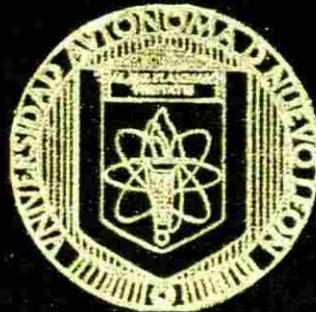


**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACION DEPORTIVA**



**ANÁLISIS DE LA PLANIFICACION DE LOS  
DEPORTES DE ARTE COMPETITIVO EN LOS  
AÑOS 2000, 2001 Y SUS RESULTADOS**

**POR:**

**L.E.F. JUANA ERICA CORTES MARQUEZ**

**T E S I S**

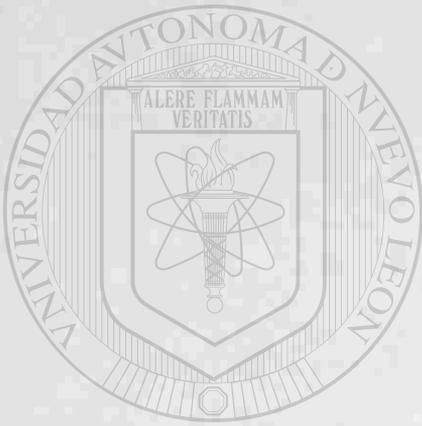
**COMO REQUISITO PARA OBTENER EL GRADO DE  
MAESTRIA EN CIENCIAS DEL EJERCICIO CON LA  
ESPECIALIDAD EN ALTO RENDIMIENTO**

**MARZO DEL 2002**





1080113279



# UANL

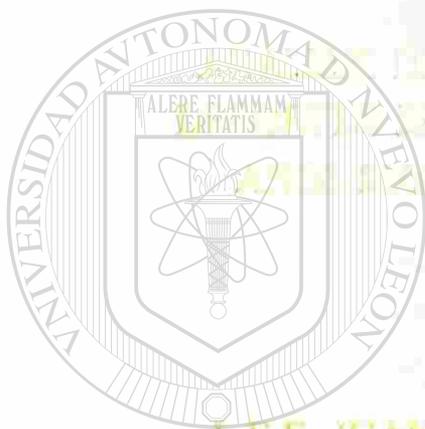
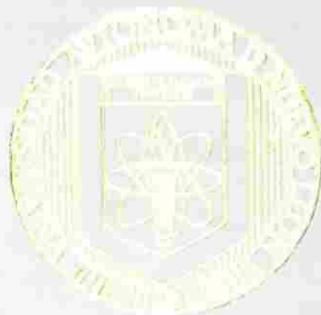
---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA



DE LA PLANIFICACION DE LOS  
EL ARTE ADMINISTRATIVO EN LOS  
MUNICIPIOS, SUS Y LOS RESULTADOS

PO:  
L.E.F. JUANA ERICA CORTES MARQUEZ

# UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



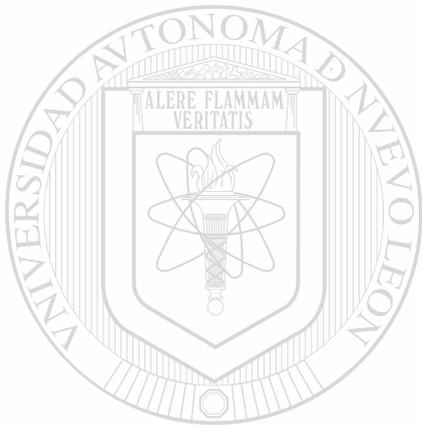
DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS  
T E S I S

COMO REQUISITO PARA OBTENER EL GRADO DE  
MAESTRIA EN CIENCIAS DEL EJERCICIO CON LA  
ESPECIALIDAD EN ALTO RENDIMIENTO

MARZO DEL 2002



TM  
GV713  
-C6



# UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

®

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



**UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NUEVO LEON  
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO**



**ANALISIS DE LA PLANIFICACIÓN EN LOS  
DEPORTES DE ARTE COMPETITIVO EN LOS  
AÑOS 2000, 2001 Y SUS RESULTADOS.**

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN<sup>®</sup>  
POR

DIRECCIÓN **L.E.F. JUANA ERICA CORTES MARQUEZ**

**EN OPCION AL GRADO DE MAESTRA EN  
CIENCIAS DEL EJERCICIO CON LA  
ESPECIALIDAD EN ALTO RENDIMIENTO**

**CD. UNIVERSITARIA SAN NICOLAS DE LOS GARZA, N.L.**

**MARZO DEL 2002**

**UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NUEVO LEON  
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSTGRADO**

Los miembros del comité de tesis de la División de Estudios de Postgrado de la Facultad de Organización Deportiva, recomendamos que la tesis " Análisis de la planificación en los deportes de arte competitivo en los años 2000, 2001 y sus resultados " realizada por la L.E.F. Juana Erica Cortés Márquez sea aceptada para su defensa como opción al grado de Maestra en Ciencias del Ejercicio con especialidad en Alto Rendimiento.



**COMITÉ DE TESIS**

  
Dr. Aristides Lanier Soto  
Asesor Director

  
M.C. Mireya Medina Villanueva  
Coasesora

  
M.C. Arturo Torres Bugdud  
Coasesor

  
M.C. Arturo Torres Bugdud  
Subdirector de Postgrado e  
Investigacione Cientifica

San Nicolas de los Garza, N.L. Febrero del 2002

## DEDICATORIAS

*Desde antes que movieras los hilos de mi vida para que te conociera, ya te sentía, pero no podía expresar tu nombre, hoy te digo que.*

*Infinitas gracias te doy, por las lecciones aprendidas por la paz que vine a buscar, sin imaginarme que me tenías guardado lo mejor de mi vida se que.*

*Observaste mi alma y recordaste que hiciste otra igual en diferente lado, en otro espacio, en otro tiempo, y con otro sexo, pensando que algún día nos abríamos de encontrar.*

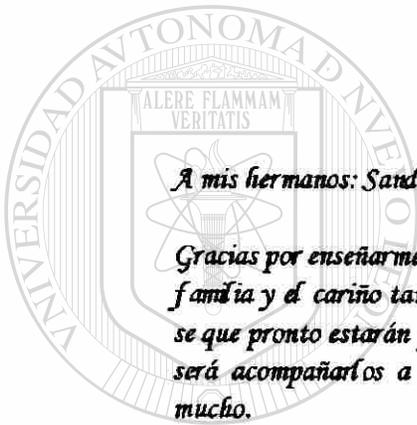
*Sin embargo te digo que no fueron dos almas las que creaste, fue una y nos separaste con perfecta embonadura para que fuéramos el molde perfecto de tu imagen y semejanza, AMEN.*

*A mi esposo: M.C. Fernando González Luevano*

*Infinitas gracias por tu visión en la vida, por tu amor sin reparo ni medida por el tiempo compartido no sólo como pareja, también como colega, como compañeros, de entrenamiento, de trabajo etc., y hasta cómplices de chistes malos, gracias mi amor por todo y que este trabajo sea el primero de muchas investigaciones juntos.*

*A mis padres: Sivilina Márquez y Marcos Cortes. P*

*Gracias por su apoyo y amor para realizar este sueño que hoy es realidad gracias a ustedes, la confianza depositada en mi se traduce en este trabajo, que tiene toques de superación por ti mamá, de tenacidad y valentía, es por ti Papá, gracias por su ejemplo, los amo.*



*A mis hermanos: Sandra Kristal y Marcos Cortes Marquez*

*Gracias por enseñarme que lo mas importante en la vida es la familia y el cariño tan grande e incondicional de hermanos, se que pronto estarán pisando mis huellas, y que gratificante será acompañarlos a lo largo de sus destinos, los quiero mucho.*

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

*LEF. Y pronto Psicóloga, Myriam Oliva Guevara.*

*Amiga se que en tus oraciones siempre estoy presente y se también que el tiempo y la lejanía jamás agotara nuestra amistad, gracias por tu aliento y tu hombro para recargar el paso de mi vida, gracias por tu comprensión.*

*¡ amiga lo logre !*

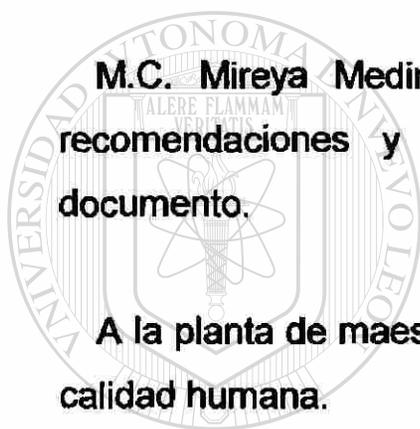
## AGRADECIMIENTOS

**Dr. Arístides Lanier Soto, asesor principal:** por sus recomendaciones y sugerencias para la elaboración de este estudio.

**M.C. Arturo Torres Bugdud, coasesor de tesis:** por sus valiosos comentarios y sugerencias para la elaboración de la investigación y el apoyo recibido a lo largo del postgrado.

**M.C. Mireya Medina Villanueva, coasesora de tesis:** por sus recomendaciones y sugerencias para la elaboración de este documento.

**A la planta de maestros** por sus conocimientos impartidos y por su calidad humana.



UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## SÍNTESIS

Esta investigación se inicia con la premisa fundamental de mejorar la calidad de vida en estado, viendo que esta inquietud se comparte con la SEP (secretaría de educación pública) y el INJUDE (Instituto de juventud y el deporte del estado de Nuevo León), donde toman el beneficio social a través del desarrollo integral del individuo, nosotros nos enfocamos a una parte del desarrollo integral que es: la actividad física.

Para este objetivo se llevo a cavo la optimización del trabajo técnico metodológico en los entrenadores y el seguimiento del desarrollo atlético de los seleccionados a través de la normativa del sistema por capacidades, teniendo como meta mejorar los resultados obtenidos en las olimpiadas nacionales infantiles y juveniles, con la utilización de un proceso metodológico deportivo, contribuimos a que Nuevo León obtenga los primeros lugares en dichas olimpiadas. Ya que mejoraría la infraestructura deportiva y medios materiales en el estado gracias a esto mayor numero de gente tendrá acceso a practicar una actividad física, mejorando con esto la calidad de vida.

Para logras este objetivo la investigación se centra en el grupo de deportes de arte competitivo, ya que por sus características hemos encontrado que tiene ventaja sobre otros grupos de deportes por que se compite en un gran numero de especialidades, por disciplina, y cada competidor puede participar en varias de estas, por cada rama y categoría. Por cual el sistema por capacidades encuentra el punto de concordancia entre ellos y facilita la planificación de los deportes de este grupo.

## **PROLOGO**

**El propósito de esta investigación fue indagar el efecto de la planificación en los deportes de arte competitivo del estado, buscando la relación entre los resultados de la olimpiada nacional del 2000 a la del 2001, sin perder de vista el beneficio social que con esto se tendría.**

**Ante esta situación buscamos que el arte competitivo sea vista como estrategia viable para el aumento de resultados en las olimpiadas futuras, llámese resultados a puntos o medallas; este grupo de deportes puede ser el más importante precursor de efectividad deportiva.**

**Este estudio utiliza el sistema por capacidades, como medio evaluador y de control de los deportes involucrados en esta investigación, por ser el sistema que está vigente y en pleno desarrollo en el Instituto Estatal del Deporte en Nuevo León.**

**Este trabajo se llevó a cabo en una franca colaboración entre el Instituto Estatal del Deporte, y la Universidad Autónoma de Nuevo León, a través de la Facultad de Organización Deportiva, en su división de Estudios de Postgrado, poniendo de manifiesto este trabajo el campo enorme que se tiene de investigación gracias a esta relación estrecha que se tiene entre estas dos instituciones.**

## INTRODUCCION

Este trabajo está realizado con el objetivo, de plasmar en papel la realidad que se vivió durante un año haciendo esta investigación, tratando de hacer conciencia entre los entrenadores, que la planificación es el único camino viable para triunfar.

La investigación se enfoca al grupo de deportes de arte competitivo, ya que por sus características, es un grupo irregular, porque sus deportes se practican en tierra, en agua, con implementos, etc. hemos encontrado que el sistema por capacidades (del Dr. Aristides Lanier Soto) encuentra el punto de concordancia entre ellos y facilita la planificación de los deportes de este grupo.

En el primer capítulo, planteamos el problema, justificamos porqué del mismo, nos planteamos objetivos y tareas a realizar y concluimos en la hipótesis.

En el capítulo dos, marco teórico, veremos la historia del entrenamiento y de la planificación deportiva pasando por el entrenamiento y la preparación, así también qué es el arte competitivo y sus características.

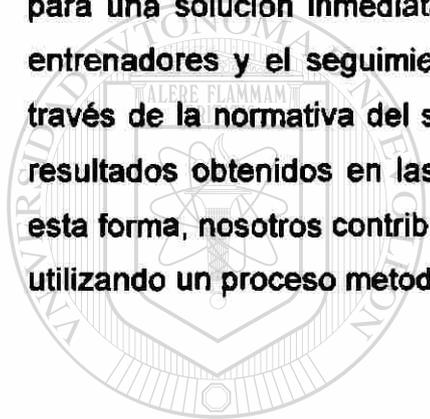
En el procedimiento de la investigación, tercer capítulo, el método y la organización de la misma son pieza clave para los resultados de este trabajo.

El análisis de los resultados, en el cuarto capítulo, denota los resultados que obtuvimos durante el proceso desde diferentes puntos de vista como el cuantitativo y el cualitativo, teniendo con esto un panorama amplio sobre el comportamiento del grupo de deportes analizado.

