y la Tabla de selección de Talentos permiten contar con una herramienta para elaborar criterios de diagnóstico de las niñas que se captan en las escuelas, aunque se debe destacar que dada las condiciones con que se realizan estas pruebas en las escuelas no se garantiza el nivel de confiabilidad; por lo que una vez captada las niñas resulta importante agruparlas en el área deportiva donde sólo realicen juegos, flexibilidad durante dos meses (mayo y junio) al finalizar este periodo se le deben realizar las pruebas de Eficiencia Física; lo que permitirá conocer el nivel real de cada una de las niñas; esta acción nos proporciona comenzar el programa en septiembre con un acercamiento a la realidad de cada sujeto. Y por otro lado se familiariza con el deporte y sus compañeras y compañeros.

Según Hahn el Talento es una aptitud acentuada en una dirección que supera la medida normal, que todavía no está desarrollada completamente (Hahn, 1988). Por Talento deportivo se entiende la disposición en el caso normal de que pueda y quiera lograr los rendimientos altos en el campo del deporte. Los aspectos que influyen en el Talento deportivo son:

- 1) Requisitos antropométricos, la talla, el peso, la proporción entre el tejido muscular y grasa, centro de gravedad corpóreo, la armonía entre las proporciones, etc.
- 2) Características físicas: el aeróbico y la resistencia anaerobia, velocidad de reacción y de movimiento, resistencia-velocidad, fuerza estática y dinámica, fuerza de la resistencia, flexibilidad, la coordinación entre los movimientos, etc.,
- 3) Condiciones tecnomotrices: el equilibrio, la percepción espacial y de distancia, sensibilidad para la pelota y acústica, musicalidad, capacidades expresivas, rítmico y de resbalar, etc.

- 4) La capacidad de aprendizaje: entendiendo, capacidades de la observación y análisis, velocidad de aprendizaje.
- 5) La predisposición para el rendimiento, diligencia en el entrenamiento, disposición para el esfuerzo corpóreo, perseverancia, la aceptación de la frustración.
- 6) La dirección cognoscitiva: la concentración, inteligencia motriz, creatividad y capacidades tácticas.
- 7) Los factores afectivos: la estabilidad psíquica, superación de la tensión, la disposición para la competición, etc.
- 8) La condición social: la percepción de un papel, la superación dentro de un equipo.

Hahn (1988), también cita que podremos distinguir tres formas de Talento: talento motriz general, talento deportivo y talento deportivo específico.

- 1) **Talento motriz general** – que se observa en los niños(as) en el hecho de que aprenden más fácil, más rápidamente y con mayor seguridad los movimientos, y que poseen un repertorio de movimientos amplio.
- 2) **Talento deportivo** – que aporta una disposición por encima del promedio de someterse a un programa de entrenamiento deportivo para conseguir éxitos deportivos.

Talento deportivo específico para un deporte – que conlleva los requisitos físicos y psíquicos para poder alcanzar rendimientos extraordinarios.

El objetivo principal de un sistema de selección deportiva es la detección, selección y seguimiento de aquellos individuos con aptitudes para la

práctica de un deporte específico, a partir de la influencia de un proceso bien estructurado.

Un sistema de selección deportiva, adquiere una gran importancia en muchos aspectos, esencialmente porque se evita que sean seleccionados niños que no reúnan los requisitos para un deporte determinado y que sus resultados no satisfactorios, le produzcan sensación de fracaso y rechacen cualquier otro deporte, en el cual pudieran cumplir con los requisitos.

Moraes refiere en su publicación que talento en Atletismo es aquel niño, adolescente o joven, que posee habilidades naturales para el atletismo, por encima de la población de sus similares en edad (Moraes & Romero, 2005). Explica que Zatsiorski, V.M. (1989) en su libro *Metrología Deportiva* (Zatsiorsky, 1989), que el talento deportivo se caracteriza por determinada combinación de las capacidades motoras y psicológicas, así como de las aptitudes anátomo-fisiológicas que crea, en conjunto, la posibilidad potencial para el logro de altos resultados deportivos en un deporte concreto.

Según Pila (2000) Talento en el ser humano es toda conducta supranormal ó sobresaliente en las manifestaciones de éste como ser social, ya sea en el arte, la cultura, las ciencias ó el deporte. Por ello, es importante cuantificar indicadores específicos que influyen a corto, mediano o largo plazo en la selección deportiva, como suelen ser los físicos (Flores E. , Calero, Arancibia, & García, 2014a; Flores E. , Calero, Arancibia, & García, 2014b; Romero, Bacallao, Ponce, Chávez , & Vaca, 2014), aspecto esencial para el atletismo. (Altamirano, Trujillo, Tocto, & Romero, 2015)Romero, 2003b).

La detección de un talento es un proceso excesivamente complejo, que se descubre en el tiempo y no instantáneamente. Por eso en la práctica, es

mejor utilizar el término "posible talento", para evitar ser absoluto. Sin embargo, el término talento refiere habilidades por encima de la media poblacional, por lo que, al decir del Dr. Pila es talento en preparación física aquel que posee habilidades, capacidades por encima de la población normal.

El autor asume el criterio de ambos autores en relación con la selección del método de los percentiles y en la necesidad de normar el desempeño atlético, para evitar un exceso de la preparación, más allá de la optimización por edades, del grado de desarrollo de los sistemas que garantizan la energética del deportista.

Es criterio de la autora emplear el término selección masiva, al coincidir con lo planteado por el autor Moraes (2009), dado que el entrenador deportivo tiene más posibilidades de evaluar quienes son talentos para determinadas actividades, cuales se aproximan a serlo y con un trabajo sistemático cuales llegan a convertirse en un talento real.

Como se conoce, los deportes están clasificados en cuatro grandes grupos, en el caso de esta investigación se trata de: Atletismo dado que es un deporte de resistencia y fuerza rápida.

Este deporte requiere, para su desarrollo de algunas capacidades motrices que constituyen la base sobre la que se edifica toda la preparación del deportista en la etapa de iniciación.

Esta fase, es la que determina inicialmente las aptitudes de los alumnos valorados potencialmente en capacidades motrices, para encaminarlos una vez clasificados, hacia la enseñanza y entrenamiento. Al aplicar la metodología de clasificación se puede determinar el percentil ó el nivel de Eficiencia Física

donde se ubica la niña evaluada; lo que permite conocer si realmente se trata de un posible talento.

Triana Monteagudo. Refiere en su publicación que la Identificación de Talentos, según Léger (1986) consiste en predecir si un joven podrá desarrollar el potencial de adaptación al entrenamiento y su capacidad de aprendizaje técnico para emprender las posteriores etapas de entrenamiento (Leger, 1986). Por su parte, Salmela y Régnier (1983) definen la Detección de Talentos como una predicción a largo plazo en cuanto a las posibilidades de que un individuo posea las capacidades y los atributos necesarios para alcanzar un nivel de formación dado en un deporte determinado (Salmela & Regnier, 1983), diferenciando este concepto de la selección en la que la predicción es a corto plazo.

La Selección del Talento se entendería como una operación reposando sobre una predicción a corto plazo en cuanto a las posibilidades de que un sujeto dado en el seno de un grupo de atletas posea atributos, el nivel de aprendizaje, el entrenamiento y la madurez necesarias para realizar una mejor formación que el resto de los miembros del grupo en un futuro inmediato.

Plantea el autor que efectuó la medición en mayo de 2005, correspondiente a la etapa de evaluaciones de las pruebas de Eficiencia Física en las escuelas.

Las pruebas se realizaron con el siguiente orden:

- 1) Día primero:
  - Planchas

- Abdominales
- 60 mts/planos
- 30 metros volantes

2) Día segundo:

- Salto largo s/imp.
- Salto largo c/carrera
- Lanzamiento de la pelota

3) Día tercero:

- Salto de altura
- 800 metros planos

En todos los casos refiere el investigador que estuvo presente, con el fin de lograr una mayor confiabilidad de los resultados. Expresa que los resultados obtenidos de las pruebas aplicadas a las niñas de 10 de un total de 10; solo una cumplió con la evaluación establecida para estar dentro de los posibles talentos. En relación con las niñas de 11 años de un total de 10, 2 obtuvieron una evaluación de bien quedando dentro de las seleccionadas.

Aunque es el primer trabajo que aparece en la literatura revisada sobre la selección de talentos específicamente en el sexo femenino (10 a 11 años), las pruebas realizadas son excesivas y tres de ellas muy complejas, las cuales requieren de un entrenamiento específicos para estos eventos (salto alto, salto largo con carrera de impulso y lanzamiento de la pelota). Por otra parte, las mismas no se ajustan al nivel de las niñas dado que según el autor tomó como muestra a las 20 niñas más destacadas de las pruebas de Eficiencia Física aplicada.

¿Por qué un programa y no un plan de entrenamiento?

El fundamento hay que buscarlo en los propósitos del entrenamiento y de las competencias para este período. Para la Formación Inicial Multilateral la competencia es un medio del entrenamiento y no un fin en sí, es decir, que el logro de una marca deportiva no puede superar los objetivos del programa, no debe ser nunca la tendencia de la formación, pues a la sociedad le interesa, sobre todo, que el niño aprenda a realizar el Atletismo, que se prepare físicamente bien, que desarrolle sus habilidades naturales, por encima de cualquier marca deportiva. Ello, como es lógico.

no quiere decir que el niño no compita, que no logre determinado rendimiento, sino que al desarrollo de una rica escuela de movimientos estará supeditado todo el proceso de enseñanza, sobre la base de la demostración de una amplia preparación multilateral. De las explicaciones que da Castañeda (López, 2005), se pueden concretar las siguientes características del proceso de iniciación deportiva:

Los métodos principales que puede ser utilizado en estas edades para el desarrollo de la resistencia estarán centrados en los Juegos y las carreras continuas a ritmos uniformes y variados (cross ó carrera campestre). No obstante, los juegos, en sus múltiples variantes tendrán el peso fundamental.

El sistema de evaluación se enfoca hacia la comprobación de los objetivos generales del programa y particulares de los escalones de trabajo. Permite evaluar tanto el proceso como el resultado de la aplicación del programa.