**En el quinto capítulo, termina este trabajo con las conclusiones y recomendaciones para esta investigación; esperando que pueda ser de utilidad y que su objetivo principal se haya cumplido.**

**Siendo este: optimizar los resultados deportivos, ya que mejoraría la infraestructura deportiva y medios materiales, gracias a esto mayor número de gente tendrá acceso a practicar una actividad física y obtendremos un beneficio necesario para la sociedad, mejorando la calidad de vida.**

**Es por ello que en esta investigación nosotros proponemos un camino viable para una solución inmediata, optimizar el trabajo técnico metodológico de los entrenadores y el seguimiento del desarrollo atlético de los seleccionados a través de la normativa del sistema por capacidades, que garantice mejorar los resultados obtenidos en las olimpiadas nacionales infantiles y juveniles, y de esta forma, nosotros contribuir a que Nuevo León obtenga los primeros lugares, utilizando un proceso metodológico deportivo.**



**UANL**

---

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**



**DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS**

# CAPITULO 1

## EL BENEFICIO SOCIAL UN PROBLEMA A TRATAR.

- 1.1. Planteamiento del problema.
- 1.2. Objetivo de la tesis.
- 1.3. Justificación.
- 1.4. Hipótesis.
- 1.5. Metodología emplear.

UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



<b>CARTA DE COMITÉ DE TESIS</b>	<b>I</b>
<b>DEDICATORIAS</b>	<b>II</b>
<b>AGRADECIMIENTOS</b>	<b>III</b>
<b>SÍNTESIS</b>	<b>IV</b>
<b>PROLOGO</b>	<b>V</b>
<b>INTRODUCCION</b>	<b>VI</b>

## INDICE

### Capítulo 1

#### El beneficio social un problema a tratar.

<b>1.1. Planteamiento del problema.</b>	<b>3</b>
<b>1.2. Objetivo de la tesis.</b>	<b>5</b>
<b>1.3. Justificación.</b>	<b>6</b>
<b>1.4. Hipótesis.</b>	<b>8</b>
<b>1.5. Metodología a emplear.</b>	<b>9</b>

---

### Capítulo 2

#### El compromiso con la transformación y el desarrollo deportivo.

<b>2.1. Las instituciones comprometidas con la actividad física y el deporte para un bienestar social.</b>	<b>10</b>
<b>2.2. El rol de la administración en la dirección deportiva.</b>	<b>12</b>
<b>2.3. El proceso administrativo dentro de la dirección deportiva.</b>	<b>13</b>
<b>2.4. Control sistemático.</b>	<b>16</b>
<b>2.5. La planificación deportiva en Nuevo León.</b>	<b>19</b>
<b>2.6. Entrenamiento deportivo.</b>	<b>21</b>
<b>2.6.1. Preparación deportiva.</b>	<b>22</b>
<b>2.7. El arte competitivo como una estrategia.</b>	<b>23</b>
<b>2.7.1. Arte competitivo y sus características.</b>	<b>24</b>

## Capítulo 3

### Procedimientos de la investigación.

3.1. Pasos a seguir de la investigación.	26
--	----

## Capítulo 4

### Análisis y los resultados de la investigación.

4.1. Análisis cuantitativo.	31
4.2. Análisis cualitativo.	33
4.3. Análisis específico.	38

## Capítulo 5

### Conclusiones y propuestas para una solución inmediata.

5.1. Conclusiones.	40
5.2. Recomendaciones.	44
5.2.1. Recomendaciones específicas.	46

INDICE DE GRAFICAS	48
GLOSARIO DE TERMINOS	49
BIBLIOGRAFÍA	52
ANEXOS	55
CURRICULUM VITAE	72

# **CAPITULO 1**

## **EL BENEFICIO SOCIAL UN PROBLEMA A TRATAR**

### **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

En Nuevo León existen instituciones como la secretaria de educación pública (SEP) y el Instituto Estatal de la Juventud y el Deporte (INJUDE) entre otros, que dentro de su misión, determinan que el desarrollo social es un factor importante para estas instituciones, como lo podemos apreciar en su manifiesto de la SEP que nos dice: "Ofrecer un servicio educativo integral, participativo, innovador y promotor de aprendizaje, para formar personas comprometidas con la transformación y el desarrollo sostenible de la comunidad, que sean capaces de elevar el nivel de vida, tanto individual como social" ([www.gobiernodelestadodenuevoleón/sep.gob.mx](http://www.gobiernodelestadodenuevoleón/sep.gob.mx)).

Dentro de este manifiesto observamos el compromiso de la SEP con la sociedad, al ofrecer un servicio educativo íntegro, que se refleja en su desarrollo, intelectual, físico, moral, y psicológico, para la transformación y desarrollo de la comunidad.

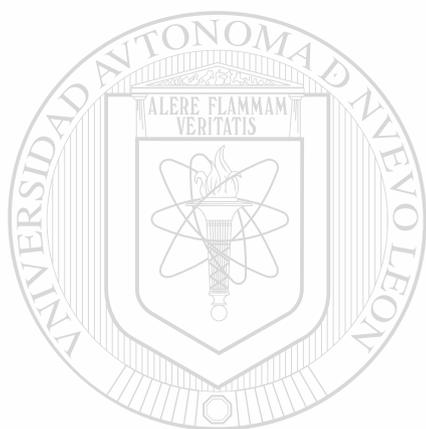
Nosotros nos enfocaremos a analizar el desarrollo físico, a través de la actividad física como un factor de crecimiento integral de las personas en la sociedad como también lo manifiesta el INJUDE, en su misión, que nos dice: "promover y normar la actividad física y el deporte en Nuevo León, con la finalidad de contribuir al desarrollo social" (documento Nuevo León a pasos firmes, mayo del 2001).

Al revisar su misión contemplamos el compromiso de brindar una actividad física, dirigida y ordenada. Por lo que requiere tener una infraestructura deportiva adecuada y personal capacitado que le sean suficientes para los

requerimientos de la población, y de esta manera contribuir a la formación de individuos íntegros que mejoren la calidad de vida en nuestro estado.

Con esta idea de beneficio social que nos comparten las instituciones SEP e INJUDE tomamos como nuestro problema a investigar el siguiente: ¿cómo contribuir a mejorar la calidad de vida del estado de Nuevo León?

Siendo este cuestionamiento un problema que nos involucre a todos de forma directa y que nos evocaremos a darle seguimiento y resolución a lo largo de esta investigación.



# UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## **1.2 OBJETIVO DE LA TESIS**

En el estado de Nuevo León, ha aumentado la población en los últimos años y con esto el compromiso de la SEP y el INJUDE con la sociedad como lo expresan en sus respectivos documentos. El objetivo común entre estas dos instituciones es "mejorar la calidad de vida en el estado" esto nos muestra un desarrollo integral, entendiendo por este el desarrollo cualitativo y duradero en la conformación del todo y las partes primordiales del ser humano, moral, físico, psicológico y educativo de un individuo. Para lograr el objetivo planeado es necesario que analicemos la actividad física, como uno de los factores del desarrollo integral.

Para obtener un beneficio en la sociedad a través de un desarrollo integral es necesario que mayor gente practique una actividad física, y de esta manera podremos tener una selección de atletas mas nutrida y de mayor calidad, para este propósito es necesario una infraestructura adecuada, los medios materiales y una dirección capacitada, para que Nuevo León alcance este objetivo son indispensables recursos económicos y una forma de obtenerlos es que Nuevo León se coloque en los primeros lugares en la olimpiada infantil juvenil, ya que a mejor resultado mayor presupuesto destinado al deporte por el plan oficial de apoyo a los estados mas sobresalientes en el deporte.

De los motivos anteriores surge el objetivo particular que es " incrementar el rendimiento deportivo del estado de Nuevo León en las olimpiadas infantiles juveniles"

De acuerdo con los objetivos planteados en esta investigación nos dedicaremos a darle seguimiento y a contribuir con nuestras propuestas.

### 1.3 JUSTIFICACION

De acuerdo con el problema donde nos referimos a la misión de la SEP y conforme al trabajo realizado en el INJUDE durante el período de olimpiada nacional 2000 – 2001. Hemos observado que existe una correlación en su visión, que plantea lo siguiente “contribuir a mejorar la calidad de vida, estableciendo una cultura de ejercicio físico en la comunidad” según el documento de Nuevo León a pasos firmes del Instituto Estatal de la Juventud y el deporte mayo 2001; en el cual se refleja un fin común, que es mejorar la calidad de vida en la comunidad.

Podemos lograr con un proceso metodológico deportivo, alcanzar esta visión, que Nuevo León se mantenga en los primeros lugares en las olimpiadas nacionales, dándose como consecuencia una mejor infraestructura en las instalaciones deportivas, ya que existe un plan oficial que otorga recursos económicos a los estados que destacan dentro de las actividades deportivas, por esto para el estado Nuevo León es importante “promover y garantizar el desarrollo de los talentos deportivos y el nivel de sus resultados en el ámbito nacional y su proyección internacional en busca de la excelencia deportiva en el estado de Nuevo León por medio de la implementación de un sistema científico metodológico integral” (proyección para el año 2003 en el deporte de Nuevo León).

Es importante optimizar los resultados deportivos, ya que mejoraría la infraestructura deportiva y medios materiales, gracias a esto mayor número de gente tendrá acceso a practicar una actividad física y obtendremos un beneficio necesario para la sociedad, mejorando la calidad de vida. Por ejemplo, la alberca de ciudad deportiva ubicada en el municipio de Monterrey con un gran esfuerzo y la correlación del instituto y el municipio, se pudo techar, construyendo un domo a todo lo largo y ancho de la instalación, a sí podrá funcionar todo el año; también el incremento de la planta de entrenadores por

parte del instituto, que a principio del año pasado eran de 19 y al término de este ciclo de olimpiada se aumentó a 57 entrenadores, 4 metodologos, y un asistente, esto por citar algunos ejemplos.

Para lograr esto el INJUDE plantea en su manifiesto Nuevo León a pasos firmes mayo 2001 una de sus estrategias que es, "desarrollar el deporte a nivel internacional", de donde surge el programa de deporte selectivo que su visión y misión nos dice, "tener atletas con alto espíritu de logro y superación, siendo el estado de mayor participación en las selecciones nacionales e internacionales, consolidando el proceso de desarrollo de los atletas de alto rendimiento del estado para que les permitan altos logros competitivos".

Con el objetivo de impulsar y promover la detección y selección de talentos deportivos brindándoles los medios para su desarrollo. Siendo uno de estos medios el área metodológica y ciencias aplicadas al deporte, en lo cual establece la normatividad para la elaboración de planes de entrenamiento técnico metodológico que garanticen excelentes resultados deportivos.

---

Al revisar los manifiestos del INJUDE en su visión y misión, nos lleva a la siguiente reflexión, lo importante que es para Nuevo León permanecer en los primeros lugares, para obtener recursos que se destinan en relación con los logros deportivos. Esto genera la creación de infraestructura deportiva, en donde se ponen en marcha el programa de deporte selectivo, que es auxiliado por el área de metodología y ciencias aplicadas al deporte. Y como parte de esta área, nosotros proponemos un camino viable para una solución inmediata optimizar el trabajo técnico metodológico de los entrenadores y el seguimiento del desarrollo atlético de los seleccionados a través de la normativa del sistema por capacidades, que garantice mejorar los resultados obtenidos en las olimpiadas nacionales infantiles y juveniles, y de esta forma, nosotros contribuir a que Nuevo León obtenga los primeros lugares, utilizando un proceso metodológico deportivo.

## 1.4 HIPOTESIS

De acuerdo con el objetivo particular planteado anteriormente nos muestra la gran importancia para el estado de Nuevo León, se coloque en los primeros lugares en la olimpiada infantil juvenil, ya que a mejor resultado mayor presupuesto destinado al deporte por el plan oficial de apoyo a los estados más sobresalientes en el deporte.

El cual de cumplirse se obtendría mayor beneficio social, ya que se conseguiría incrementar el presupuesto utilizándolo en infraestructura, medios materiales y una dirección capacitada, por consecuencia mayor gente practicará una actividad física y tendríamos una selección mas nutrida de atletas con mayor calidad.

Para lograr contribuir con nuestra comunidad planteamos la siguiente hipótesis “a través del programa de deporte selectivo, por medio del área de metodología y ciencias aplicadas al deporte con la utilización del sistema por capacidades, es posible incrementar los resultados del estado de Nuevo León en la olimpiada nacional infantil y juvenil del 2001 en el grupo de deportes de arte competitivo”.

Al concluir esta investigación se plantearán una serie de conclusiones y recomendaciones, de acuerdo con el programa de deporte selectivo para el próximo año, con la intención de mejorar los resultados para obtener un beneficio en la comunidad.

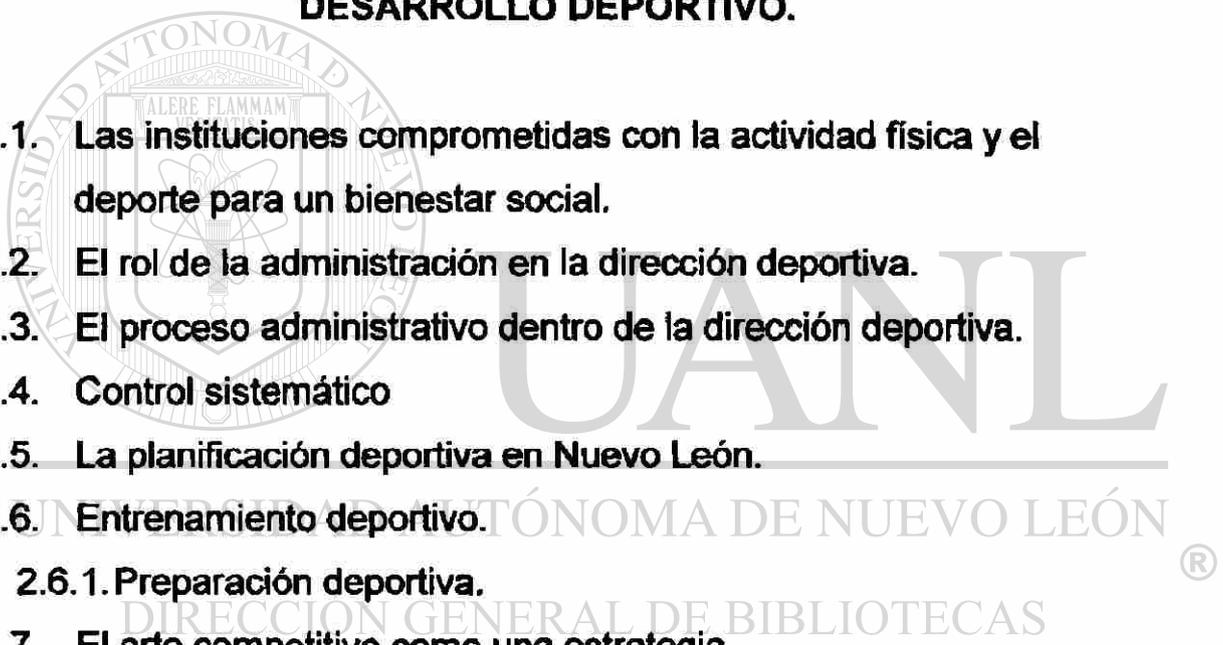
## **1.5 METODOLOGÍA A SEGUIR**

Con el objetivo de dar solución al problema planteado y comprobar la hipótesis hemos realizado una serie de tareas a realizar en el transcurso de la investigación.

- 1. Una de estas tareas es la entrevista con el director general del INJUDE, con el objetivo de observar las repercusiones sociales que se tendrían si Nuevo León se mantiene en los primeros lugares.**
- 2. Otra de las tareas fue la revisión bibliográfica en los documentos oficiales del Instituto, tanto en libros, publicaciones, la red y literatura sobre planeación del entrenamiento, administración y estadística.**
- 3. Analizaremos los planes de entrenamiento, documentos de control y los informes de salidas a competencias preparatorias del grupo de deportes de Arte Competitivo que participaron en la olimpiada nacional 2001, con la misión de buscar el cumplimiento de los requerimientos del área de metodología y ciencias aplicadas.**
- 4. Se analizarán los resultados del estado de Nuevo León en la olimpiada nacional 2000 y 2001, con el fin de comprobar si el programa de deporte selectivo a través del área de metodología y ciencias aplicadas, está funcionando con relación al incremento del lugar obtenido.**
- 5. Se realizará un análisis cuantitativo con los resultados de la olimpiada nacional 2000 y 2001 del grupo de deportes de Arte Competitivo.**
- 6. Se realizará un análisis cualitativo de los deportes que participaron en la olimpiada nacional 2001 del grupo de Arte Competitivo.**

## **CAPITULO 2**

### **EL COMPROMISO CON LA TRANSFORMACIÓN Y EL DESARROLLO DEPORTIVO.**

- 
- 2.1. Las instituciones comprometidas con la actividad física y el deporte para un bienestar social.
- 2.2. El rol de la administración en la dirección deportiva.
- 2.3. El proceso administrativo dentro de la dirección deportiva.
- 2.4. Control sistemático
- 2.5. La planificación deportiva en Nuevo León.
- 2.6. Entrenamiento deportivo.
- 2.6.1. Preparación deportiva.
- 2.7. El arte competitivo como una estrategia.
- 2.7.1. Arte competitivo y sus características.

## **CAPITULO 2**

### **EL COMPROMISO CON LA TRANSFORMACION Y EL DESARROLLO DEPORTIVO**

#### **2.1 LAS INSTITUCIONES COMPROMETIDAS CON LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE PARA UN BIENESTAR SOCIAL.**

Las instituciones públicas funcionan para el bienestar social de todos los mexicanos y de hecho las mismas instituciones se fortalecen con los resultados y avances de cada estado. Nuevo León como un estado pujante y sabido de que el desarrollo social es pieza clave de una economía sólida, pone especial atención a esto.

En el estado de Nuevo León existen instituciones como la Secretaría de Educación Pública (SEP) entre otras, que la Misión es "ofrecer un servicio educativo integral, participativo y promotor de aprendizaje, para formar personas comprometidas con la transformación y el desarrollo sostenible de la comunidad, que sean capaz de elevar al nivel de vida, tanto individual como social" ([www.gobiernodelestadodenuvoleón/sep.gob.mx](http://www.gobiernodelestadodenuvoleón/sep.gob.mx)).

Dentro de este manifiesto observamos el compromiso de la SEP con la sociedad, al ofrecer un servicio educativo, íntegro, que se refleja en su desarrollo intelectual, físico, moral y psicológico, para la transformación y desarrollo de la comunidad, el aspecto que nos compete en esta investigación es el desarrollo físico como parte del desarrollo integral del ser humano.

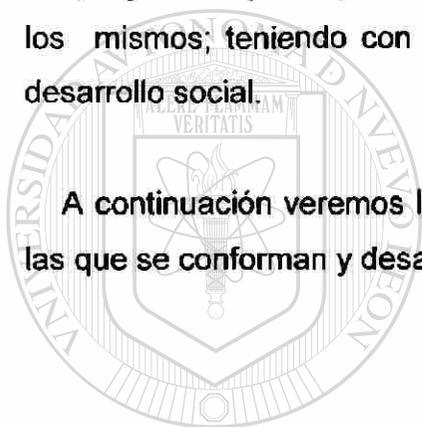
El INJUDE en su visión nos dice "contribuir a mejorar la calidad de vida, estableciendo una cultura de ejercicio físico en la comunidad" según el

documento Nuevo León a pasos firmes mayo 2001; el cual refleja un fin en común, que es mejorar la calidad de vida en la comunidad.

Para lograr este fin en común que es el desarrollo integral de las personas en la sociedad el INJUDE se basa en su misión, que nos dice: “promover y normar el deporte en Nuevo León, con la finalidad de contribuir al desarrollo social”

Como podemos observar las instituciones buscan la manera más óptima de llevar a cabo lo que sugieren en sus visiones y misiones, para llevar a cabo los programas que requieren de una profunda organización y administración de los mismos; teniendo con esto la forma más segura y eficiente de lograr el desarrollo social.

A continuación veremos las formas de administración y de organización con las que se conforman y desarrollan los programas de actividad física y deporte.



UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



## 2.2. EL ROL DE LA ADMINISTRACIÓN EN LA DIRECCION DEPORTIVA

La función de administrar es esencial, no solamente en toda cooperación organizada, sino también en todos los niveles de la administración. De ahí que el INJUDE como organismo rector del deporte estatal, es de suma importancia contar con una administración adecuada para aumentar la eficiencia y de esta manera lograr las metas planteadas.

Tales como las señala en la visión del INJUDE "contribuir a mejorar la calidad de vida en el estado de Nuevo León, estableciendo una cultura del ejercicio físico en la comunidad", para lograrlo se plantea la siguiente estrategia que es: "desarrollar el deporte a nivel internacional "de donde surge el programa de deporte selectivo en el cual nos dice: "tener atletas con alto espíritu de logro y superación, siendo el estado de mayor participación en las selecciones nacionales e internacionales, consolidado el proceso de desarrollo de los atletas de alto rendimiento del estado que les permitan altos logros competitivos". Para lograr estos es necesario "la administración, ya que organiza grupos de personas formalmente para alcanzar una meta en común" (Koontz y O'Donnell, curso de administración moderna).

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## 2.3 EL PROCESO ADMINISTRATIVO DENTRO DE LA DIRECCIÓN DEL DEPORTE.

Para realizar un programa es necesario que la organización utilice el "proceso administrativo el cual cuenta con cuatro pasos los cuales son: planeación, organización, dirección y control" (Dra. Rosario B. Toro, diplomado en dirección deportiva diapositiva 5), y con la ayuda de "los principios básicos de Taylor que son cuatro 1) desarrollo de una verdadera ciencia de administración, 2) selección científica de los trabajadores, 3) educación y desarrollo en forma científica, 4) la cooperación estrecha y amistosa entre obreros y patrones." (Dra. Rosario B. Toro, diplomado en dirección deportiva diapositiva 9 y 10).

Basándonos en las fases de la planeación analicemos cada una detenidamente y su relación con el programa de deporte, la primera fase es la "Planeación: que comprende la selección de objetos y de políticas, programas y procedimientos para conseguir las metas" (Koontz y O'Donnell, curso de administración moderna), la planeación se basa en las metas ya que estas son las que guían la organización, permiten enfocar los esfuerzos y sirven para evaluar los avances. En esta fase se apoya mucho en la "planeación por objetivos, la cual es un sistema en que los objetivos específicos se determinan conjuntamente por los subordinados y los superiores, se revisa periódicamente el progreso hacia los objetivos, y se asignan premios como base a este progreso." (Dra. Rosario B. Toro, diplomado en dirección deportiva, diapositiva 20). Por ejemplo, En esta fase nos muestra la meta que es "tener deportistas del estado dentro de las selecciones nacionales, en las principales disciplinas, y permanecer en los tres primeros lugares en las olimpiadas"

Otra fase del proceso administrativo es la organización. La cual "Comprende la determinación y enumeración de las actividades necesarias para obtener los objetivos de la organización" (Koontz y O'Donnell, curso de administración

moderna). Para que una organización funcione con "eficiencia y eficacia debe de contar con un diseño organizacional el cual determina la estructura en función de su estrategia, el personal, la tecnología y las tareas de la organización y una estructura organizacional que da la forma de dividir, organizar y coordinar las actividades de la organización." ( Dra. Rosario B. Toro, diplomado en dirección deportiva, diapositiva 33). Para esto es necesario establecer los pasos para organizar:

- 1) Dividir la carga de trabajo en tareas en forma lógica y cómoda.
- 2) Combinar las tareas en forma lógica y eficiente.
- 3) Especificar quien depende de quien en el organigrama.
- 4) Establecer mecanismos para integrar las actividades en un todo congruente y para vigilar la eficacia de dicha organización.

El INJUDE tiene una estructura que ha establecido cuatro programas que rigen sus esfuerzos hacia el logro de los retos planteados por el instituto, los cuales son:

- Deporte Selectivo
- Deporte para Todos
- Deporte Estudiantil
- Deporte Olimpiadas

Los cuales le dan forma al organigrama partiendo del director general, coordinador de cada programa y las áreas de cada programa.

Siguiendo con el análisis del proceso administrativo tenemos que la tercera fase es la dirección, la cual comprende la guía y supervisión de los subordinados. Aunque este es un concepto muy simple, los métodos de dirección pueden ser de extraordinaria complejidad. Por ejemplo "la pirámide de Maslow la cual cuenta con cinco niveles: 1 - Fisiológico, 2 - Seguridad, 3 - Pertenencia,

4 - Estima 5-Autorrealización” 4(Dra. Rosario B. Toro, diplomado en dirección deportiva, diapositiva 45).

En el INJUDE existen varios programas, nosotros nos enfocaremos en el programa de deporte selectivo de donde depende el área de metodología y ciencias aplicadas, existe un sistema para guiar a los entrenadores en el desempeño de su trabajo y el desarrollo de los atletas seleccionados, como lo es el sistema de planificación por capacidades del Dr Arístedes Lanier Soto: el cual nos permite evaluar periódicamente el desempeño de los entrenadores por medios de controles que analizaremos a continuación.

Esto nos lleva a analizar la última fase del proceso administrativo que es “el control el cual obliga a ajustar los acontecimientos a los planes. Así mide la ejecución, corrige las desviaciones negativas y asegura el cumplimiento de los planes”, el controlar nos ayuda a crear mejor calidad, para lograr esto es necesario “diseñar un sistema de control que es: el identificar áreas claras del desempeño de los resultados e identificar los puntos estratégicos de control” (Dra. Rosario B. Toro, diplomado en dirección deportiva, diapositiva 73).

En el programa de deporte selectivo cuenta con medios de control tales como: los documentos de control de salidas, visitas de evaluación de la clase diaria, expedientes técnicos acumulativos, reportes mensuales. Los cuales nos muestran el desempeño de los entrenadores y permite corregir su trabajo.

Realmente la organización y administración del INJUDE es compleja y depende en gran parte de cada uno de aquellos que laboran y prestan sus servicios; no olvidando que es una institución pública de servicio para la comunidad. Y como servidores públicos tienen la encomienda de llevar a cabo más programas para el beneficio social, como el de deporte selectivo el cual actualmente sigue funcionando.

## 2.4 CONTROL SISTEMATICO.

Dentro del programa de deporte selectivo, un medio de control es el sistema por capacidades, y es sistemático, porque engloba parámetros de análisis, objetivos específicos, diagnóstico, logística, y a demás dosifica las cargas del entrenamiento y con todos estos elementos se realiza el plan escrito. También nos apoyamos en documentos de control: como salidas a competencias, expediente técnico acumulativo del atleta, y protocolo para la revisión de los planes de entrenamiento.

Al referirnos a los parámetros de análisis, nos referimos al del macro anterior, tomando como base el cumplimiento de las cargas planificadas por capacidades motoras, y las incidencias en el orden técnico- material, que hicieron posible llevar a cabo el plan de entrenamiento.

Los objetivos específicos son en función de la competencia fundamental, medios y métodos a emplear, en el nuevo macro ciclo. Para complementar este proceso, tenemos el diagnóstico, que son datos generales de los atletas, características de los mismos, los recursos disponibles, necesidades materiales y operativas que se harán determinantes en el cumplimiento de los objetivos del macro a realizar.

La logística por su parte tiene la encomienda de calendarizar, tiempo y espacio del nuevo programa, esto es; determinar fechas establecidas para los tests pedagógicos, pruebas médicas, físico-atléticas, fisiológicas, y psicológicas. A esto hay que agregar la determinación cronológica de los diferentes periodos, mesociclos y microciclos, así como el tiempo disponible de los deportistas e instalaciones, y lo más importante tener el calendario bien establecido para la competencia fundamental y las preparatorias.