El entrenador del área deportiva evalúa, mediante un grupo de pruebas

el nivel físico y técnico. Los elementos fundamentales del sistema de evaluación son: Las pruebas físicas y las pruebas técnicas en correspondencia con la etapas en que se encuentre el niño (a).

#### **2.4. PRUEBAS DE VALORACIÓN DEL RENDIMIENTO HABITUALES PARA EL ATLETISMO DE INICIACIÓN**

Las pruebas físicas básicas son:

- 1) Planchas (Apoyo mixto al frente). Posibilita conocer el nivel de fuerza de brazos
- 2) 30 m lanzados o volantes. Permite evaluar el nivel de velocidad pura
- 3) Salto de longitud sin carrera de impulso. Evaluar el nivel de la fuerza explosiva con tendencia horizontal
- 4) Abdominales en 30 segundos. Conocer el nivel de fuerza abdominal.
- 5) 40 m con salida baja. Intenta valorar la velocidad del practicante
- 6) Lanzamiento de la Pelota de Béisbol de cinco onzas. Conocer la potencia de brazo del practicante
- 7) Salto de longitud con carrera de impulso. Nivel de fuerza explosiva Salto de Altura (Técnica Tijera). Confirma el nivel de fuerza explosiva Carrera de 1000m (F y M). Valorar el nivel de resistencia anaerobia-aerobia

Las pruebas técnicas básicas empleadas son:

- 1) Carrera Elevando Muslos.
- 2) Posición correcta de la Arrancada Baja
- 3) Utilización de los Pasos transitorios durante la carrera



- 4) Carrera con despegue cada tres pasos (15 metros).
- 5) Lanzamiento de la Pelota de Béisbol (5 onzas)

Como se puede observar el programa contiene una evaluación multilateral.

Romero Frómata (2003) en su publicación plantea que la evaluación por el número de medallas y finalistas conduce al llamado campeonismo, tan perjudicial para el niño ó adolescente que se inicia en el Atletismo (Romero, 2003). Se genera así la principal contradicción en la formación del atleta principiante: la contradicción entre la evaluación del entrenador por las medallas que obtienen sus atletas ó el lugar que ocupan en las competencias y no por los resultados óptimos que éstos alcanzan.

El análisis detallado de esta contradicción surge, entre otros, porque están en juego 3 medallas y cientos de miles de deportistas aspiran a ellas. Pero en cada etapa de su formación, la preparación adquiere rasgos y principios particulares, que no deben ser violados y que se violan por la consecución, a toda costa, de la medalla.

El entrenamiento es extremadamente especializado en etapas donde debiera ser multilateral y como consecuencia, surgen marcas relevantes para la edad. Así ocurre con todos los atletas en su iniciación, que son falsamente entrenados, que tienen como acicate el campeonismo y que al poco tiempo desaparecen de la arena competitiva.

Es paradójico que aquellos entrenadores que los prepararon, fueron evaluados de excelentes, porque, en esa contradicción, lamentablemente, se considera buen entrenador el de más medalla.

Sobre este problema se han referido diversos autores. Volkov y Filin (1989) dicen al respecto que “existen ideas acerca de que los altos éxitos deportivos en la edad infantil y juvenil son una garantía rigurosa de elevados éxitos deportivos en el futuro...se demuestra que uno o dos años después de haberse rebasado la edad infantil-juvenil, entre los 25 mejores predominan los deportistas que a la edad infantil - juvenil no habían figurado entre los diez mejores”. Los mejores deportistas adultos no fueron los mejores a la edad infantil-juvenil.

No podemos tomar como punto de referencias a los medallistas infantiles sino a aquellos atletas que logran marcas óptimas para su edad. En un informe final de una investigación con atletas principiantes en Atletismo, se concluía que “la tendencia unilateral del entrenamiento era una de las principales causas, que matizaban negativamente toda la formación de la reserva desde el inicio de la especialización inicial en atletismo” (Romero, 2003).

En dicho informe se expresa que la oportunidad de intercambiar con entrenadores de Atletismo del país y de Colombia, México, Venezuela, Perú, Argentina, Puerto Rico, Santo Domingo, Chile, Brasil, entre otros, que trabajaban con atletas principiantes, es criterio unánime, que esa contradicción afecta enormemente la consecución de resultados óptimos en el atletismo de sus países, pues ellos comentan, que mientras se evalúe el desempeño del atleta, y de los entrenadores, por el lugar que obtienen en las competencias, tanto unos como otros trabajarán en pos de obtener, a toda costa, uno de los primeros lugares. (Romero, 2003). El autor mencionado refiere en su publicación *Iniciación Deportiva contra el campeonismo* que la concepción de ganar en el Atletismo de iniciación, conlleva que algunos entrenadores de iniciación atlética no responden con la necesaria

responsabilidad, a su función formativa del talento en el niño y el adolescente, para una fructífera carrera deportiva en las edades de la etapa del alto rendimiento. A esos entrenadores se les denomina campeonistas; los cuales son contrarios a los entrenadores de pensamiento formativo, quienes si responden a los verdaderos objetivos de preparación a largo plazo del talento atlético.

Seguidamente refiere que verdaderos ganadores son los entrenadores de pensamiento formativo, pues ganan talentos para el atletismo de hoy y de los años venideros (Lledó, 2009; Sivila , 2013; Barrios, 2012; Rodríguez, Domínguez, & Utria, 2014). Esa es la esencia de este artículo, reconocer y esclarecer que es un verdadero entrenador, ganador en el Atletismo de Iniciación.

Los entrenadores campeonistas deben tener presente, que si los niños y adolescentes tuviesen que responder, respecto a su salud, psiquis, alegría, bienestar, y hasta a sus sueños y futuro. Entre la alternativa de ganar competencias destruyendo su porvenir en las pistas, o un camino más largo por andar y disfrutar aun cuando no fuesen prematuros campeones, la respuesta sería: “Nosotros, los atletas infantiles, preferimos divertirnos más, y ganar competencias si es posible ganarlas; pero sin sacrificar lo más esencial:” El futuro”. Todos lo referente a salud, psiquis, alegría, bienestar, sueños y futuro de los niños son los que el entrenador tiene el deber de cuidar

Muñiz Sanabria A. en el artículo publicado “Escuchando el cuerpo y la mente de los atletas infantiles. Tres ideas para el entrenamiento de calidad”; En el artículo aborda la temática de las exigencias ético-pedagógicas que debe conocer y respetar el entrenador para preparar a los niños y niñas que practican Atletismo. (Muñiz, 2010)

El tema es desarrollado desde la interpretación –intentando un carácter poético– de lo que dirían el cuerpo y la mente en palabras, para reclamar la sensibilidad de los entrenadores sobre el cuidado de la integridad física y emocional que los infantes necesitan. El tema se sintetiza en tres ideas fundamentales:

- 1) Los niños y niñas tienen que ser vistos como tales y no como materia prima de ambiciones profesionales.
- 2) La inmadurez biológica y psicológica son el sustento inviolable para el entrenamiento atlético infantil responsable y adecuado.
- 3) Integridad física y mental y la incentivación creciente de la motivación por la práctica del atletismo constituyen objetivos paralelos del proceso atlético. En las conclusiones precisa que el entrenador de atletas infantiles tiene que comprender que es primordial poseer como una gran virtud la sensibilidad del saber que trabajar con niños, además de conocimientos, lleva mucho corazón.

Lamentablemente, aunque se ha abordado con profundidad el tema del campeonismo y el entrenamiento unilateral con los atletas infantiles, aún no se ha erradicado totalmente este mal e inclusive los padres sienten satisfacción cuando perciben que el profesor deportivo entrena a su niño con el rigor de un adulto con vista a que ganen medallas en las competiciones infantiles, un aspecto que además de generar rechazo deportivo a mediano plazo, también implica lesiones prematuras y posible sobreentrenamiento, sobre todo psíquico.

Sánchez Acosta M plantea en su libro que la iniciación deportiva debe realizarse de forma paulatina y en concordancia con las necesidades y posibilidades de los niños.

Regularmente se comienza con prácticas simples y diversas; es decir, juegos y situaciones que conduzcan de manera progresiva al aumento de una complejidad que condicione la práctica deportiva definitiva. Hay que procurar que los niños no se especialicen con premura.

La iniciación deportiva promueve el desarrollo de capacidades, habilidades, destrezas básicas, conocimientos, motivaciones y actitudes, las que contribuyen a que los niños se desenvuelvan en uno y más deportes, facilitando un proceso de socialización es importante que los pedagogos los estimulen hacia un aprendizaje básico y esencial; tomando siempre en consideración las características psicológicas y morfo- funcionales del desarrollo infantil.

Hay que tener cuidado con la especialización precoz, pues es aquella que resulta ser una especialización anticipada, donde aún no hay maduración biológica y psicológica adecuadas para esa verticalización deportiva tan temprana, convirtiéndose la misma en una agresión al desarrollo infantil, violentando de esta manera el desarrollo del posible talento.

Las consecuencias pueden ser diversas, como son los problemas de orden físico, tales como: los óseos, articulares, musculares, circulatorios y cardiovasculares. Por otro lado, también los de carácter psicológico, estando particularmente vinculados con; la ansiedad, el estrés, la frustración y los problemas de integración social.

## **2.5. LA FAMILIA Y SU INFLUENCIA EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE NIÑOS Y NIÑAS**

Las psicólogas Domínguez González M, Suárez Rodríguez M. Casariego Tosar C. Plantean que en la iniciación deportiva la familia tiene un peso grande en los motivos iniciales de los niños(as) al comenzar a practicar el deporte, en muchos casos realiza el primer acercamiento del niño ó la niña al deporte (Domínguez, Suárez, & Casariego, 2007).

La Influencia Inicial de la familia al vincular el niño o la niña al deporte transita desde continuar con una tradición familiar ó de amigos de práctica deportiva, aprovechar la cercanía de la instalación, fomentar en los hijos el aprovechamiento útil del tiempo libre, lograr un desarrollo físico adecuado, satisfacer expectativas y aspiraciones no realizadas por ellos mismos, aprovechar las potencialidades de los hijos para convertirse en grandes campeones hasta encontrar un medio sano.

Es la familia la encargada principalmente de formar valores importantes para la actividad deportiva como es el colectivismo, la solidaridad, la honestidad, la identidad, la modestia, el patriotismo entre otros. Los padres contribuyen a fortalecer la autoestima del deportista. Por todas estas razones la familia necesita entrenarse para cumplir adecuadamente su papel en la formación y desarrollo del deportista. (Suárez, Domínguez , & Casariego, 2007)

Garzarelli J. En su publicación sobre deporte y psicología refiere si bien no encontramos sistematizados, por lo menos hasta el momento, estudios que comprueben la íntima relación entre los aspectos evolutivos del niño y la salud, es fácilmente observable que aquellos niños que practican

deportes adecuados a sus posibilidades, tienen un mejor nivel de salud tanto física como psíquica.

El deporte asimismo permite la integración de los dos sexos. El ingreso de la mujer a mayor cantidad de deportes es de relativa reciente aparición. Obviamente que muchas cosas han cambiado durante este siglo. La necesaria independencia femenina ha dado sus frutos en varios órdenes sociales y el deporte no se ha sustraído a esta modificación ideológica. La modificación de los sistemas educativos con la integración de mujeres y hombres en los niveles primarios, secundarios y universitarios ha contribuido notablemente a este proceso.

Por otro lado, el deporte enseñado en forma paulatina permite no solo el desarrollo armónico de lo físico y de la mente sino que puede actuar como un organizador de las facultades sociales y sexuales tanto en lo estructural como en lo evolutivo.

Y esto es así, ya que el deporte permite investigar las propias posibilidades y recursos en un amplio espectro. Los psicólogos exponen claramente la influencia de la familia en la iniciación deportiva (Latorre, y otros, 2009; Romero Granados, Garrido Guzmán, & Zagalaz Sánchez, 2009), y la importancia del deporte en los niños/as, dado que promueve el desarrollo de capacidades, habilidades, destrezas básicas, conocimientos, motivaciones y actitudes, las que contribuyen a que los niños se desenvuelvan en uno y más deportes, facilitando un proceso de socialización. También está demostrado que aquellos niños/as aquejado de asma al comenzar la práctica deportiva luego de varios meses las crisis disminuyen; aspecto este que tanto niños/as y familia están conscientes de lo favorable que resulta la práctica del deporte para mejorar la salud.

En julio de 2002, el Secretario General de las Naciones Unidas encomendó a un Grupo de Trabajo Interinstitucional la evaluación de las actividades relacionadas con los deportes en el sistema de las Naciones Unidas. Con amplia experiencia en el tema del deporte. (Unicef, 2004)

Varios meses después, el Grupo de Trabajo produjo el informe Deporte para el Desarrollo y la paz. Hacia el Cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo del Milenio.

La conclusión de ese informe es que el deporte –desde el juego y la actividad física hasta el deporte organizado y competitivo– es una herramienta poderosa y rentable para avanzar hacia los Objetivos de Desarrollo para el Milenio,

Por último, los deportes tienen la capacidad de incentivar la participación de la familia y la comunidad en la educación. Los padres y madres pueden convertirse en agentes activos de la educación de sus hijos asistiendo a los eventos deportivos. Son actividades complementarias que buscan relacionar el deporte y la recreación con la higiene, la preparación para la vida activa, la prevención del VIH y el desarrollo de valores sociales.

En todos los países del mundo, el deporte, la recreación y el juego influyen positivamente en la salud física y mental, tal y como se menciona con anterioridad. Por ello, la UNICEF aprovecha el potencial del deporte, la recreación y el juego dentro de sus programas en diversos países. En la actualidad, está formando alianzas con todos los sectores de la sociedad, desde los gobiernos hasta el mundo deportivo y la sociedad civil, con el fin de promover el acceso de los niños y las niñas a los campos deportivos y



darles a conocer tanto a ellos como a sus familias los beneficios de la actividad física.

Al analizar la valoración que hace la UNICEF del deporte como una herramienta potencialmente útil, por la posibilidad que permite de promover el acceso de los niños y las niñas a los campos deportivos donde se le da a conocer tanto a ellos como a sus familias los beneficios de la práctica del deporte; así como la influencia positiva para la salud física y mental. Esas actividades enseñan importantes lecciones sobre el respeto, la capacidad de liderazgo y la colaboración.

Tomando en consideración lo expresado en las páginas anteriores, es que pretendemos analizar las características del Sistema de Acciones para contribuir, a partir de los resultados que pueden obtener las niñas, a la mejor comprensión de los padres para incrementar la iniciación y permanencia de las niñas en el Atletismo infantil de la comunidad.

## CAPÍTULO III

### ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

#### 3.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA ENCUESTA IMPLEMENTADA A LAS ATLETAS

Los resultados de la encuesta aplicada a las atletas se valoran a continuación:

**Tabla 1**

*Edad por rangos etarios*

| No | 8 años | 9 años | 10 años | 11 años | Total |
|----|--------|--------|---------|---------|-------|
| FA | 5      | 8      | 10      | 7       | 30    |
| FP | 16,67% | 26,67% | 33,33%  | 23,33%  |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a las deportistas de F.D.L

Según se establece en la tabla 1, los rangos estarios de la investigación se establecieron entre los 8-11 años de edad, siendo el 16,67% los comprendidos en los 8 años en términos e Frecuencia Porcentual (FP) con cinco sujetos como Frecuencia Absoluta. La cantidad de estudiados comprendidos en los 9 años suman 8 sujetos (16,67%), en los comprendidos en los 10 años se estudiaron a 10 sujetos (33,33%), y los sujetos comprendidos en los 11 años se estudiaron a 7 posibles atletas (23,33%).

**Tabla 2***Afinidad por la actividad física practicada.*

| No | Se divierte | Desea tener nuevas amistades | Desea ser Deportista | Desea ser campeona en torneos | Desea mejorar su salud | Total |
|----|-------------|------------------------------|----------------------|-------------------------------|------------------------|-------|
| FA | 7           | 6                            | 13                   | 3                             | 1                      | 30    |
| PP | 33,33%      | 20,00%                       | 43,33%               | 10,00%                        | 3,33%                  |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a las deportistas de F.D.L

En términos de porcentajes, en siete sujetos estudiados (33,33%) existe la diversión en al instante de practicar actividad física especializada, mientras en que seis sujetos se denotó el deseo de tener nuevas amistades (20,00%), un aspecto que la actividad física suele favorecer. Para el caso del deseo de ser deportista, solamente trece sujetos respondieron que sí (43,33%), un porcentaje que a consideración de los autores es pequeño, por lo cual es necesario establecer a futuro estrategias de motivación. Para el caso del deseo de ser campeona en algún torneo, solamente se expresaron positivamente tres sujetos (10,00%), un aspecto a entender como positivo, dado que el campeonismo no es una motivación esencial en las edades tempranas estudiadas, aunque podría ser una fuerte motivación en la muestra pequeña señalada. En términos de obtención de salud, solamente una deportista señaló de idea (3,33%), aspecto que por lógica no debía existir en dichas edades, dado que los niños en edades tempranas no suelen pensar en dichos problemas, aunque la niña que boto por dicha opción tiene un sobrepeso, aunque dicha condición somatotípica suele ser importante para varias modalidades del atletismo, como lo es el lanzamiento de la bala.

**Tabla 3***Lo que más gusta de la práctica del atletismo.*

| No | Correr Velocidad | Pase de Vallas | Correr Resistencia | Jugar  | Salto Alto | Salto Largo | Total |
|----|------------------|----------------|--------------------|--------|------------|-------------|-------|
| FA | 8                | 4              | 4                  | 10     | 3          | 1           | 30    |
| PP | 26,66%           | 13,33%         | 13,33%             | 33,33% | 10,00%     | 3,33%       |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a las deportistas de F.D.L

Los porcentajes presentes en la tabla 3, evidencian cuáles son los gustos que poseen la atletas encuestadas por la práctica de atletismo, evidenciando que en la modalidad de Correr-Velocidad 8 sujetos estaban interesadas (26,66%), en la modalidad de Correr-Vallas, se interesaron 4 atletas (13,33%), en la modalidad de Correr-Resistencia se motivaron 4 sujetos (13,33%), para el caso del juego el porcentaje fue el mayor de todos con 10 atletas motivadas (33,33%), infiriendo que el método de juego es fundamental en la edad. Por otra parte, para el caso de la modalidad de Salto Alto, se interesaron solamente 3 sujetos (10%), y para el caso de la modalidad de Salto Largo se interesaron solamente una atleta (3,33%), infiriendo que para las modalidades de salto las motivaciones suelen ser menores en el rango etario estudiado.

**Tabla 4***Lo que menos gusta de la práctica de atletismo.*

| No | Correr Velocidad | Pase de vallas | Correr Resistencia | Jugar | Salto Alto | Salto Largo | Abd    | Total |
|----|------------------|----------------|--------------------|-------|------------|-------------|--------|-------|
| FA | 3                | 6              | 13                 | 0     | 3          | 2           | 3      | 30    |
| PP | 10,00%           | 20,00%         | 43,33%             | 0,00% | 10,00%     | 6,67%       | 10,00% |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a las deportistas de F.D.L

Para el caso de las actividades que menor gustaron a la muestra estudiada (Tabla 4), los porcentajes evidencia que el juego no posee problemas (0%), o sea a todos de alguna manera les gusta el juego, reforzando la idea expresada como parte del análisis de la tabla 3, de que el métodos de juego

debe priorizarse en el diseño de la preparación deportiva. El resto de los porcentajes se expresaron como factor de desmotivación en la práctica de la modalidad deportiva la especialidad de Correr-Velocidad, con 3 atletas que para nada les gusta dicha modalidad deportiva del atletismo (10%), para la modalidad de Correr-Vallas el porcentaje se estableció en 20,00% (6 sujetos), para el caso de la modalidad Correr-Resistencia el porcentaje de desmotivación es el más elevado (43,33%) existiendo en 13 sujetos de un total de 30 estudiados. Por otra parte, la desmotivación por el Salto Alto se estableció en el 10% (3 sujetos), y la desmotivación por el Salto Largo se estableció en el 6,67% de la muestra estudiada (2 sujetos). Para el caso de los abdominales (Abd), una variable incluida a última hora en la investigación, se estableció como factor de desmotivación en el 10,00% de la muestra (3 sujetos).