Por ultimo la dosificación de las cargas del entrenamiento, prácticamente se refieren a la distribución de las capacidades en cada periodo y mesociclo, también el incremento porcentual de las cargas del entrenamiento. A todo esto en conjunto se considera como el plan escrito por el sistema de capacidades físicas, lo consideramos parte fundamental para llevar a cabo el proceso de entrenamiento, ya que este constituye la base de todas las actividades a realizar.

Por otra parte los documentos de control apoyan el trabajo del entrenador por ejemplo; el reporte de las salidas a competencias, que nos informa de, lugar y fecha de la competencia, numero de participantes, nivel de competencia, etapa de preparación en el que se encuentran, objetivo de la competencia, resultados obtenidos, objetivos alcanzados, ubicación en el cuadro general.

Es de vital importancia para el entrenador los expedientes técnicos acumulativos, este documento es el que debe decirle a un entrenador cómo ha sido la vida y el desarrollo de un atleta al recibirlo de una categoría a otra, y cuenta con los siguientes puntos: nombre, edad, sexo. Deporte, categoría, estado de salud, rendimiento durante el mes, última evaluación, porcentaje de asistencias, periodo en el que se encuentra, porcentaje de aprovechamiento del periodo de preparación general, especial, técnico, táctico, psicológico, teórico, y notas acerca del comportamiento o rendimiento físico del atleta.

El protocolo para la revisión de los planes de entrenamiento son exclusivos de los metodologos y los entrenadores, este documento se utiliza como un medio evaluador del programa que presentan los entrenadores para el periodo que comienzan, los datos son muy sencillos pero reveladores, por ejemplo; datos generales del entrenador, el deporte, a que categorías y ramas esta dirigido su programa, horarios de entrenamiento, objetivos fundamentales, y una serie de preguntas acerca del plan que se debe evaluar con un si o un no,

la calificación se adapta de acuerdo a lo más cercano que este de los parámetros a evaluar, y por último se le otorga una calificación, y de ser necesario se sugieren algunas alternativas para mejorar el plan.

Los documentos de monitoreo que se utilizan para medir y analizar resultados facilitan el trabajo del entrenador, teniendo orden, tratando que halla un avance progresivo de los datos y parámetros que se toman, por ejemplo: que se entrena, cómo se entrena, y para qué se entrena, simplemente es un sistema de registro, que día a día se modifica, para ubicar a los atletas, en la etapa más conveniente y de acuerdo a lo planificado.



# UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## 2.5 LA PLANIFICACION DEPORTIVA EN NUEVO LEON

En México cada vez es mas importante la planificación, y sin remedio alguno, entrar a la era tecnológica, es decir, el deporte como premisa fundamental de las ciencias aplicadas y la tecnología de vanguardia.

No hay duda la planificación es el medio por el cual nuestro país saldrá adelante en este rubro. Cada día es mas las personas que se especializan en el deporte y mucho mas las personas convencidas de la planificación deportiva siendo esto un avance importante, nos demuestra que el empirismo, pronto dejará de existir en nuestros estados, regiones y por consecuencia México será una nación vanguardista.

Por lo tanto observamos que "el proceso de planificación del entrenamiento deportivo tiene como objetivo el logro de altos rendimientos, es por ese motivo, que debe considerarse a largo plazo donde su unidad básica la constituye la estructura del entrenamiento" (Lanier, 1999). Siendo "la planificación un método importante para asegurar un aumento continuo del rendimiento y para capacitar a los jóvenes atletas para que logren los mejores resultados deportivos en el periodo de alto rendimiento" (Harre, 1939).

En nuestro país, el sistema de planificación por capacidades se ha aplicado con resultados positivos desde 1993 por la dirección de talentos deportivos de la comisión nacional del deporte. "En Nuevo León es donde más resultado se han tenido con los entrenadores del programa de talentos deportivos del Instituto Estatal de la Juventud y el Deporte" (Lanier 1993).

No son los esfuerzos externos, como los grandes deportistas han alcanzado la cima, sino con la planificación a largo plazo, de medios y métodos apropiados para ello. Es sabido, que la gran cantidad de practicantes de un deporte, sólo

algunos llegan a la cumbre, estamos ante un fenómeno de selección en el cual como se manifiesta anteriormente, depende de la planificación a largo plazo. Detrás de un campeón olímpico o mundial hay mil deportistas que aspiran a ocupar su lugar y no siempre los mas dotados genéticamente son los que llegan, como se creía anteriormente, sino los que con parámetros superiores a la media han pasado por un largo proceso de varios años de seguimiento y planificación.

Analizando con detalle la historia de la planificación deportiva y como ha evolucionado en México y en nuestro estado, hemos visto el complejo proceso administrativo del INJUDE y la forma de planear, organizar, dirigir y controlar sus programas, sobre todo la preocupación de las instituciones públicas por el bienestar de toda la comunidad poniendo especial interés en los deportistas ya que son ellos el motor de estos programas y sistemas que utilizamos.

Esto nos muestra el compromiso de brindar una actividad física dirigida y ordenada. Por lo que requiere tener una infraestructura deportiva adecuada y personal capacitado que le sean suficientes para los requerimientos de la población, y de esta manera contribuir a la formación de individuos íntegros que mejoren la calidad de vida en nuestro estado.

#### DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

En las siguientes páginas tendremos una idea general de cómo se lleva a cabo la planificación deportiva y por consecuencia la mejora de los entrenamientos físicos, teniendo en cuenta que los atletas son la materia prima para el desarrollo de la comunidad dentro del ámbito deportivo.

## 2.6 ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

En Nuevo León se tiene una idea sistemática, de lo que a deporte se refiere, empezando con la concepción de los programas de desarrollo deportivo, como lo es el deporte selectivo, y después con la creación de las áreas que le ayudan a cumplir sus objetivos, de donde surge el sistema de planificación por capacidades, que es una útil herramienta para la elaboración de los planes de entrenamiento, que sirven como control y supervisión de los entrenadores, para mejorar y garantizar una preparación deportiva adecuada o los requerimientos de los atletas.

El entrenamiento, como definición general, nos dice que es un proceso que, por medio del ejercicio físico, tiende a alcanzar un nivel mas o menos elevado según los objetivos fijados. En el mismo sentido, (Martín,1977, citado por Lanier 1999) define de manera general, como un proceso, que produce una modificación del estado físico – motor, cognitivo, afectivo.

Y precisamente por las modificaciones en los diferentes estados físico, motor, cognitivo, y afectivo, del atleta en el proceso de entrenamiento a largo plazo, la planificación sistemática y racional de los objetivos, los contenidos, los medios, los métodos, de entrenamiento permiten una mejora progresiva de la capacidad de rendimiento, según los principios establecidos por la didáctica deportiva.

El entrenamiento optimiza todas aquellas capacidades, habilidades y conocimientos, propone las conductas necesarias para rendir en la competencia, también Ozolin, nos dice que el aprendizaje y el perfeccionamiento técnico – táctico, da mayores y mejores resultados deportivos.

Y si entendemos que el entrenamiento deportivo, es un proceso pedagógico y metodológico, que tiene como premisa fundamental a largo plazo el logro de máximos resultados, siendo el ejercicio físico el medio mas importante para el logro de este objetivo, aplicado y ejecutado en forma intensiva.

### 2.6.1 PREPARACIÓN DEPORTIVA

En el presente existe noción de metodología, sobre la preparación deportiva, y los caminos para incrementar su efectividad, contando con que el sistema de preparación ha sido planificado de una forma armónica, los deportistas alcanzarán un rendimiento máximo en la competencia.

La noción estatutaria de la preparación deportiva permite la asociación e interacción entre los factores que la componen y aseguran una influencia de esto sobre el resultado, por lo tanto se deben establecer los objetivos exactos de los resultados esperados, y que deben responder a los parámetros mundiales, como también a las etapas de la formación a largo plazo, así como las perspectivas a futuro del deporte en la teoría y metodología. Porque es un conjunto organizado, una reunión de ideas, así como sus teorías.

#### DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

Por preparación deportiva debe entenderse que es un proceso pedagógico en el cual se lleva a cabo la educación, formación y desarrollo de las posibilidades funcionales del deportista.

Por esto decimos, que la finalidad del entrenamiento, la preparación y la planificación deportiva es conducir al máximo las capacidades por las cuales rinde el deportista y el objetivo de la competencia es llevar al atleta a aplicar ese extra para tener excelentes resultados.

## 2.7 EL ARTE COMPETITIVO COMO UNA ESTRATEGIA

El arte competitivo es uno de los grupos de deportes más complejos y variados, ya que los deportes son: terrestres, acuáticos, de precisión, acrobáticos, visuales, y artísticos. Por lo que tienen grandes posibilidades de incrementar medallas, por su forma de competencia que es individual, esto es que cada competidor tiene la posibilidad de obtener una o más medallas, además cada competidor puede participar en diferentes pruebas de su deporte.

Esto lo podemos traducir de la siguiente manera; atleta por medalla y atleta por varias medallas, esto es, que un atleta del grupo de deportes de arte competitivo le puede dar a Nuevo León una o más medallas.

Otra de las ventajas que tiene este grupo es que sin tantos atletas pueden obtener un número considerable de medallas, sin tener delegaciones grandes y por lo tanto gastos enormes. Otra ventaja para los entrenadores es que las edades de aprendizaje son a temprana edad, se pueden mantener a los atletas por varias olimpiadas y así conservar más tiempo sus equipos representativos.

### DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

Por todas sus ventajas es que este grupo de deportes lo hemos tomado como una estrategia para que Nuevo León llegue y permanezca en los primeros lugares que como ya hemos visto anteriormente es muy importante para nuestro estado.

## 2.7.1 ARTE COMPETITIVO Y SUS CARACTERISTICAS

Para este grupo de deportes el Dr. Arístides Lanier Soto, tuvo a bien llamarlos grupo de deportes de arte competitivo. Surge de cinco agrupaciones mas, que fueron metodológicamente conjuntados de acuerdo a las cualidades y características entre sí, siendo estos:

1. Grupo de deportes de fuerza rápida
2. Grupo de deportes de combate
3. Grupo de deportes de resistencia
4. Grupo de deportes de juego con pelota
5. Grupo de deportes de arte competitivo

La agrupación de los deportes corresponde al grado de especialización en cada uno de ellos, producto del avance alcanzado y la ayuda en particular brindada por las ciencias aplicadas. Pero en general lo que determina la ubicación de un deporte en un grupo o en otro, no sólo son sus particularidades (capacidades motoras, gasto energético, velocidad, dirección, etc.), sino también la integración de las mismas, desde el punto de vista metodológico y atender un grupo de deportes con un número reducido de especialistas de las diferentes ciencias auxiliares (médicos, psicólogos, nutriólogos etc.) (Lanier, 1993)

Los deportes que engloban el grupo de deportes de arte competitivo son:

Gimnasia rítmica, artística, aeróbica, nado sincronizado, clavados, patinaje artístico, tiro deportivo con arma, tiro con arco, ajedrez, equitación; y sus características son:

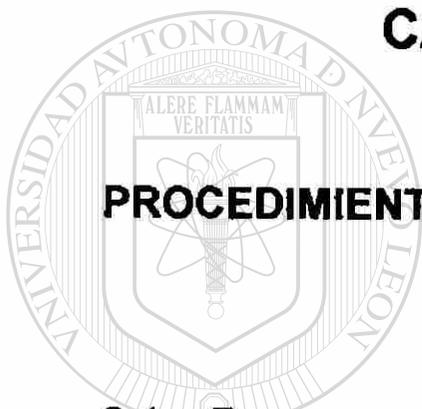
metodológico	psicológico	fisiológico
arte competitivo	psicomotores	no energéticos
biomecánico	dióquímico	sociológico
acíclicos	combinado	individuales

Dentro del arte competitivo es sumamente importante la planeación de los entrenamientos ya que la preparación de estos deportes no-sólo es física, también en un porcentaje muy elevado la preparación técnico – táctica y si le agregamos que su enseñanza empieza a muy corta edad, esto nos hace pensar en la responsabilidad que tenemos para con este grupo de deportes ya que prácticamente se esta trabajando con niños, y estos deportes comparten los mismos principios ya establecidos (Lanier,1993).

1. Los planes de entrenamiento presentan estructuras similares. Su duración oscila entre los 8 y 12 meses en las edades tempranas.
2. La especialización comienza entre los 6 y 7 años.
3. Se necesitan varios años para lograr un nivel técnico.
4. En ellos predominan las reacciones psicomotoras y las capacidades coordinativas y cognoscitivas.
5. En sus movimientos predominan la elegancia y la creatividad.
6. Existe similitud en cuanto al trabajo médico del psicólogo y demás especialistas debido a que los procesos bioquímicos, fisiológicos, biomecánicos, responden a una misma exigencia, ya que son bastante parecidos.

Por las similitudes de principios nos damos cuenta de la importancia que tienen al planificar de manera sistemática el entrenamiento deportivo. Podemos decir que la preparación del deportista es un fenómeno pedagógico a largo plazo, en donde juega un papel determinante el principio de la sistematización deportiva, para poder aumentar la carga y obtener cada vez mas, mejores resultados tomando en cuenta la edad, el sexo, el estado físico, mental, y maduración deportiva entre otras.

## **CAPITULO 3**



### **PROCEDIMIENTOS DE LA INVESTIGACIÓN.**

#### **3.1 Pasos a seguir de la investigación.**

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



## CAPITULO 3

### PROCEDIMIENTOS DE LA INVESTIGACION

#### 3.1 PASOS A SEGUIR DE LA INVESTIGACION

El estudio fue realizado en el período de la olimpiada 2001, dentro del programa de deporte selectivo a través del área de metodología y ciencias aplicadas, utilizando como medio de medición el sistema por capacidades. Dando inicio en el mes de septiembre del 2000, tras el término de la olimpiada del mismo año, con nuevas expectativas y la encomienda de mejorar; nosotros como parte del área de metodología y ciencias aplicadas, nos dimos a la tarea de dar el seguimiento del trabajo de los entrenadores y el desarrollo de los atletas seleccionados.