**Tabla 5**

*Temor a perder competiciones*

| No | SI    | NO     | Algunas Veces | Siempre | Total |
|----|-------|--------|---------------|---------|-------|
| FA | 0     | 24     | 4             | 2       | 30    |
| PP | 0,00% | 80,00% | 13,33%        | 6,67%   |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a las deportistas de F.D.L

En la respuestas sobre el temor a perder competiciones (Tabla 5), el 100 por ciento en sentido general evidenció la inexistencia de dicho indicador, por lo cual las 30 chicas determinaron en un cero por ciento (0%) la respuesta de Sí, infiriendo para la primera vuelta de la encuesta (antes de la competencia) la inexistencia de miedo. El 80% de la muestra estudiada evidenció con seguridad que No tiene miedo a las competiciones (24 sujetos) en la primera vuelta de la encuesta (antes de la competencia). Por otra parte, luego de competir se aplicó una segunda vuelta en la aplicación de la encuesta, determinándose que el 13,33% confeso que tenía algunas veces miedo (4 sujetos), y que el 6,67% (2 sujetos), estuvo con miedo, aspecto que como acciones como parte del proceso

de dirección del entrenamiento hay que tener presente para contrarrestar y evitar los problemas de rendimiento asociados.

**Tabla 6**

*Cuándo pierde en las competencias piensa:*

| No | No practicar más | Practicar más fuerte | Otros  | Total |
|----|------------------|----------------------|--------|-------|
| FA | 4                | 21                   | 5      | 30    |
| PP | 13,33%           | 70,00%               | 16,67% |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a las deportistas de F.D.L

Los pensamientos o acciones del comportamiento al finalizar una competencia al momento de perder o valorar la posibilidad de perder se evidencia en la tabla 6. Los resultados evidenciaron que el 13,33% (4 sujetos) no deseaban practicar más atletismo, mientras que el 21 casos (70%) sentían el deseo de practicar aún más para mejorar los resultados competitivos. Por otra parte, en 5 sujetos (16,67%) se evidenciaron otras causas aisladas, como la necesidad de obtener reconocimiento familiar, del entrenador y de amigos, indiferencia entre otras causas.

**Tabla 7**

*De las competencias y los test pedagógicos aplicados en el atletismo que no es de su agrado.*

| No | Velocidad 40m | Resistencia 1000m | Salto Alto Tijera | Salto Largo | Lanzamiento Balón | Correr Vallas | Total |
|----|---------------|-------------------|-------------------|-------------|-------------------|---------------|-------|
| FA | 3             | 21                | 3                 | 0           | 1                 | 2             | 30    |
| PP | 10,00%        | 70,00%            | 10,00%            | 0,00%       | 3,33%             | 6,67%         |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a las deportistas de F.D.L

De las competencias y los test pedagógicos aplicados en el atletismo que menos les gustan a la muestra estudiada el mayor porcentaje se determinó en el test de Resistencia de los 1000m, con un porcentaje del 70% (21 sujetos), dato que evidencia una aversión por la capacidad física de resistencia,

capacidad vital en muchas modalidades deportivas del atletismo, pero que deben potenciarse con diversas estrategias en las edades tempranas. Seguidamente, para el caso de los test de Velocidad (40m) y el test de Salto Alto en Tijeras, los porcentajes mostraron poco gusto en la muestra estudiada en un porcentaje para ambos del 10% (3 sujetos). Para el salto Largo no se evidenció desmotivación para su práctica (0%), para el caso del Lanzamiento del Balón solamente el 3,33% (1 sujeto) de la muestra estudiada mostró poco gusto en su ejecución, y para el test o modalidad competitiva de Correr con Vallas, solamente un porcentaje del 6,67% (2 sujetos) determinaron poco gusto por su ejecución.

Los datos reflejados en las tablas anteriores, como parte de la encuesta aplicada a la muestra de niñas deportistas estudiadas, permite aclarar algunas ideas sobre la selección deportiva en términos de individualidad, y sobre todo como aspecto a tener presente para el diseño de acciones de trabajo que permitan cumplimentar la hipótesis y objetivo trazado en la presente investigación.

### **3.2. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA ENCUESTA IMPLEMENTADA A LOS PADRES DE LAS ATLETAS**

Los resultados de la encuesta aplicada a las familias de las atletas se valoran a continuación:

**Tabla 7**

*Nivel de escolaridad de los padres encuestados*

| <b>No</b> | <b>Universitario</b> | <b>Medio Superior</b> | <b>Otros</b> | <b>Total</b> |
|-----------|----------------------|-----------------------|--------------|--------------|
| <b>FA</b> | 13                   | 27                    | 16           | <b>56</b>    |
| <b>PP</b> | 23,21%               | 48,21%                | 28,57%       |              |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de las deportistas

Sobre el nivel de escolaridad de los padres de las atletas estudiadas, la tabla 7 evidencia que el nivel universitario se encuentra en un 23,21% (13 sujetos) por ciento del total encuestado (56 padres), denotando el índice más bajo del nivel de escolaridad. Seguidamente, los niveles más altos por orden se establecen en el nivel Medio Superior con un 48,21% (27 sujetos), y en el nivel “Otros” con un porcentaje de 28,57% (16 sujetos). Lo anterior indica que el nivel de escolaridad suele ser bajo con respecto a otros países desarrollados e incluso del entorno geográfico cercano. El aspecto valorado con anterioridad es vital para el diseño de las acciones pertinentes que estén acordes a las necesidades a cumplimentar por cada clase social.

**Tabla 8**

*¿Trabajan?*

| No | SI     | NO     | Total |
|----|--------|--------|-------|
| FA | 37     | 19     | 56    |
| PP | 66,07% | 33,93% |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de las deportistas

La parte de la encuesta encargada de valorar los índices laborales de la familia se valoran en la tabla 8. Se evidencia que el 66,07% (37 sujetos) trabajan en diversos centros laborales, mientras que el 33,93% (19 sujetos) no trabajan, o son amas de casas.

**Tabla 9**

*Agrado de la familia por la práctica del atletismo por su deportista.*

| No | SI      | NO    | Total |
|----|---------|-------|-------|
| FA | 56      | 0     | 56    |
| PP | 100,00% | 0,00% |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de las deportistas



Sobre si a la familia le resultaba agradable que la deportista practicaría atletismo, la tabla 9 evidenció que el 100% de la muestra tenía interés por que su familiar practicaría el atletismo, indistintamente de modalidad deportiva seleccionada.

**Tabla 10**

*Lo qué más le agradaría que practicará su niña.*

| No | Atletismo | Baile  | Computación | idiomas | Artes<br>Marciales | Modelaje | Total |
|----|-----------|--------|-------------|---------|--------------------|----------|-------|
| FA | 41        | 9      | 6           | 4       | 0                  | 5        | 56    |
| PP | 73,21%    | 16,07% | 10,71%      | 7,14%   | 0,00%              | 8,93%    |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de las deportistas

Qué es lo que más le agradaría al familiar que practicará la atleta se evidencia en la tabla 10. El mayor porcentaje se evidenció en el propio atletismo con un 73,21% (41 sujetos) del total encuestado, aspecto que evidencia que la mayoría de los familiares están satisfechos con la práctica del deporte por parte de su familiar. Por otra parte, en términos de porcentajes los mayores valores se establecieron en el Baile como modalidad de recreación activa en esencial (16,07%: 6 sujetos), seguido por la computación (recreación pasiva) con un 10,71% (6 sujetos), el Modelaje con un 8,93% (5 sujetos), y finalizando por los Idiomas en un 7,14% (4 sujetos) del total de la muestra de familiares estudiados.

**Tabla 11**

*¿Han practicado algún deporte?*

| No | SI     | NO     | Total |
|----|--------|--------|-------|
| FA | 7      | 49     | 56    |
| PP | 12,50% | 87,50% |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de las deportistas

El estudio sobre si algún familiar de las atletas han practicado algún deporte durante su vida activa, la tabla 11 evidenció que un pequeño porcentaje determinó que Sí (12,5%: 7 sujetos), siendo la mayoría de los familiares ajenos en términos prácticos a la práctica deportiva, dado que un porcentaje abrumador fue determinado en la respuesta de NO, con un 87,5% (49 sujetos) del total de los familiares estudiados. Si bien no se evidencia en el presente estudio que los miembros familiares de las atletas en términos generales no posee una experiencia sistemática en la práctica deportiva, existe el consenso familiar de la importancia que en términos generales posee la actividad física, especialmente la práctica deportiva, tanto para aspectos relacionados con la salud, la educación física e intelectual, el uso correcto del tiempo libre, y el vínculo o relación del apoyo familiar en los gustos y preferencias de los integrantes más jóvenes del núcleo familiar.

**Tabla 12**

*Necesidad de rescatar la carga académica concerniente a la práctica deportiva en las escuelas ecuatorianas.*

| No | SI      | NO    | Total |
|----|---------|-------|-------|
| FA | 56      | 0     | 56    |
| PP | 100,00% | 0,00% |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de las deportistas

Sobre la necesidad que la familia valora en términos de rescatar la carga académica concerniente a la práctica deportiva en las escuelas ecuatorianas, existió un consejo total de los familiares encuestados por el Sí (100%), tal y como se evidencia en la tabla 12.

**Tabla 13***Valoración del deporte.*

| No | Útil Salud | Útil-Iniciación Deportiva | Útil-Formación Integral | Sin Importancia | Total |
|----|------------|---------------------------|-------------------------|-----------------|-------|
| FA | 11         | 24                        | 21                      | 0               | 56    |
| PP | 19,64%     | 42,86%                    | 37,50%                  | 0,00%           |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de las deportistas

La familia valora la práctica deportiva teniendo presente algunos indicadores demostrados en la literatura internacional (Tabla 13). Para el caso de la valoración de la relación de la práctica deportiva con la salud (Útil Salud), se evidenció que el 19,64% (11 sujetos) consideraba la realidad y necesidad de vincular a su familiar atleta en el deporte dado sus ventajas en brindar salud corporal y psicológica al deportista. Un 42,86% (2 sujetos) cree que la práctica temprana del deporte es útil para la iniciación deportiva y el alcance de altos rendimientos deportivos, mientras que un 37,5% (21 sujetos) de los familiares valora la importancia de la práctica deportiva en la formación integral de la persona. Por otra parte, ningún encuestado valoró la práctica deportiva como algo sin importancia (0%). El análisis de los datos antes mencionado, deduce de que a pesar de que un mayor porcentaje de los familiares no tenga educación superior, posee los conocimientos necesarios para considerar las ventajas implícitas de la práctica sistemáticas de actividad física y deportes, aspecto a potenciar por parte de los entrenadores, sobre todo para aquellos que tengan dudas al respecto.

**Tabla 14***Predisposición de apoyo a las chicas en la práctica del atletismo.*

| No | SI      | NO    | Total |
|----|---------|-------|-------|
| FA | 56      | 0     | 56    |
| PP | 100,00% | 0,00% |       |

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de las deportistas

Sobre la predisposición de los familiares para apoyar a las chicas en la práctica del atletismo, se coincidió en un 100% que Sí (56 Sujetos). Por lo cual, se evidencia un bajo freno familiar en la potenciación de la práctica deportiva en general, y en la práctica del atletismo en particular.

### **3.3. RESULTADOS DE LAS ENTREVISTAS INFORMALES A LOS FAMILIARES Y PROFESORES DE LAS ATLETAS**

- 1) Los profesores de educación física de las escuelas dieron su criterio de las niñas con potencialidades para el Atletismo, mostrando las niñas que se destacan en la Educación Física; proporcionando agilidad en cuanto a conocer de la existencia de las potencialidades de las niñas .
- 2) Las madres, fundamentalmente las que trabajan, plantearon que le resulta muy difícil poder llevar las niñas al área deportiva, teniendo temor de mandarlas solas por diversos motivos. Algunos familiares refieren afectaciones psicológicas de la menor por separación de los padres y plantearon que el deporte la ha ayudado.
- 3) En relación con la baja incorporación, los familiares manifestaron que existen factores que conspiran contra la práctica del deporte tales como: El horario docente, el volumen elevado de tareas y trabajos prácticos, no contar con una persona que pueda llevar la niña al deporte, entre otros.
- 4) Sobre las entrevista informales a profesores vinculados al proceso docente-educativo general de las chicas, al solicitarle su opinión en relación con su valoración y apoyo de las actividades Deportivas Recreativas en la escuela, los clubes deportivos, y el barrio, refirieron que resultaba interesante y que estarían en la mejor disposición de formar parte del equipo de trabajo , dado que en sus planes de trabajo ellos deben realizar actividades deportivas, con énfasis en fechas históricas, que estaban en la mejor disposición de apoyar para lograr la

realización de las mismas y que sí se trataba de la búsqueda de talentos para el atletismo lo valoran como interesante, que lo perciben como una buena opción que a nivel comunitario que se oferten Actividades Deportivas Recreativas y Culturales para todas las edades, de esta manera al realizarse en la propia comunidad de forma organizada, todos tienen oportunidades de participar incluyendo al núcleo familiar, al menos como espectador.

### 3.4. PRUEBAS DE VALORACIÓN DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO PARA EVALUAR EL RENDIMIENTO FÍSICO INICIAL

Las pruebas de valoración del rendimiento deportivo para las atletas que determinan el rendimiento inicial se listan en las tablas 15 y 16.

**Tabla 15**

*Grupo 1 de pruebas de valoración del rendimiento deportivo*

| No         | Edad        | Estatura      | N   | C                 | Rapidez 30m | N   | C                 | Salto Largo       | N   | C                 |
|------------|-------------|---------------|-----|-------------------|-------------|-----|-------------------|-------------------|-----|-------------------|
| <b>MAX</b> | 11          | 157           | 157 | SI                | 6           | 6,3 | SI                | 151               | 145 | SI                |
| <b>MIN</b> | 8           | 133           | 138 | NO                | 7,3         | 6,8 | NO                | 120               | 125 | NO                |
| <b>M</b>   | <b>9,63</b> | <b>140,13</b> |     | <b>10,00</b><br>% | <b>6,58</b> |     | <b>40,00</b><br>% | <b>134,4</b><br>3 |     | <b>20,00</b><br>% |

**FUENTE:** Pruebas de valoración aplicada a las deportistas de F.D.L

De los 30 sujetos estudiados, la tabla 15 especifica los resultados de las pruebas de valoración del rendimiento concernientes a la Estatura, la Rapidez y el Salto Largo sin Carrera de Impulso en conjunto con las normas o baremos que evalúan una estatura adecuada a los requerimientos internacionales (N), así como el cumplimiento o no de la misma (C).

Las medias o promedios obtenidos (M) establecieron para el caso de la estatura unos 1.40,13cm, para la media de edad entre los 8-11 años de 9,63,

cumplimentando la norma solamente el 10% de la muestra (3 sujetos). Por otra parte, la media de la muestra estudiada para el caso del Test de rapidez (30m) se estableció en 6:58sg, cumplimentando la norma solamente el 40% de la muestra (12 sujetos).

Para el caso de la prueba de Salto Largo sin Carrera de Impulso la media de la muestra estudiada se estableció en 134,43cm, cumpliendo las normativas exigidas para cada edad solamente el 20% de la muestra (6 sujetos).

Para el caso de las tres pruebas mencionadas con anterioridad los baremos establecidos fueron:

El percentil/ establecido para cada rango de edad para la estatura en centímetros es el siguiente:

- 1) 8 años 138cm
- 2) 9 años 145cm
- 3) 10 años 151.5cm
- 4) 11 años 157cm

El percentil establecido para cada rango de edad que delimita el rendimiento de la capacidad física rapidez (30m) es el siguiente:

- 1) 8 años 6.8sg
- 2) 9 años 6.5sg
- 3) 10 años 6.4sg
- 4) 11 años 6.3sg

Las normativas en centímetros establecidas para el primer nivel por rango de edad para la prueba de Salto Largo sin Carrera de Impulso son las siguientes:

- 1) 8 años: 125cm
- 2) 9 años: 137cm
- 3) 10 años: 138cm
- 4) 11 años: 145cm

El segundo grupo de pruebas de valoración del rendimiento deportivo aplicadas se valora en la tabla 16.

**Tabla 16**

*Grupo 2 de pruebas de valoración del rendimiento deportivo*

| No         | Edad        | Planchas     | N  | C          | Abd          | N  | C          | Resistencia |      |    |        |
|------------|-------------|--------------|----|------------|--------------|----|------------|-------------|------|----|--------|
|            |             |              |    |            |              |    |            | a           | N    | C  |        |
|            |             |              |    |            |              |    |            | 400m        |      |    |        |
| <b>MAX</b> | 11          | 22           | 18 | SI         | 29           | 26 | SI         | 1:55        | 2:03 | SI |        |
| <b>MIN</b> | 8           | 9            | 16 | NO         | 12           | 20 | NO         | 2:35        | 2:13 | NO |        |
| <b>T</b>   | <b>9,63</b> | <b>16,57</b> |    | 50,00<br>% | <b>20,33</b> |    | 23,33<br>% | <b>2:12</b> |      |    | 33,33% |

**FUENTE:** Pruebas de valoración aplicada a las deportistas de F.D.L

En los tres sujetos estudiados, la tabla 16 especifico las pruebas de Planchas o Lagartijas, la Prueba de Abdominales (Abd) y la Prueba de Resistencia en 400m, en conjunto con las normativas o baremos (N) establecidas al detalles en el próximo párrafo, así como el cumplimiento o no del mismo (C). Las medias del test de las Planchas se establecieron en 16,57 movimientos para el tiempo establecido, cumplimentando solamente el 50% de la muestra (15 sujetos), siendo este el valor más alto cumplimentado por las

atletas en comparación con el resto de las pruebas de valoración del rendimiento. Para el caso de la prueba de los abdominales, la media se estableció en 20,33 movimientos, cumplimentado exitosamente el test el 23,33% (7 sujetos) de la muestra, y para la prueba de valoración concerniente al test de la resistencia en 400m la media se estableció en 2:12min, cumplimentado la prueba solamente el 33,33% de la muestra (10 sujetos).

Para el caso de las tres pruebas mencionadas con anterioridad los baremos establecidos fueron:

La cantidad de planchas o lagartijas establecidas para el primer nivel por rango de edad es el siguiente:

- 1) 8 años: 16 movimientos
- 2) 9 y 10 años: 17 movimientos
- 3) 11 años: 18 movimientos.