Siendo este un estudio "exploratorio, ya que el problema de investigación ha sido poco estudiado, es decir, la revisión de la literatura reveló que únicamente hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema" 10(Metodología de la investigación, Sampieri, Collado, Lucio).

#### DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

El universo de la muestra fueron los deportes que participaron en la olimpiada nacional 2001, de los cuales se seleccionó como muestra el grupo de deportes de arte competitivo por la característica de ser deportes individuales y que pueden dar muchas medallas por competidor. Este grupo está formado por 6 deportes los cuales se dividieron en tres deportes que fueron los que cumplieron con las indicaciones metodológicas, y otros tres deportes que no cumplieron con las indicaciones.

utilizando como método de investigación:

- Para el análisis cuantitativo se utilizó el método estadístico de diferencia de proporciones.
- Para el análisis cualitativo se utilizó una encuesta.
- Se utilizó el método de observación pedagógica para vigilar el cumplimiento de la unidad de entrenamiento.

Tomando los datos de los documentos que pertenecen a los archivos del INJUDE del área de metodología y ciencias aplicadas como material de investigación los cuales fueron:

1) plan general: Es un elemento fundamental que ayuda al entrenador a establecer y cumplir los objetivos. La planeación anual se fundamenta en el principio de organización cíclica.

Es un proceso por medio del cual el año es dividido en periodos y etapas con objetivos y metas de desempeño. Al analizar los planes escritos nos basamos en los parámetros establecidos por el sistema de planeación por capacidades

Los planes escritos contienen los siguientes puntos:

## DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

1. Análisis del macrociclo que termina (anterior); tomando como base el cumplimiento de las cargas planificadas por capacidades motoras, los objetivos de los diferentes mesociclos, el cumplimiento de las diferentes tesis, pruebas, competencias preparatorias, y las incidencias en el orden técnico – material que hicieron o no posible llevar a cabo el plan de entrenamiento.

2. Determinación de la competencia fundamental del macrociclo que inicia.

3. Objetivo del macrociclo en función de la competencia fundamental; objetivos específicos, análisis de los elementos que se trabajarán, medios y métodos a emplear en el nuevo macrociclo.

4. Diagnóstico; datos generales, características de los deportistas, recursos disponibles, necesidades materiales y operativas.

5. Tipo de macrociclo y aspectos generales de la competencia fundamental y preparatorias,

6. Análisis de los principales adversarios.

7. Tiempo disponible de los deportistas e instalaciones.

8. Incremento porcentual de las cargas de entrenamiento.

9. Determinación cronológica de los diferentes períodos, mesociclos y microciclos.

10. Distribución de las capacidades en cada período y mesociclo.

11. Características de los diferentes mesociclos y duración de los microciclos.

12. Calendarización de los test pedagógicos (pruebas medicas, físico atléticas, fisiológicas, y psicológicas).

---

- A este plan escrito, lo consideramos como punto fundamental para llevar a cabo el proceso de entrenamiento, ya que este constituye la base de todas las demás actividades a realizar.

2) Documentos de control de competencias: Estos controles son divididos en dos, el primero es, un informe de salida de delegación, que contiene lo siguiente:

- Lugar de la competencia.
- Fecha de la competencia.
- Número de participantes.
- Nivel de la competencia.
- Etapa de preparación en la que se encuentran.
- Objetivo de la competencia.

El segundo documento consta de.

- Resultados obtenidos
- Objetivos alcanzados
- Ubicación del cuadro general.

3) Expediente técnico acumulativo: Este documento es el que debe decirle a un entrenador cómo ha sido la vida y el desarrollo de un atleta al recibirlo de una categoría a otra, y cuenta con los siguientes puntos: nombre, edad, sexo. Deporte, categoría, estado de salud, rendimiento durante el mes, última evaluación, porcentaje de asistencias, período en el que se encuentra, porcentaje de aprovechamiento del período de preparación general, especial, técnico, táctico, psicológico, teórico, y notas acerca del comportamiento o rendimiento físico del atleta.

En segunda instancia se revisó que los entrenadores realizaran estos documentos y llevaron a cabo los objetivos planteados del programa, y por último se analizó todos los documentos anteriores, de los cuales, fueron sometidos a un análisis más profundo desde el punto de vista estadístico, el cual el procedimiento fue una diferencia de porcentajes, dando como resultado el análisis cuantitativo, y análisis cualitativo, se llevo a cabo a través de una encuesta realizada a los seis entrenadores que están dentro de la muestra y que pertenecen al grupo de deportes de arte competitivo, siendo un requisito que participarán en la olimpiada infantil juvenil del 2001, de esta muestra, se hizo un análisis de diferencias significativas, comparando los reactivos entre sí, por último la organización de los resultados, y la plena conformación del trabajo de investigación.

Para el análisis cuantitativo utilizaremos la siguiente encuesta:

1- ¿Conoces el sistema de planificación por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

2- ¿Utilizas el sistema de planificación por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

3- ¿Te funciona la planificación por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

4- ¿Se te dificulta la planificación por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

5- ¿Piensas que te ofrece una ventaja la planificación por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

6- ¿Comprende el sistema por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

7- ¿Dentro de tu planeación has empleado el sistema de planificación por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

8- ¿El sistema por capacidades mejoró tus resultados?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

9- ¿Se te complica planificar a través del sistema por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

10- ¿Considera que es útil el sistema de planificación por capacidades?

a)mucho b)suficiente c)poco d)no

## **CAPITULO 4**

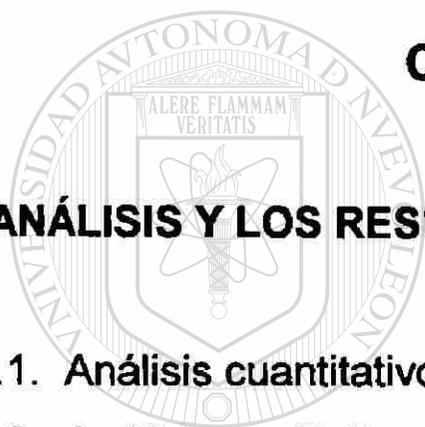
### **ANÁLISIS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.**

**4.1. Análisis cuantitativo.**

**4.2. Análisis cualitativo.**

**4.3. Análisis específico.**

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



UANL



## CAPITULO 4

### ANÁLISIS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION

#### 4.1 ANALISIS CUANTITATIVO

Para realizar el análisis cuantitativo de la investigación nosotros utilizamos el método estadístico de diferencia de proporciones, que nos muestra un incremento con relación a medallas con los resultados obtenidos en el año 2001 en comparación con los del año 2000 de los deportes que siguieron el programa de deporte selectivo teniendo como una alternativa mejorar cada año.

Resultados por medallas del grupo control que cumplieron con el programa.

	Número total 2000	Porcentaje 2000	Número total 2001	Porcentaje 2001
<b>ORO</b>	25	48.07 %	27	51.92 %
<b>PLATA</b>	18	40 %	27	60 %
<b>BRONCE</b>	20	40.81 %	29	59.18 %

Tabla 1.

Por otro lado el grupo de comparación de los deportes que no siguieron el programa no muestra incremento con relación a medallas, por esto sólo mencionamos el número total de medallas de la olimpiada 2000 en comparación con la olimpiada 2001,

Resultados por medallas del grupo control que no siguieron con el programa.

	Número total 2000	Número total 2001
ORO	1	0
PLATA	1	0
BRONCE	6	2

Tabla 2

Los resultados nos muestran números un tanto fríos, que si bien nos dan una idea de cómo se comportó el grupo de deportes de arte competitivo, también nos muestran en dónde hay que trabajar más y poniendo atención en donde se requiere.

De ahí que en las siguientes páginas veremos el análisis cualitativo, para tratar de darle una mejor interpretación a esta investigación.

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

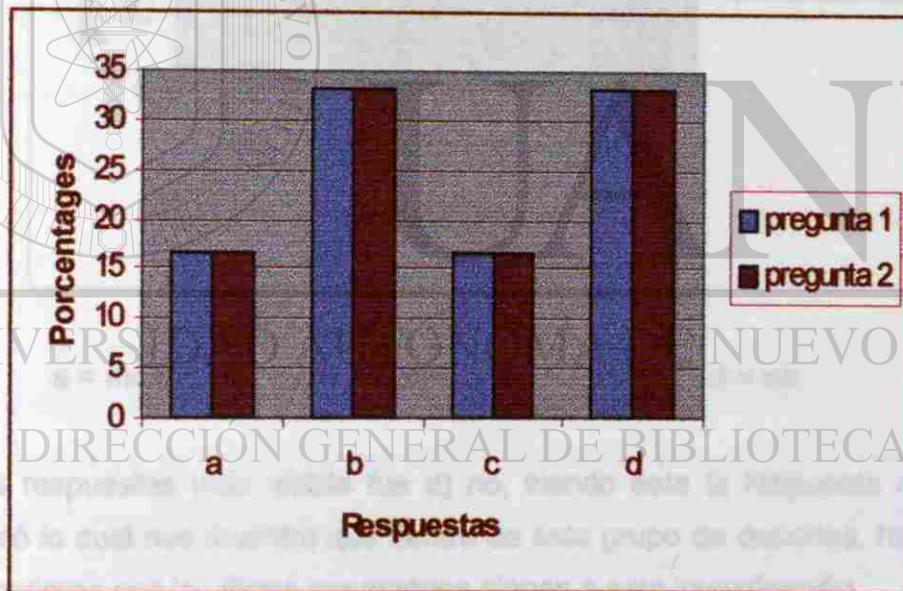
## 4.2 ANÁLISIS CUALITATIVO

El análisis se realiza por medio de una encuesta a los seis entrenadores que conforman la muestra perteneciendo al grupo de deportes de arte competitivo, los cuales participaron en la olimpiada 2001, enfocándose en su contenido a evaluar el uso del sistema por capacidades.

En la pregunta 1 y 6 las cuales son:

1 ¿Conoces el sistema de planificación por capacidades?

6 ¿Comprendes el sistema por capacidades?



gráfica 3

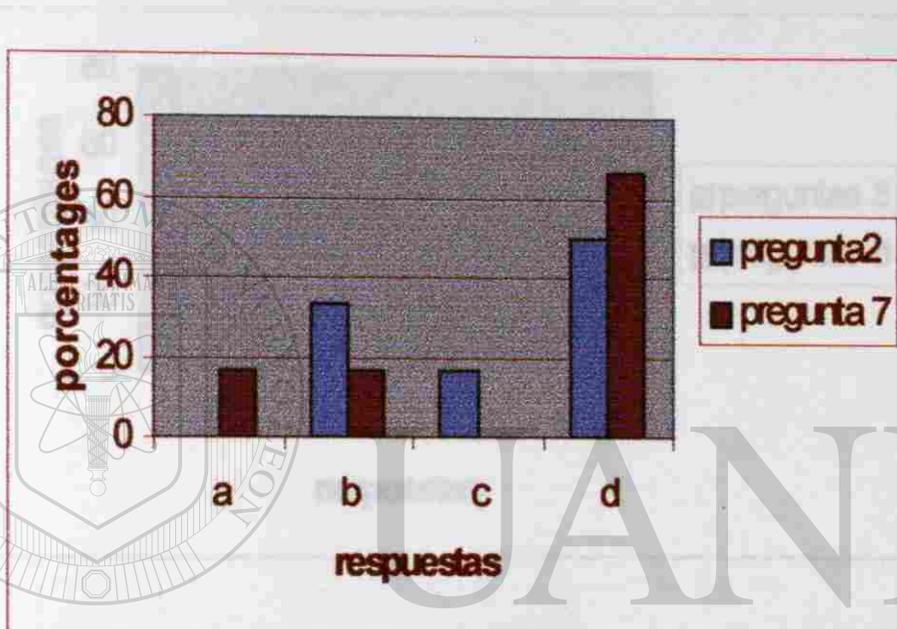
a = mucho, b = suficiente, c = poco, d = no

En estas dos preguntas las respuestas fueron b) suficiente y d) no, por lo que observamos la muestra de 6 deportes que se tomaron para esta investigación, 3 de estos conocen suficiente el programa y los otros 3 no lo conocen, esto puede ser una justificante por cual no se obtuvieron resultados favorables.

En la pregunta 2 y 7 las cuales son:

2 ¿Utilizas el sistema de planificación por capacidades?

7 ¿Dentro de tu planeación has empleado el sistema de planificación por capacidades?



gráfica 4

a = mucho, b = suficiente, c = poco, d = no

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

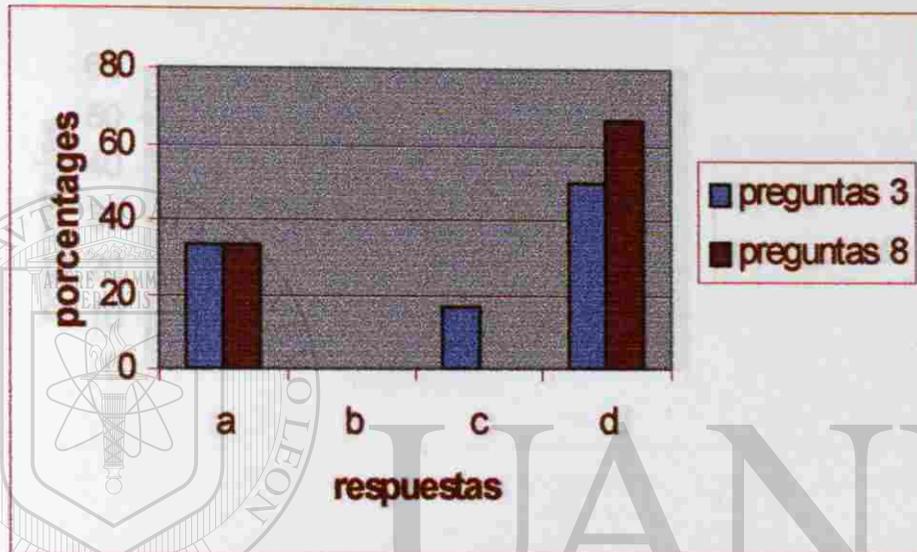
Las respuestas más visible fue d) no, siendo esta la respuesta que más destacó lo cual nos muestra que dentro de este grupo de deportes, hay pocos entrenadores que lo utilizan por razones ajenas a esta investigación.