La cantidad normada de abdominales (Abd) establecidos para el primer nivel por rango de edad son las siguientes:

- 1) 8 años: 20 movimientos
- 2) 9 años: 22 movimientos
- 3) 10 años: 23 movimientos
- 4) 11 años: 26 movimientos

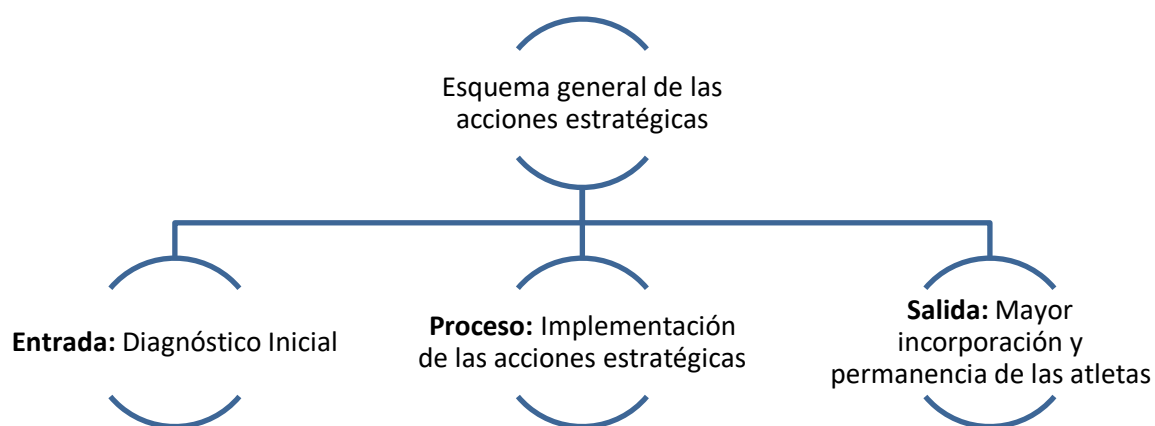
Los tiempos en minutos establecidos para el primer nivel de resistencia (400m) por rango de edad son los siguientes:

- 1) 8 años: 2:13min
- 2) 9 años: 2:10min
- 3) 10 y 11 años: 2:03min



### 3.5. ESQUEMA GENERAL DEL GRUPO DE ACCIONES ESTRATÉGICAS PARA DISMINUIR LA DESERCIÓN DEPORTIVA EN EL ATLETISMO FEMENINO DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE LOJA

En la figura 1 se evidencia el esquema general para el diseño de las acciones estratégicas para disminuir la deserción deportiva en el atletismo femenino de la Federación Deportiva de Loja.



**Figura 1** Esquema general para el diseño de las acciones estratégicas para disminuir la deserción deportiva

### **3.6. GRUPO DE ACCIONES PARA INCREMENTAR LA CAPTACIÓN DE DEPORTISTAS DEL SEXO FEMENINO EN EL ATLETISMO Y LA PERMANENCIA EN LOS ENTRENAMIENTOS.**

- 1) Coordinación con las organizaciones escolares y familiares de la comunidad, para de conjunto establecer acciones que permitan garantizar la ejecución de actividades deportivas recreativas en la comunidad, cuyo propósito promueva la masividad del deporte desde el barrio y las escuelas; lo que posibilita estimular la participación de las niñas y de los padres con vista a incrementar la incorporación al deporte del Atletismo.
- 2) Divulgación de las actividades deportivas recreativas en saludos a diferentes fechas a nivel comunitario y cantonal, así como crear las condiciones adecuadas para garantizar la ejecución de todas las actividades incluidas tales como: Carrera de 30 m y de 400 m, salto de longitud sin carrera de impulso, lanzamiento de la pelota, relevo, y el equilibrio, además de incluir juegos deportivos colectivos e individuales como el Voleibol, Ajedrez, Saltos en saco como parte de la recreación activa; baile, entre otros juegos que deseen las niñas(os).
- 3) Establecer vínculo de trabajo desde el comienzo del curso con los profesores de Educación Física de las escuelas de la comunidad y realizar convocatoria para que las niñas/os participen en las actividades deportivas recreativas comunitaria y además dar a conocer de la existencia de un área deportiva encargada de impartir deportes en la localidad.
- 4) Visitas a las escuelas con vista a divulgar la existencia de una propuesta de un proyecto que promueve la incorporación de las niñas al Atletismo desde edades tempranas.

- 5) Vincular al Ministerio del Deporte y otros ministerios en el apoyo metodológico y científico-técnico, así como económico, a los proyectos comunitarios relaciones con la selección deportiva en el país.
- 6) Participar como observador en todas las pruebas de Eficiencia Física realizadas en las escuelas de la comunidad de Loja, lo que permite desde ese mismo momento comenzar el trabajo de captación de las niñas que deseen incorporarse al Atletismo, aun cuando el resultado de las pruebas no sean sobresalientes, pues de la masividad surgen los verdaderos talentos.
- 7) Las niñas captadas al concluir las pruebas de Eficiencia Física, deben ser convocadas para que durante los meses de mayo y junio realicen sus actividades iniciales basada fundamentalmente en juegos, introducción de elementos técnicos y flexibilidad, además es el momento de comenzar a familiarizarse en el grupo , al concluir esos dos meses se realiza una prueba de Eficiencia Física para evaluar el nivel inicial real con el cual comienzan las niñas; lo que permite al entrenador trazar objetivos específicos dirigidos a desarrollar en las niñas los elementos de interés o motivación para lograr los objetivos del programa establecido para la categoría infantil en términos de masividad desde las edades tempranas en el Atletismo.
- 8) Informar en las escuelas los resultados relevantes obtenidos por las niñas en las competencias locales, provinciales y nacionales; aspecto que la motiva a permanecer en el Atletismo y además puede estimular la reincorporación de las que abandonaron la práctica deportiva especializada, así como de las nuevas incorporaciones.
- 9) Entrega de certificados en las actividades deportivas recreativas realizadas en la comunidad; lo que alguna manera motiva la participación; así como meriendas en las medidas de las posibilidades.
- 10) Mantener a los padres debidamente informado sobre la asimilación de la

niña en relación al programa de enseñanza y de los resultados obtenidos.

- 11) Establecer un sistema de comunicación permanente entre el entrenador y la familia; lo que permite la cooperación mutua entre ambos, en aras de alcanzar los objetivos trazados en el programa.
- 12) Capacitar al claustro de profesores deportivos en el empleo de metodologías modernas de entrenamiento para la iniciación, con énfasis en la motivación del alumnado hacia la práctica de actividad física especializada, como es el caso de las diversas modalidades del atletismo.
- 13) Realizar actividades recreativas culturales en saludos fechas históricas de Loja y el país, estimulando la participación de las niñas y sus familiares, así como del profesorado.
- 14) Controlar por parte del departamento técnico de Federación Deportiva de Loja, los procesos metodológicos aplicados por los entrenadores de las niñas, evitando la violación de las etapas normales del desarrollo deportivo en edades tempranas.
- 15) Adaptar un sistema competitivo de acuerdo a las características y necesidades de las niñas de la comunidad Lojana, de tal manera que facilite la interacción e inserción en el sistema competitivo Nacional.
- 16) Facilitar la implementación necesaria y complementaria a los entrenadores, de tal manera que se les facilite la variación de las actividades a ejecutar en el programa de entrenamiento, y así evitar que se genere un estrés psíquico por parte de las deportistas, y por ende se evita la deserción deportiva.
- 17) Crear proyectos para generación de recursos económicos, donde se incluyan a los padres de familia, de tal manera que facilite la participación de las niñas en eventos que no cuente con el financiamiento económico de la Federación Deportiva de Loja.

- 18) Organizar actividades lúdicas, donde interactúen padres de familia , entrenadores y deportistas, de tal manera que permita fomentar la unión y camaradería entre todos los actores del atletismo femenino infantil en Loja•
- 19) Fomentar los valores de la competición como una fuente importante de motivación recreación y aprendizaje, evitando caer en un factor de estrés y presión de resultados tanto de las deportistas como de los padres de familia.
- 20) Crear una guía de control académico de las niñas, controlándolas y orientándolas en sus programas de estudios, evitando que las deportistas bajen su rendimiento escolar a causa del tiempo empleado en el entrenamiento deportivo.

## CONCLUSIONES

- 1) Las diversas fuentes de investigación consultadas, evidenció la necesidad de establecer estrategias eficientes en la modelación del entrenamiento deportivo para la iniciación del atletismo, enfatizando en los aspectos de la selección y permanencia deportiva, así como de la influencia de la familia en el apoyo a la niña deportista.
- 2) Se determinó algunas variables de interés en las alumnas y sus familiares, las cuales sirvieron para el diseño de las acciones estratégicas.
- 3) Los diversos test de valoración del rendimiento deportivo empleados, determinaron el nivel inicial del rendimiento individual de cada sujeto estudiado, aspecto que facilitará potenciar la modelación futura del entrenamiento, adaptando los contenidos de la preparación a la necesidades actuales del deportistas, e implementando las acciones pertinentes para la permanencia del sujeto y la potenciación de sus resultados deportivos.
- 4) Se conformó las acciones estratégicas para incrementar la captación de deportistas del sexo femenino en el atletismo y la permanencia en los entrenamientos, permitiendo mantener la comunicación entre la familia, las niñas, el profesorado y los entrenadores.

## **RECOMENDACIONES**

- 1) Determinar a mediano o largo plazo la efectividad de las acciones diseñadas en la presente investigación.
- 2) Ampliar el grupo de acciones a medida que se detecten nuevos problemas en la selección y la continuidad del entrenamiento del atletismo en las integrantes y las nuevas captaciones a realizar.

## BIBLIOGRAFÍA

- Águila Soto, C. (s.f.). *Los deportes de invasión dentro de los contenidos de la educación primaria*. Madrid, España.
- Alonso, D., & del Campo, J. (2001). *Iniciación al atletismo en primaria* (Vol. 42). Joy Enterprises Organization.
- Alonso, R. A., & Pila, H. (1985). *Experiencia de un método para la preparación de atletas*. La Habana, Cuba: Editorial Ciencias Médicas.
- Altamirano, M., Trujillo, H. S., Tocto, J. G., & Romero, E. (Octubre de 2015). Estudio piloto sobre normas de posibles talentos deportivos en Riobamba, Ecuador, en edades 9-10 años. *Lecturas: educación física y deportes*, 20(209), 1-8.
- American College of Sports Medicine. (2013). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*. (9 ed.). USA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Babic, M. J., Morgan, P. J., Plotnikoff, R. C., Lonsdale, C., White, R. L., & Lubans, D. R. (2014). Physical activity and physical self-concept in youth: systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 44(11), 1589-1601.
- Barrios, Y. (Abril de 2012). Rol del entrenador como pedagogo dentro del colectivo deportivo. *Lecturas: educación física y deportes*, 17(167), 1-7.
- Beattie, K., Kenny, I. C., Lyons, M., & Carson, B. (2014). The effect of strength training on performance in endurance athletes. *Sports Medicine*, 44(6), 845-865.
- Bermúdez, S. R. (2008). Factores de estrés, causas del abandono y cualidades volitivas en deportistas infantiles. *Educación física y deporte*, 26(1), 101-106.
- Blodgett, A. T., Schinke, R. J., McGannon, K. R., & Fisher, L. A. (2015). Cultural sport psychology research: conceptions, evolutions, and forecasts.



- International Review of Sport and Exercise Psychology*, 8(1), 24-43.
- Bok, D. (2002). *The cost of talent: How executives and professionals are paid and how it affects America*. . NY: Simon and Schuster.
- Bompa, T. O. (2005). *Entrenamiento para jóvenes deportistas* (1 ed.). Barcelona: Editorial Hispano Europea.
- Bonifaz, I. G., Trujillo, H. S., Sánchez, J. A., Ballesteros, C. A., Sánchez, O. F., & Santillán, M. L. (2017). Estilos de vida y su relación con las calificaciones escolares: estudio en Ecuador. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(4), 0-0.
- Cabezas, M. M., Álvarez, J. C., Guallichico, P. A., Chávez, P., & Romero, E. (2017). Entrenamiento funcional y recreación en el adulto mayor: influencia en las capacidades y habilidades físicas. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(4), 0-0.
- Calero, S. (2007). Estadística aplicada para profesionales del Voleibol. *Curso impartido en la Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza" de Pinar del Río* (págs. 2-36). Pinar del Río: Federación Cubana de Voleibol.
- Calero, S. (2012). Aportes prácticos de la Escuela Cubana de Voleibol al proceso de selección de talentos. . *Conferencia especializada impartida en la I Jornada Científica de la Cultura Física, el Deporte y la Recreación*, (págs. 23-31). Granma.
- Calero, S. (2014b). Estrategia sociocultural para la selección e iniciación deportiva. (págs. 2-11). Colima: Universidad de Colima.
- Calero, S., & Suárez, T. (2005). La evaluación de las categorías escolares: Según objetivos pedagógicos de la Escuela Cubana de Voleibol. *Reunión Nacional de Voleibol 2005* (págs. 1-31). La Habana: Federación Cubana de Voleibol.
- Calero, S., Klever, T., Caiza, M. R., Rodríguez, Á. F., & Analuiza, E. F. (oct-dic. de 2016). Influencia de las actividades físico-recreativas en la autoestima del adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 35(4),

1-8.

- Calero-Morales, S. (2014). *Optimización del proceso de dirección del entrenamiento en deportes de cooperación-oposición*. Universidad de Guayaquil, Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación (FEDER). Guayaquil: Eduquil.
- Camino, J. R., & Ayala, V. M. (2012). *Marketing y fútbol: el mercado de las pasiones* (1 ed.). Madrid: Esic Editorial.
- Cárdenas, Y. A., Zamora, X. A., & Calero, S. (Abril de 2016). Incidence of the practice of taekwondo in the academic performance of 6-16 year old students. *Lecturas: educación física y deportes*, 21(215), 1-14.
- Carroll-Scott, A., Gilstad-Hayden, K., Rosenthal, L., Peters, S. M., McCaslin, C., Joyce, R., & Ickovics, J. R. (2013). Disentangling neighborhood contextual associations with child body mass index, diet, and physical activity: the role of built, socioeconomic, and social environments. *Social Science & Medicine*, 95, 106-114.
- Chala, W. R., Calero, S., & Chávez, E. (Febrero de 2016). Impacto del programa de actividades recreativas en el mejoramiento de conductas de los ciudadanos en situación de abandono familiar en Barrio Carrizal, Barranquilla, Colombia. *Lecturas: educación física y deportes*, 20(213), 156-164.
- Chan, D. K., Lonsdale, C., & Fung, H. H. (2012). Influences of coaches, parents, and peers on the motivational patterns of child and adolescent athletes. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 22(4), 558-568.
- Chávez Hernández, J. P. (2015). *Estudio de los factores que inciden en la deserción de los deportistas en la Escuela Superior Politécnica del Chimborazo 2012, Propuesta alternativa* (Master's thesis, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Máster, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Ciencias Humanas y Sociales, Quito.
- Chávez, J. P., & Calero, S. (Septiembre de 2015). Factores físicos, socio-

económicos y psicológicos que inciden en la deserción deportiva en la escuela superior politécnica de Chimborazo. *Lecturas: educación física y deportes*, 20(208), 1-8.

Chávez, J. P., & Calero, S. (Junio de 2015). Factores físicos, socio-económicos y psicológicos que inciden en la deserción deportiva en la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. In Congreso de Ciencia y Tecnología. *Lecturas: educación física y deportes*, 20(211), 1-9.

Chelladurai, P., & Kerwin, S. (2017). *Human resource management in sport and recreation* (3 ed.). Human Kinetics.

Cornejo, M. A. (2014). Formación multideportiva en niños de 6-7 años en etapa escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 19(195), 1-5.

Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The sport psychologist*, 13(4), 395-417.

Del Coso, J., Areces, F., Salinero, J. J., González-Millán, C., Abián-Vicén, J., Soriano, L., & Calleja-Gonzalez, J. (2014). Del Coso, J., Areces, F., Salinero, J. J., González-Millán, C., Abián-Vicén, J., Soriano, L., Compression stockings do not improve muscular performance during a half-ironman triathlon race. *European journal of applied physiology*, 114(3), 587-595.

del Río, I. L. (2012). La influencia de los medios de comunicación en el rendimiento deportivo femenino. El refuerzo de los estereotipos sociales. *I Congreso Internacional de comunicación y Género*, (págs. 2032-47). Sevilla.

Domínguez, M., Suárez, M., & Casariego, C. (2007). En defensa de un deporte latinoamericano potenciador de desarrollo humano. *II Congreso Latinoamericano de Psicología. ULAPSI* (págs. 0-0). La Habana: Libro de Memorias.

Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of

- participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 98.
- Ernesto Avella, R., & Medellín, J. P. (2013). Perfil dermatoglífico y somatotípico de atletas de la selección colombiana de atletismo (velocidad) participante en los juegos panamericanos de Guadalajara, 2011. *Revista UDCA Actualidad & Divulgación Científica*, 16(1), 17-25.
- Espinoza Loja, M. Y. (2009). *Entrenamiento deportivo para atletas juveniles de pruebas de velocidad y salto de longitud*. Bachelor's, Universidad de Cuenca, Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación, Cuenca.
- Essa, E. L. (2012). *Introduction to early childhood education*. (7 ed.). USA: Cengage Learning.
- Flores, E., Calero, S., Arancibia, C., & García, G. (Octubre de 2014a). Determinación de parámetros básicos de aptitud física de la población ecuatoriana: Proyecto MINDE-UG. *Lecturas: educación física y deportes*, 19(197), 1-9.
- Flores, E., Calero, S., Arancibia, C., & García, G. (Diciembre de 2014b). Determination of basic parameters of physical fitness of Ecuadorian population: MINDE-UG Project. *Lecturas: educación física y deportes*, 19(196), 1-9.
- Gamble, P. (2013). *Strength and conditioning for team sports: sport-specific physical preparation for high performance* (2 ed.). Routledge.
- Giceya, M. C., Brito, E., Recalde, A. V., Arévalo, J. A., Sáenz, J. V., & Sandoval, M. L. (2017). Tendencias y manifestaciones del temperamento: Relación con el desempeño social y físico-deportivo en estudiantes. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 0-0.
- Goldstein, J. H. (2012). *Sports, games, and play: Social and psychological viewpoints*. (2 ed.). USA: Psychology Press.

- Granell, J. C., & Lazcorreta, J. E. (2004). *LAS TÉCNICAS DE ATLETISMO. Manual práctico de enseñanza* (1 ed.). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Guevara, P. V., & Calero, S. (2017). La técnica de carrera y el desarrollo motriz en aspirantes a soldados. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(3), 0-0.
- Guillen, L., Arma Castañeda, N. P., Formoso, A. A., Guerra, J. R., Vargas Vera, D. F., & Fernández, A. (2017). Estrategia pedagógica para reducir y prevenir el consumo de drogas desde la educación física. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 0-0.
- Guth, L. M., & Roth, S. M. (2013). Genetic influence on athletic performance. . *Current opinion in pediatrics*, 25(6), 653.
- Hahn, E. (1988). *Entrenamiento con niños*. Barcelona: Editorial Martínez Roca.
- Hargreaves, J., & Anderson, E. (2014). *Routledge handbook of sport, gender and sexuality*. USA: Routledge.
- Hernández, B., Chávez, E., Torres, J. C., Torres, A. R., & Fleitas, I. M. (2017). Evaluación de un programa de actividad físico-recreativa para el bienestar físico-mental del adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(4), 0-0.
- Hills, A. P., Dengel, D. R., & Lubans, D. R. (2015). Supporting public health priorities: recommendations for physical education and physical activity promotion in schools. *Progress in cardiovascular diseases*, 57(4), 368-374.
- Holt, N. L. (2016). *Positive youth development through sport*. . USA: Routledge.
- Kisner, C., Colby, L. A., & Borstad, J. (2017). *Therapeutic exercise: foundations and techniques*. (7 ed.). USA: Fa Davis.
- Kivlan, B. R., & Martin, R. L. (2012). Functional performance testing of the hip in athletes: a systematic review for reliability and validity. *International journal of sports physical therapy*, 7(4), 402.
- Kjønniksen, L., Anderssen, N., & Wold, B. (2009). Organized youth sport as a

- predictor of physical activity in adulthood. . *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 19(5), 646-654.
- Knudson, D. V. (2013). *Qualitative diagnosis of human movement: improving performance in sport and exercise* (3 ed.). Human kinetics.
- Latorre, P. A., Gasco, F., García, M., Martínez, R., Quevedo, O., Carmona, F. J., & Malo, J. (2009). Análisis de la influencia de los padres en la promoción deportiva de los niños. *Journal of Sport and Health Research*, 1(1), 12-25.
- Leger, L. (1986). Recerca de talents en sport. . *Apunts de Medicina del Deporte*, 23, 63-74.
- Lledó, E. (Enero de 2009). El proceso formativo de los técnicos deportivos. *Lecturas: educación física y deportes*, 13(128), 1-7.
- Loland, S. (2015). Against genetic tests for athletic talent: the primacy of the phenotype. *Sports Medicine*, 45(9), 1229-1233.
- López, C. (2005). *Programa de Formación básica en el Atletismo para Niños de 10.11 años en Ciego de Ávila*. ISCF "Manuel Fajardo" Ciego de Ávila. Ciego de Ávila: ISCF.
- López-Walle, J., Tristán,, J., Cantú-Berrueto, A., Zamarripa, J., & Cocca, A. (2013). Propiedades psicométricas de la Escala de Frustración de las Necesidades Básicas en el Deporte. *Revista Mexicana de Psicología*, 30, S2038-S2041.
- M Roth, S. (2012). Critical overview of applications of genetic testing in sport talent identification. *Recent patents on DNA & gene sequences*, 6(3), 247-255.
- Marchesi, Á., Palacios, J., & Coll, C. (2017). *Desarrollo psicológico y educación*. . España: Alianza editorial.
- Marín, C., & Eduardo, G. (2013). *La ansiedad en el rendimiento de los deportistas de atletismo en la etapa pre-competitiva y competitiva, la Federación Deportiva de El Oro, periodo 2012-2013*. Bachelor's,

Universidad Técnica de Machala, Carrera de Psicología Clínica ,  
Machala.