En la pregunta 4 y 8 los resultados son:

En la pregunta 3 y 8 que son:

¿Te funciona la planificación por capacidades? *¿funciona por capacidades?*

¿El sistema por capacidades mejoró tus resultados?



Gráfica 5

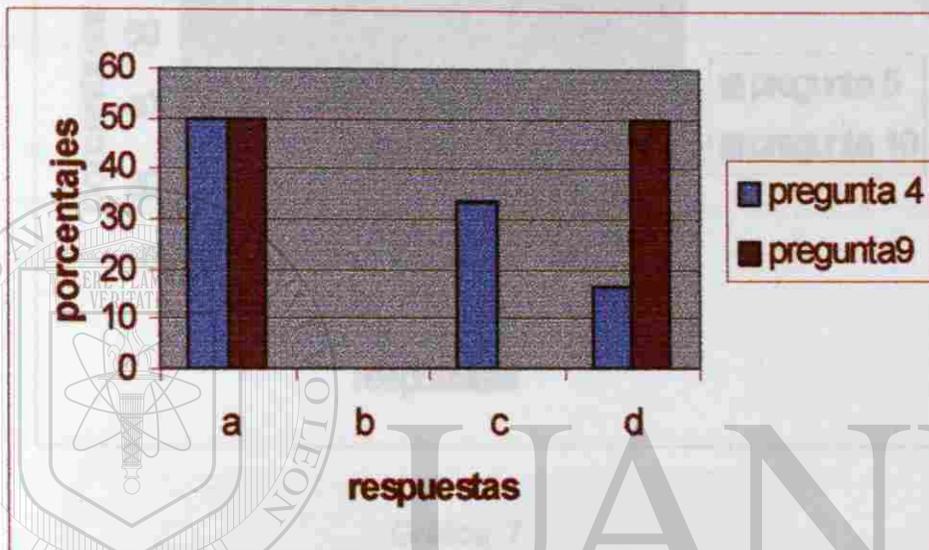
a = mucho, b = suficiente, c = poco, d = no

La respuesta de las preguntas fue d) no, la que más destacó, nosotros los interpretaremos de la siguiente manera, ya que en las respuestas anteriores no se utiliza el sistema por capacidades tampoco se obtienen resultados.

En la pregunta 4 y 9 las cuales son:

4 ¿Se te dificulta la planificación por capacidades?

9 ¿Se te complica la planificación a través del sistema por capacidades?



Gráfica 6

a = mucho, b = suficiente, c = poco, d = no

La respuesta que más destacó en estas preguntas fue la a) mucho y d) no, esto nos muestra un panorama del por qué no se utiliza el sistema por capacidades, ya que les parece muy complicado de realizar, y por el contrario, otros entrenadores lo comprenden muy bien por lo tanto lo manejan.

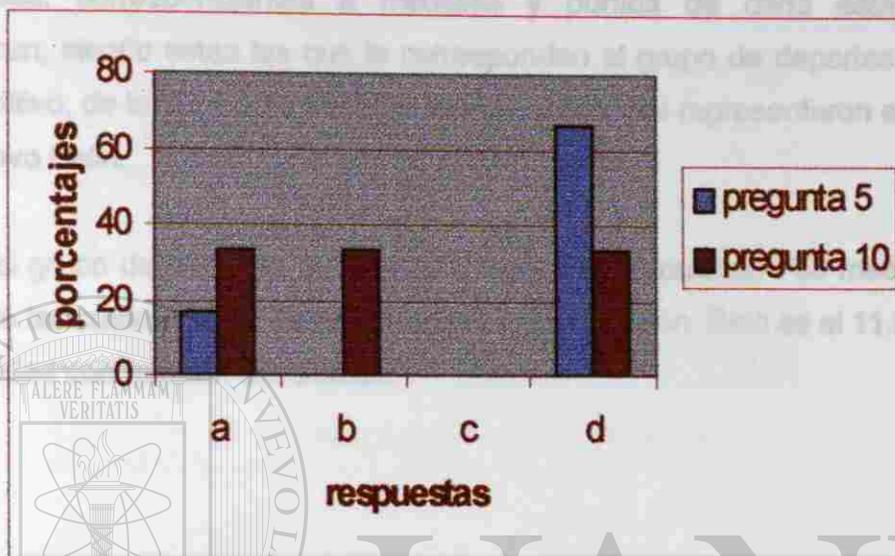
donde los entrenadores utilizan el sistema que más se adapta a sus necesidades, teniendo el sistema por capacidades como control para su trabajo y una forma de planificar sus sesiones.

Por esta razón este grupo de deportes lo hemos elegido como estrategia a seguir para mejorar resultados, y ganar un gran número de medallas, con pocos atletas, y dependiendo de la situación del deporte, optar por puntaje por competidor.

En la pregunta 5 y 10 las cuales fueron:

5 ¿Piensas que te ofrece una ventaja la planificación por capacidades?

10 ¿Consideras que es útil el sistema de planificación por capacidades?



Gráfica 7

a = mucho, b = suficiente, c = poco, d = no

La respuesta que más sobresalió en estos cuestionamientos fue la d) no, lo cual muestra que para los entrenadores no le es útil el sistema.

DIRECCION GENERAL DE BIBLIOTECAS

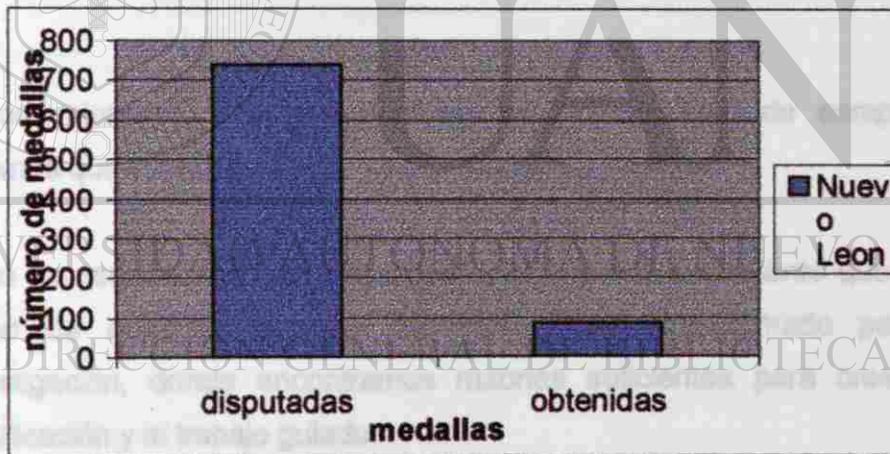
Hay que tomar en cuenta que en estos deportes los sistemas de entrenamiento, son sumamente complicados, con propias características, donde los entrenadores utilizan el sistema que más se adapta a sus necesidades, tomando el sistema por capacidades como control para su trabajo y una forma de planificar mas extensa.

Por esta razón este grupo de deportes lo hemos elegido como estrategia a seguir para mejorar resultados, y garantizar un gran número de medallas, con pocos atletas, y dependiendo de la difusión del deporte, aportar mas puntos por competidor.

### 4.3 ANÁLISIS ESPECIFICO

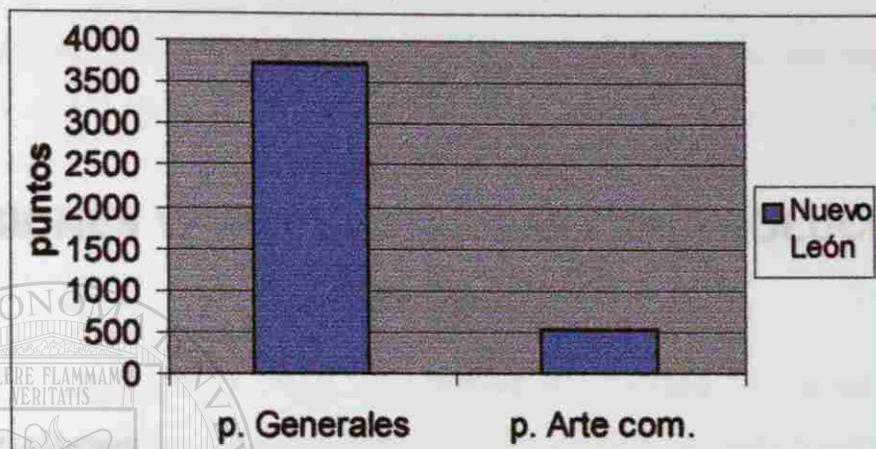
Para cuestiones estadísticas y control de puntaje nacional, se dan las cifras generales, correspondientes a medallas y puntos de cada estado que participan, siendo estas las que le corresponden al grupo de deportes de arte competitivo, de la olimpiada infantil juvenil del 2001 que representaron al estado de Nuevo León.

En el grupo de deportes de arte competitivo se disputaron 738 medallas en total, de las cuales 85 son para el estado de Nuevo León. Esto es el 11.52 % de efectividad con relación a medallas.



Gráfica 8

Con relación a puntos se otorgaron 3726, al estado de Nuevo León, de los cuales 520 puntos fueron generados por arte competitivo, esto es el 13.95 % de aporte al estado.



Gráfica 9

Con relación a los puntos otorgados por cantidad de competidores tenemos que el porcentaje de efectividad es del 86.6 %.

En los resultados anteriores observamos el comportamiento que tiene el grupo de deportes de arte competitivo, que fue tomado para esta investigación, donde encontramos razones suficientes para creer en la planificación y el trabajo guiado.

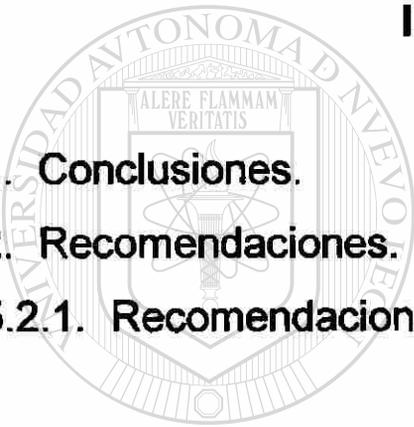
## **CAPITULO 5**

### **CONCLUSIONES Y PROPUESTAS PARA UNA SOLUCIÓN INMEDIATA.**

**5.1. Conclusiones.**

**5.2. Recomendaciones.**

**5.2.1. Recomendaciones específicas.**



**UANL**

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



## CAPITULO 5

### CONCLUSIONES Y PROPUESTAS PARA UNA SOLUCION INMEDIATA

#### 5.1 CONCLUSIONES

De acuerdo con los análisis que se llevaron a cabo con los resultados obtenidos en los años 2000 y 2001, tenemos un panorama amplio y concreto de la forma en cómo se comportan y se desarrolla este grupo de deportes que en conjunto son denominados arte competitivo, que es parte de los 5 grupos de deportes que están en el programa de deporte selectivo.

En los resultados del análisis cuantitativo por medallas del grupo control, que siguieron con las especificaciones del programa y con los documentos de control, concluimos que; en medallas de oro se incrementó de un 48.07 % en el año 2000 a un 51.92 % en el año 2001, esto es 3.85 % mas con respecto al año anterior, y que en medallas de plata el incremento fue de un 40 % del año 2000 a un 60 % del año 2001, esto es un incremento del 20 % mas, y también en bronce se da el incremento de 40.81 % del año 2000 a 59.18 % del año 2001, que nos da un 18.37 % mas, por lo tanto decimos que en este grupo de control se cumplió con las expectativas de aumentar sus resultados.

#### DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

Si bien es cierto que los aumentos son relativamente pequeños, debemos de entender que esto es una comparación de un año, y que el incremento mas fuerte se dará con el paso de los años.

Esto nos deja ver que el trabajo sistemático y ordenado que llevaron los entrenadores en el grupo control, da como resultado, el aumento de medallas, pero para que esto se de, necesariamente hay un aumento en el rendimiento deportivo, y para que este sea efectivo tuvo que haber una mejora en la calidad del entrenamiento.

Los documentos de monitoreo que se utilizaron para evaluar y analizar el desempeño del deporte, facilita el trabajo del entrenador, teniendo orden, tratando que el avance sea progresivo, los parámetros que se utilizan, son registrados, por ejemplo; cuando se entrena, cómo se entrena, y para qué se entrena, simplemente es un medio de control que día a día se modifica para ubicar a los atletas en el periodo adecuado, y proporcionarles un mejor seguimiento.

Por otro lado el grupo control que no siguió con el programa, no muestra incremento con relación a medallas de la olimpiada del 2000 en comparación con la del 2001, de hecho se observa un pequeño retroceso, de una medalla de oro obtenida en el 2000 a cero obtenidas en el 2001, lo mismo sucede con la plata, y en las medallas de bronce, de seis medallas obtenidas en el 2000 a 2 obtenidas en el 2001.

El decremento que sufrió el grupo de control, realmente no es alarmante, de hecho lo importante es que podemos comprobar que el no llevar un sistema metodológico, el no acatar las indicaciones del programa establecido, da un resultado poco conveniente, pues quedan estancados en sus precarios resultados, y con tendencia a bajar a un más su rendimiento.

Para poder darle cuerpo a esta investigación, y tener una idea mas objetiva del por que de los resultados, se llevó a cabo un **análisis cuantitativo**, que se obtuvo de una encuesta, que realizaron los entrenadores del grupo de deportes de arte competitivo, que participaron en la olimpiada 2001, donde la encuesta fue enfocada al uso del sistema por capacidades.

De acuerdo con los resultados del análisis cuantitativo podemos concluir lo siguiente: la mitad de los entrenadores que fueron encuestados para esta investigación, no conocen el sistema por capacidades, de ahí que no cumplieran con el mismo, por lo tanto no hubo buenos resultados.

Podemos observar de los resultados de la encuesta, y del propio análisis, que la mayoría de los entrenadores utilizan poco el sistema por capacidades, aún conociéndolo, esto se debe a que en estos deportes los sistemas de entrenamiento son sumamente complicados por sus propias características, donde los entrenadores utilizan el sistema que más se adapte a sus necesidades y lo combinan con el sistema por capacidades, dando esto un excelente resultado.

El poco conocimiento del sistema hace difícil su comprensión para los entrenadores, por lo tanto no planifican, ni utilizan los documentos de control, esto los pone en desventaja y son vulnerables a la inestabilidad de su entrenamiento, dando como consecuencia resultados negativos.

Esto pone de manifiesto, la poca utilidad que se le da al sistema por parte de los entrenadores, al no estar convencidos de implementarlo como un sistema de entrenamiento integral; y que si bien es cierto que algunos entrenadores, sí lo utilizan, son pocas las ventajas que ellos observan, por consiguiente adaptan el sistema y lo modifican de acuerdo a las necesidades de cada deporte.

En el grupo control que sí siguen el sistema por capacidades, se observa los resultados positivos que obtuvieron en la olimpiada 2001, con respecto a la del 2000, el incremento en medallas es una prueba contundente de que el trabajo, sistematizado y respaldado en el sistema por capacidades es una muy buena opción, para incrementar los resultados de este grupo de deportes.

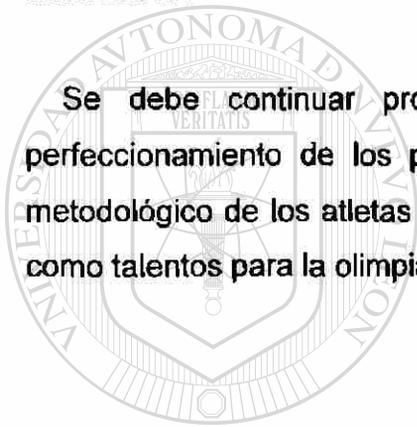
En el análisis que se hace con respecto a los puntos otorgados por la cantidad de competidores de cada deporte, vemos que el porcentaje de efectividad es muy bueno, y otorga valiosos puntos al estado. Cabe aclarar que en este ciclo de olimpiada, fue muy accidentado el proceso de preparación, ya que no se contó con las instalaciones deportivas, ni con los implementos

necesarios, para cada deporte, aún así se compitió, con una excelente actuación.

En conclusión el sistema por capacidades, a través de sus doce puntos, dio la posibilidad de mejorar los resultados de los deportes que lo llevaron a cabo, en el trabajo técnico \_ metodológico de los talentos deportivos del estado de Nuevo León del grupo de deportes de arte competitivo.

Los resultados nos dicen que es necesario continuar con esta metodología de trabajo, la cual desarrolla al entrenador en el orden de la planificación sistemática.

Se debe continuar profundizando en el trabajo metodológico, y el perfeccionamiento de los planes y los documentos de seguimiento técnico metodológico de los atletas que tienen posibilidades y que están considerados como talentos para la olimpiada del 2002.



UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## 5.2 RECOMENDACIONES

Para garantizar mejores resultados en las siguientes olimpiadas nacionales infantiles juveniles, es necesario la identificación de una estrategia a seguir, siendo esta el móvil de nuestra investigación, ya que el grupo de deportes de arte competitivo, tiene ventaja sobre los otros grupos de deportes. Porque se compite en un gran número de especialidades por disciplina, y cada competidor puede participar en varias de estas, por cada rama y categoría.

De acuerdo con los análisis de los resultados y con las conclusiones, nosotros proponemos un camino viable para una solución inmediata, siendo estas las siguientes:

Realizar una serie de cursos de capacitación, enfocados al grupo de deportes de arte competitivo, garantizando la enseñanza y aplicación del sistema por capacidades, el cual muestre las ventajas de un sistema organizado, y el monitoreo del rendimiento de los atletas, de esta manera llegar hasta el convencimiento de los entrenadores del funcionamiento del sistema.

Promover la contratación de entrenadores con un nivel de escolaridad mínima de licenciatura en el área deportiva, con la finalidad de tener entrenadores de gran calidad y preparación, para facilitar el trabajo metodológico, con esto los atletas estarán atendidos por especialistas y asegurar el desarrollo del deporte en forma científica.

Garantizar las instalaciones deportivas, y los recursos materiales con la tecnología de vanguardia, con el objetivo de optimizar los entrenamientos y asegurar una mejor actuación en las competencias.

Realizar estudios de escauteo, en las diferentes unidades deportivas en los municipios del estado de Nuevo León, para detectar nuevos talentos deportivos.

Es necesaria la masificación de estos deportes, con un programa de difusión deportiva, que permita conocer todas las disciplinas que involucran al arte competitivo, afín de hacerlo popular en la comunidad.

Las propuestas antes planteadas, sólo son algunas de las que se pueden llevar a cabo en un futuro, es muy amplia la posibilidad de mejorar los resultados en este grupo de deportes, dando con esto nuestra forma de contribuir a que Nuevo León siga en los primeros lugares en las olimpiadas nacionales infantil juvenil, teniendo como premisa fundamental, el desarrollo social de la comunidad deportiva.



# UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## 5.2.1 RECOMENDACIONES ESPECIFICAS

En las siguientes líneas estaremos enfocándonos directamente a cada deporte y a sus necesidades, con el fin de aportar específicamente una recomendación, a los deportes que se vieron involucrados en esta investigación.

En el deporte de clavados, garantizar las instalaciones deportivas (fosa de clavados, trampolines), y los implementos de entrenamiento en tierra (colchones, botadores). Otro aspecto importante es la capacitación de los entrenadores en el área de planificación y metodología.

En el deporte de nado sincronizado, asignarle un área específica para la práctica y entrenamiento de este deporte, garantizarles los implementos de entrenamiento, así como los de competencia.

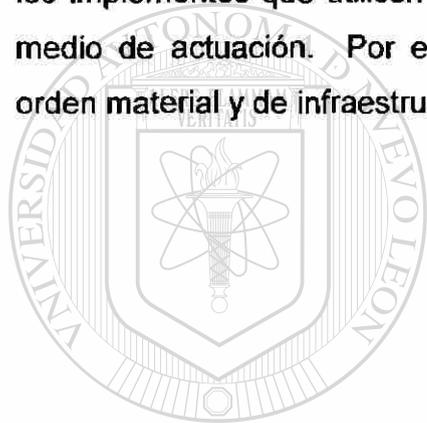
En el deporte de gimnasia rítmica, el trabajo con equipos de base (semillero) es una prioridad para este deporte, así como la capacitación de los entrenadores en la planificación y metodología.

En el deporte de patinaje sobre ruedas, al igual que en otros deportes el trabajo con los equipos de base (semillero) es prioridad y de atención inmediata.

En tiro deportivo, resolver la falta de implementos (armamento) y herramientas modernas que permitan competir al mismo nivel tecnológico de otros estados, con esto estaremos garantizando que los buenos resultados se multiplicarán aún más.

En el deporte de tiro con arco, es muy similar al de los otros deportes, hay que atacar la falta de equipo deportivo, y todos los recursos materiales que se presenten. Es indispensable que la planeación psicológica, sea asistida en el área de entrenamiento y competencias.

En las recomendaciones anteriores atendemos a las necesidades que se suscitaron durante el periodo de preparación y competencia de la olimpiada. En este grupo de deportes, se hizo evidente la falta de áreas deportivas, e implementos adecuados, prácticamente el éxito de estos deportes, depende de los implementos que utilicen en su desempeño, y del tiempo que estén en su medio de actuación. Por esto las recomendaciones que sugerimos son de orden material y de infraestructura.



# UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## INDICE DE GRAFICAS

Tabla 1, comparativo de los años 2000 2001  
(grupo control que siguió el programa). 31

Tabla 2, comparativo de los años 2000 2001  
(grupo control que no siguió el programa). 32

Gráfica 3, resultados de las preguntas 1 y 6. 33

Gráfica 4, resultados de las preguntas 2 y 7. 34

Gráfica 5, resultados de las preguntas 3 y 8. 35

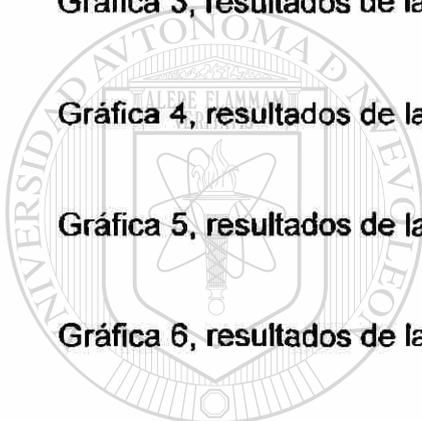
Gráfica 6, resultados de las preguntas 4 y 9. 36

Gráfica 7, resultados de las preguntas 5 y 10. 37

---

Gráfica 8, efectividad con relación a medallas. 38

Gráfica 9, comparativo de puntos generales  
Contra puntos de arte competitivo. 39



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



## GLOSARIO DE TERMINOS

**Crecimiento Integral:** desarrollo de la comunidad desde el punto de vista físico, moral y psicológico.

**Proceso metodológico deportivo:** son las faces del desarrollo, seguimiento y modificaciones del entrenamiento deportivo.

**Talentos deportivos:** son atletas destacados de un deporte determinado que forman la selección de un estado o país.

**Sistema científico metodológico integral:** es la organización de varias ciencias como la medicina, psicología, pedagogía y nutrición entre otras.

**Ciencias aplicadas al deporte:** son ciencias que el deporte utiliza para su desarrollo, tales como medicina, psicología, pedagogía, nutrición entre otras.

**Atletas de alto rendimiento:** son atletas seleccionados de un estado o nación con mejores habilidades de su deporte y que está dedicado 100% a la competencia.

**Sistema de planificación por capacidades:** es un proceso pedagógico por el cual se planifica el desarrollo de las capacidades motoras (condicionales y coordinativas) e intelectuales (cognoscitivas), el cual fue desarrollado por el Dr. Aristides Lanier Soto.

**Desarrollo integral:** es desarrollo cualitativo y duradero en la conformación del todo y las partes primordiales del ser humano, moral, físico, psicológico y educativo de un individuo.

**Proceso administrativo:** son una serie de fases que realiza una organización para su mejor desempeño, tales como planeación, organización, dirección y control.

**Planeación:** comprende la selección de objetos y políticas, procedimientos para conseguir las metas.

**Planeación por objetivos:** es un sistema en que los objetivos específicos se determinan conjuntamente por los subordinados y los superiores.

**Organización:** comprende la determinación y numeración de las actividades necesarias para obtener los objetivos de la organización.

**Diseño organizacional:** el cual determina la estructura en función de su estrategia, el personal, la tecnología y las tareas de la organización.

**Dirección:** comprende la guía y la supervisión de los subordinados.

---

**Control:** es el que ajusta los acontecimientos a los planes.

**Planificación del entrenamiento:** la división temporal de los métodos de preparación del deportista, considerando el calendario deportivo y los objetivos finales a alcanzar en la competencia.

**Arte competitivo:** grupo de deportes que por sus características competitivas se semejan y adoptan las artes.

**Deportes terrestres:** son los deportes que su medio habitual es la tierra, (en el sentido de piso).

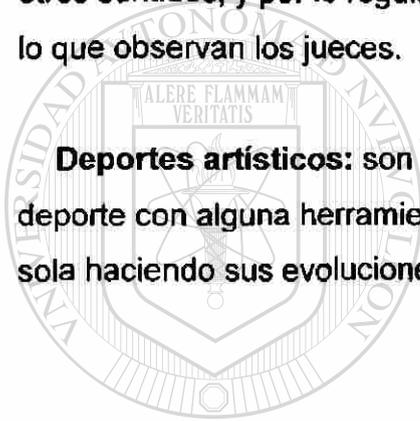
**Deportes acuáticos:** son los deportes que su medio habitual es el agua.

**Deportes de precisión:** son los deportes que requieren de una gran habilidad de precisión, ya sea con implemento o sin ello, es estar en el momento justo en el tiempo adecuado.

**Deportes acrobáticos:** son los deportes que requieren de una gran habilidad acrobática, es mantenerse en el aire haciendo formas y ejercicio de rutinas con el cuerpo.

**Deportes visuales:** son los deportes en donde predomina la vista, mas que otros sentidos, y por lo regular la forma de calificar es de apreciación o sea con lo que observan los jueces.

**Deportes artísticos:** son los deportes que combinan el ejercicio físico de su deporte con alguna herramienta artística (música, danza, etc.) y la vuelve una sola haciendo sus evoluciones.



UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## BIBLIOGRAFIA

1. AULIK, I. V. Cómo determinar el nivel de entrenamiento del atleta. Moscú, Cultura física y deporte, 1977.
2. ALLEN Louis A. La función directiva como profesión. Nueva York: McGraw Hill Book company. Inc, 1987.
3. American Management Association. Un nuevo concepto de la dirección administrativa, bilbao: Ediciones Deusto, S. A, 1983.
4. BAVERFELD, K. H. El desarrollo de la forma deportiva. Leipzig, 1976
5. Barnard, Chester. Las funciones de los elementos dirigentes, Madrid, Instituto de estudios políticos, 1989.
6. BADILLA Tarre J. A. Introducción a la metodología de la investigación pedagógica. Edit. Madero. 1ra edición. Puebla, México, 1986
7. Documento. NUEVO LEON A PASOS FIRMES. MAYO 2001. Pag. 1 – 6
8. Documento proyección para el año 2003 en el deporte en Nuevo León.
9. HARRE. D. Principios del entrenamiento deportivos. Cuba 1966.
10. HOCHMUTH, G. Biomecánica de los movimientos deportivos. Sportberlag, berlin. 1971.
11. JONHONSON. R. Estadística elemental. Edt. Iberoamérica, 2da edición, 1996

12. KOONTZ, O'DONNELL. 1998. Curso de administración moderna.  
Tercera edición. Pag. 15 – 19
13. LANIER, S. A. Principios metodológicos. Dep. der. Pueblo, la Habana  
Cuba 1 1977
14. LANIER, S. A. (1996). La tecnología y metodología de la planificación del  
entrenamiento deportivo por el sistema de capacidades. 2da, edición. Edt  
San Antonio. Nuevo León, México, 1996
15. LANIER, S. A. (1993). Fundamentos de la teoría y metodología del  
entrenamiento deportivo. 2da, edición. Edt. San Antonio. Nuevo León,  
México
16. MATVIEEV. L P. Hacia la estructura del entrenamiento, Moscú 1970
17. MATVIEEV, V. P. La base del entrenamiento. Edt. Vigot, 1980
- 
18. MATVEEV, L. P. La periodización del entrenamiento deportivo.   
Fiskulturs sport, Moscu, 1965.
19. MEINEL. Kurt. Didáctica del movimiento. 3ra, edición. Edt. Orbe, 1972.
20. MEINEL, K. Teórica del movimiento. Sportverlag, Berlin, 1981.
21. OZOLIN, N. G. Metodología del entrenamiento. Bucarest, Stadion, 1972
22. KUZNEZOV, W. W, Preparación de la fuerza. Fundamentos teóricos del  
desarrollo de la fuerza muscular. Sportverlag, Berlin, 1972.

23. KLIMPEL, P. Educación y desarrollo de la personalidad. Volk und wissen, Barlin, 1969.

24. SAMPIERI, R. Metodología de la investigación. Editorial ultra Segunda edición

25. SCHOLICH, M. Entrenamiento en circuito. Theorie and praxis der Korperkultur. Belheft, 1971.

26. TORO, B. R. Diplomado en dirección deportiva. Diapositiva 9, 10, 20, 33, 45,73.

27. TORRES, I. Periodización del entrenamiento deportivo. Dep. der. Pueblo, La Habana, 1977

28. UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NUEVO LEÓN. FOD. Entrenamiento óptimo.

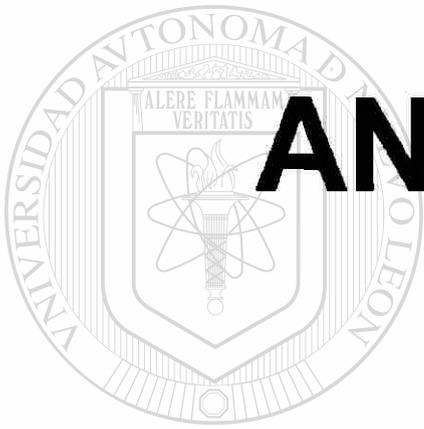
29. VERCHOSANKIJ, JU. V. Fundamentos del entrenamiento especial de la fuerza en el deporte. Theorie und praxis der korperkultur, 1971.

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

30. WAYNE, W. D. JAMES, C. T. Estadística. 1ra, edición. Edt.. Interamericana, 1997 México. D.F.

31. [www.gobiernodelestadodenuvoleon/sep.gob.mx](http://www.gobiernodelestadodenuvoleon/sep.gob.mx)

32. ZACIONRSKIJ, V. M. Las propiedades físicas del deportista. Theorie aud praxis der korperkultur, 1971.



# ANEXOS

# UANL

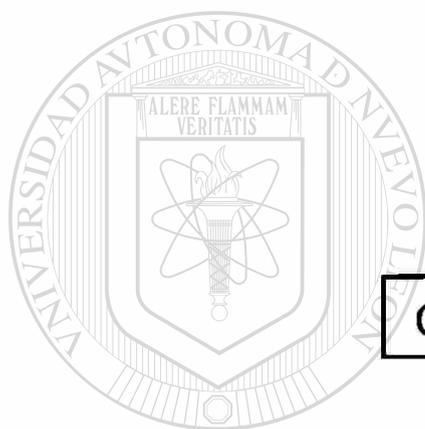
---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

**SISTEMA DE PLANIFICACION POR CAPACIDADES  
PLAN GENERAL ESCRITO Y GRAFICO DE 14 PUNTOS**



**CONTENIDO**

- 1.- Análisis del macrociclo anterior.
- 2.-Determinación de la competencia fundamental.
- 3.-Objetivos del macrociclo que inicia.
- 4.-Diagnostico.
- 5.-Tipo de macrociclo.
- 6.-Principales adversarios.
- 7.-Tiempo disponible de los deportistas.
- 8.-Incremento porcentual de las cargas.
- 9.-Determinación cronológica de los diferentes periodos.
- 10.-Características de los diferentes mesociclos y duración.
- 11.-Distribución de cada una de las capacidades.
- 12.-Planes clase.
- 13.-Calendarizacion de las pruebas.
- 14.-Necesidades materiales.





<b>1.3 Objetivos del macrociclo anterior y resultados obtenidos.</b>			
OBJETIVO:			
Resultados:			
<b>1.4 Resultados de la competencia fundamental que termina</b>			
	<b>MEDALLAS</b>	<b>NUMERO</b>	
	oro		
	plata		
	bronce		
<b>1.5 Análisis de los elementos que trabajaron, planificado y real.</b>			
<b>general planificados</b>		<b>generales reales</b>	
<b>específicos planificados</b>		<b>específicos reales</b>	
<b>2. Determinación de la comp. Fundamental que inicia:</b>			
<b>3. OBJETIVOS DEL MACROCICLO QUE INICIA:</b>			
<b>3.1. Pronostico de Actuación.</b>			
<b>lugar general</b>	<b>medallas</b>	<b>num. atletas</b>	
	oro		
	plata		
	bronce		

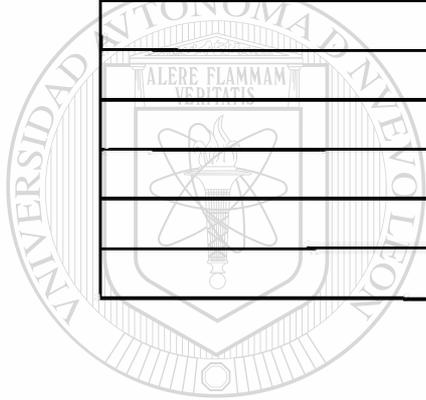
3.2 objetivos de la tarea física, técnica, táctica, teórica y psicológica.

<b>PERIODO</b>	<b>OBJETIVO</b>			
<b>Periodo General</b>				
Técnico				
Táctico				
Teórico				
Psicológico				
PFG				
PFE				
<b>Preparatorio Especial</b>				
Técnico				
Táctico				
Teórico				
Psicológico				
PFG				
PFE				
<b>Periodo Competitivo</b>				
Técnico				
Táctico				
Teórico				
Psicológico				
PFG				
PFE				





<b>7. Tiempo disponible de los atletas y numero de semanas desde el inicio del macrociclo hasta la competencia fundamental:</b>		
<b>8 .Incremento porcentual de las cargas</b>		



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

®

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

## 9.- MACROCICLO

Inicia el:	
DEPORTE:	
MICROCICLOS:	
HRS:	
FRECUENCIAS:	
HRS por frecuencia:	

Periodo Preparatorio		Periodo competitivo	
PORCENTAJE		PORCENTAJE	
FECHA		FECHA	
MICROCICLO		MICROCICLO	
HRS:		HRS:	
Periodo general		Periodo especial	
PORCENTAJE		PORCENTAJE	
FECHA		FECHA	
MICROCICLO		MICROCICLO	
HRS:		HRS:	

### 10.- DISTRUBUCION DEL PROGRAMA POR CAPACIDADES

TIPO DE ACTIVIDAD	CAPACIDADES	PERIODO PREPARATORIO		PERIODO COMPETITIVO		PERIODO TRANSITORIO
		P.F.G. % hrs	P.F.E. % hrs	%	hrs	
<b>C A P A C I D A D E S</b>	<b>CONDICIONALES</b>	FUERZA				
		REISTENCIA				
		RAPIDEZ				
		FLEXIBILIDAD				
	<b>COORDINATIVAS</b>	ACOPLAMIENTO				
		DIFERENCIACION				
		RITMO				
		REACCION				
		ORIENTACION				
		ADAPTACION				
	<b>COGNOCITIVAS</b>	EQUILIBRIO				
		TECNICA				
		TACTICA				
		TEORIA				
		PSICOLOGIA				
TOTALES						







# PLAN SEMANAL

DEPORTE: \_\_\_\_\_

ENTRENADOR: \_\_\_\_\_

MES: \_\_\_\_\_

PERIODO: \_\_\_\_\_

DÍAS	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO		TOTAL			
	P	HR	P	HR	P	HR	P	HR	P	HR	P	HR	P	R	%	
1 <sup>ra</sup> S																
2 <sup>da</sup> S																
TOTAL																

**EXPEDIENTE DEPORTIVO TÉCNICO**  
**ACUMULATIVO DEL ATLETA**

FOTOGRAFÍA

DATOS DEL ATLETA

DEPORTE \_\_\_\_\_

NOMBRE(S)		APELLIDO PATERNO		APELLIDO MATERNO	
FECHA DE NACIMIENTO		DIA	MES	AÑO	
DIRECCIÓN PARTICULAR		CALLE Y No.	COLONIA	TELÉFONO	
MUNICIPIO		_____			
NOMBRE DE LA ESCUELA		_____			
NOMBRE DIRECTOR DE LA ESCUELA		_____			

DATOS DE LOS PADRES

NOMBRE DEL PADRE O TUTOR		_____	
DIRECCIÓN PARTICULAR		TELÉFONO	_____
OCUPACIÓN	DIRECCIÓN Y TEL _____		
LUGAR DE TRABAJO	_____		
NOMBRE DE LA MADRE		_____	
DIRECCIÓN PARTICULAR		TELÉFONO	_____
OCUPACIÓN	DIRECCIÓN Y TEL _____		
LUGAR DE TRABAJO	_____		
<b>CONVIVENCIA DE LOS PADRES:</b>			
CONVIVEN	SEPARADOS	VIVEN	FALLECIDOS
_____	_____	_____	_____
SI ALGUNO DE LOS PADRES HA FALLECIDO, MENCIONE LA CAUSA:			
_____			
SI ALGUNO DE LOS PADRES ESTA ENFERMO, MENCIONE QUE ENFERMEDAD PADECE:			
_____			
SITUACIÓN ECONÓMICA DEL HOGAR		_____	
SITUACIÓN SOCIAL DEL HOGAR		_____	

**NOMBRE**

---



---

**DEPORTE**

---



---

**ESPECIALIDAD**

---



---

**FECHA DE EVALUACIONES DESDE**

---



---

**HASTA**

---



---

<b>PERIODO</b>	<b>ASISTENCIA</b>	<b>EVALUACIÓN</b>

**MESOCICLO**

**MACROCICLO**

LEYENDA DE EVALUACIÓN	
PREPARACIÓN	ASISTENCIA
MB +95	MB +95
B 95/85	B 95/92
R 84/80	R 91/89
D 79/70	D 88/84
M 70	M 83

TIPOS DE PREPARACIÓN	HR. PLANEADO	HR. REALIZADA	%	EVALUACIÓN
PREP. FÍSICA GRAL.				
PREP. FÍSICA ESPECIAL				
PREP. TÉCNICA				
PREP. TÁCTICA				
PREP. PSICOLÓGICA				
TEST FÍSICO				
TEST TEÓRICO				
TEST PSICOLOGÍA				
PRUEBA MÉDICA				
TOPES				
CAMPAMENTOS				
COMPETENCIAS SELECTIVAS				
COMPETENCIAS PREPARATORIAS				
OTRAS:				

**ANOTACIONES COMPLEMENTARIAS:**



## RESUMEN AUTOBIOGRAFICO

Juana Erica Cortés Márquez

**Candidata para el grado de Maestra en Ciencias del Ejercicio con Especialidad en Alto Rendimiento.**

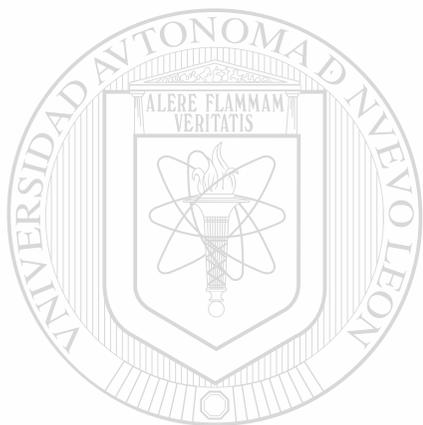
**Tesis: ANALISIS DE LA PLANIFICACION EN LOS DEPORTES DE ARTE COMPETITIVO EN LOS AÑOS 2000, 2001 Y SUS RESULTADOS.**

**Campo de Estudio: PEDAGOGICO**

**Datos Personales:** Nacida en la ciudad de Puebla, pue. El 8 de febrero de 1975, hija de Marcos Cortes Pineda y Sivilina Marquez Aguilar.

**Educación:** Egresada de la Escuela Normal de Educacion Fisica del B.I.N.E. Con titulo de Licenciada en Educacion Física, aprobada por unanimidad con el trabajo de investigación, Nutrición y Complementos Deportivos, Diplomado en Dirección Deportiva, Diplomado en Computación Microsoft Office 2000.

**Experiencia Profesional:** Maestra de Educacion Física de la BUAP en la preparatoria Enrique Cabrera. Coordinadora deportiva en el Parque España, en Puebla Pue. Metodólogo Deportivo del INDE en Nuevo León del grupo de deportes de Arte Competitivo. Ponente en los Cursos de Capacitación a instructores de la Asociación Estatal de Fiscoconstructivismo en Nuevo León. Ponente en los cursos de capacitacion a entrenadores del Estado en el INDE de Nuevo León.



# UANL

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