- Martin, D. (1993). Entrenamiento multilateral y especialización precoz. *Stadium*, 27(160), 36-42.
- Martin, D., & Nicolaus, J. (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil* (1 ed., Vol. 24). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Maturo, C. C., & Cunningham, S. A. (2013). Influence of friends on children's physical activity: a review. *American Journal of Public Health*, 103(7), e23-e38.
- McGannon, K. R., & Smith, B. (2015). Centralizing culture in cultural sport psychology research: The potential of narrative inquiry and discursive psychology. *Psychology of Sport and Exercise*, 17, 79-87.
- Mejía, I. A., Morales, S. C., Orellana, P. C., & Lorenzo, A. F. (2017). Efecto de las actividades físicas en la disminución del estrés laboral. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(3), 1-12.
- Metzler, M. (2017). *Instructional models in physical education*. (3 ed.). USA: Taylor & Francis.
- Moore, R. C. (2017). *Childhood's domain: Play and place in child development* (Vol. 6). USA: Routledge.
- Moraes, A. (2009). *Atletismo: Selección masiva*. Brasil: XX.
- Moraes, A., & Romero, E. (Diciembre de 2005). La selección de talentos en el deporte de alto rendimiento. *Lecturas: educación física y deportes*, 10(91), 1-6.
- Morales, D. J., Maqueira, G. d., Vera, E., Cuesta, A., Neira, C., & Lorena, M. (2017). Percepción del alumnado sobre condición física, relaciones interpersonales y desarrollo integral. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 0-0.
- Morales, S. C., Pillajo, D. P., Flores, M. C., Lorenzo, A. F., & Concepción, R. R. (2016). Influence of physical activity on the social and emotional behavior

- of children aged 2-5 years. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 35(3), 0-0.
- Morales, S., & Taboada, C. (Mayo de 2011). Acciones para perfeccionar la selección de talentos del voleibol en los programas cubanos de deporte escolar. *Lecturas: educación física y deportes*, 16(156), 1-6.
- Morales, S., Lorenzo, A., & de la Rosa, F. (2016). Recreation activities to improve social behavior. Study in children and adolescents aged 9-14. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 35(3), 0-0.
- Morales, V., & Priscila, E. (2016). *Estrategias de promoción para deportistas de alto rendimiento en la disciplina de Atletismo de la ciudad de Quito*. Licenciatura, Universidad de Los Hemisferios, Ciencias Empresariales, Quito.
- Muñiz, A. (Junio de 2010). Escuchando el cuerpo y la mente de los atletas infantiles. Tres ideas para el entrenamiento de calidad. *Lecturas: educación física y deportes*, 15(145), 1-5.
- Nihill, G. F., Lubans, D. R., & Plotnikoff, R. (2013). Associations between sedentary behavior and self-esteem in adolescent girls from schools in low-income communities. *Mental Health and Physical Activity*, 6(1), 30-35.
- Núñez, U. C. (2000). *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica: Aplicación a la Educación Física Escolar y el Entrenamiento Deportivo* (1 ed., Vol. 504). Barcelona: Inde.
- O'Reilly, J., & Susan, K. (2012). *Women and sports in the United States: A documentary reader*. Boston: UPNE.
- Pedersen, P. (2017). *Routledge handbook of sport communication*. USA: Routledge.
- Pereda, J. L., & Calero, S. (Noviembre de 2015). Proyecto actividad física y comunicación en personas con discapacidad en Ecuador. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 20(210), 1-8.



- Pérez, M., & Pila, H. (Mayo de 2011). Detección, selección y desarrollo de talentos deportivos a largo plazo en el bádminton. *Lecturas: educación física y deportes*, 16(156), 1-4.
- Pico Medina, D. E., & Brazales Cervantes, D. A. (2014). *Incidencia de la frecuencia cardíaca y el lactato en el rendimiento físico de los atletas del equipo élite de orientación del ejército ecuatoriano en el año 2012*. Bachelor's , Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Ciencias Humanas y Sociales, Quito.
- Pila, H. (1989). *Estudio sobre Normas de Capacidades Motrices y sus Características en la Población Cubana*. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana: ISCF.
- Pila, H. (2000). *Métodos y normas para evaluar la preparación física y seleccionar talentos deportivos*. México DF: Supernova.
- Polischuk, V. (2007). *Atletismo. Iniciación y perfeccionamiento*. (3 ed.). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Reed, C. A., Ford, K. R., Myer, G. D., & Hewett, T. (2012). The effects of isolated and integrated 'core stability' training on athletic performance measures. *Sports medicine*, 42(8), 697-706.
- Riera, J. R. (1989). *Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas*. Barcelona: Inde.
- Rodríguez, Y., Domínguez, A. M., & Utria, L. (2014). La comunicación educativa entre los profesores deportivos y los atletas de la Escuela de Iniciación Deportiva (EIDE) 'Rafael Freyre Torres' de la provincia Guantánamo. *Lecturas: educación física y deportes*, 19(193), 1-6.
- Romero Granados, S., Garrido Guzmán, M. E., & Zagalaz Sánchez, M. L. (2009). El comportamiento de los padres en el deporte. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 15, 29-34.
- Romero, E. (Marzo de 2003). La clasificación del resultado deportivo en la iniciación del atletismo cubano. *Lecturas: educación física y deportes*,

8(58), 1-8.

Romero, E. (2003). *La clasificación del resultado deportivo en la iniciación del atletismo cubano*. La Habana: INDER.

Romero, E., & Scrubb, M. E. (Noviembre de 2003). La enseñanza de la técnica de las carreras en la etapa de iniciación. *Lecturas: educación física y deportes*, 9(66), 1-11.

Romero, E., Bacallao, J., Ponce, P. M., Chávez, E., & Vaca, M. R. (Diciembre de 2014). Normas de selección en basquetbolistas ecuatorianas de iniciación. *Lecturas: educación física y deportes*, 19(199), 1-8.

Sailema, M., Ruiz, P. M., Pérez, M. B., Cosquillo, J. L., Sailema, Á. A., & Vaca, M. R. (2017). El autoconcepto y la educación física en estudiantes de secundaria. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(3), 0-0.

Salmela, & Regnier. (Octubre de 1983). Détection du talent. *Science du sport, Section stratégie G.Y.*, 1.

Sánchez, D. B., & Ramírez, F. A. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.

Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2013). The importance of parents' behavior in their children's enjoyment and amotivation in sports. *Journal of human kinetics*, 36(1), 169-177.

Sanjurjo, J. A. (2012). Conquistando a las masas: el impacto del deporte en la prensa española, 1900-1936. *Recorde: Revista de História do Esporte*, 1, 1-40.

Sant, J. R. (2005). *Metodología y técnicas de atletismo*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Seners, P. (2001). *Didáctica del atletismo* (1 ed.). Barcelona: Inde.

Sivila, E. (Febrero de 2013). Modelo teórico para el desarrollo de la comunicación educativa del entrenador deportivo. *Lecturas: educación física y deportes*, 17(177), 1-12.

- Suárez, C., & Calero, S. (2007). El Sistema de Información del Voleibol Cubano. *Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza" de Pinar del Río. Federación Cubana de Voleibol*, (págs. 1-101). Pinar del Río.
- Suárez, M., Domínguez, M., & Casariego, C. (2007). Familia y deporte en la etapa de iniciación deportiva. *II Congreso Latinoamericano de Psicología*. (págs. 0-0). La Habana: Libro de Memorias.
- Tamminen, K. A., & Holt, N. L. (2012). Adolescent athletes' learning about coping and the roles of parents and coaches. *Psychology of sport and exercise*, 13(1), 69-79.
- Thun, E., Bjorvatn, B., Flo, E., Harris, A., & Pallesen, S. (2015). Sleep, circadian rhythms, and athletic performance. *Sleep medicine reviews*, 23, 1-9.
- Ullrich-French, S., McDonough, M. H., & Smith, A. (2012). Social connection and psychological outcomes in a physical activity-based youth development setting. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 83(3), 431-441.
- Unicef. (2004). *Deporte, recreación y juego*. Lausana: UNICEF.
- Volkov, V. M., & Filin, V. P. (1988). *Selección deportiva*. URSS: Vneshtorgizdat.
- Wheeler, S. (2012). The significance of family culture for sports participation. *International review for the sociology of sport*, 47(2), 235-252.
- Woods, R. (2015). *Social issues in sport*. (3 ed.). USA: Human Kinetics.
- Yalama, S. V., Velasco, W. F., & Zambrano, Z. E. (Diciembre de 2017). Evaluación de los 60 metros planos femeninos de la categoría escolar 14-15 años en atletismo. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 22(235), 1-6.
- Zatsiorsky, V. M. (1989). *Metrología deportiva*. URSS: Planeta.
- Zillmann, D., & Brosius, H. B. (2012). *Exemplification in communication: The influence of case reports on the perception of issues*. (3 ed.). USA: Routledge.