

**INSTITUTO UNIVERSITARIO ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**

**INVESTIGACION SOBRE LA BAJA MOTIVACION EN
LOS DEPORTISTAS DE HOCKEY SOBRE PATINES.**

Trabajo Final de Grado

Tutor: Mge. Leonardo Barrios de los
Santos

BRUNO DI MARTINO

MONTEVIDEO

2019

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

“El firmante Bruno Di Martino, es responsable de todas las opiniones y contenido manifestados en este documento, que no necesariamente son compartidas por el Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes”.

A square image showing a handwritten signature in black ink on a dark background. The signature is stylized and appears to be 'BDM'.

.....

BRUNO DI MARTINO

RESUMEN

En el siguiente trabajo se desarrolla un proceso realizado durante las asignaturas de taller de proyecto 1 y 2, en la cual para el primer semestre se elabora una aproximación diagnóstica y luego en el segundo semestre un plan de mejora acorde a las necesidades y posibilidades de una institución deportiva ubicada en la ciudad de Montevideo. De este modo se cumple como objetivo darle un cierre al proceso elaborado en la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes del Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes.

Al comenzar este proceso, se realizó una entrevista exploratoria con el coordinador de la institución, en la cual identificamos la baja motivación de los deportistas para asistir a los entrenamientos, y también la falta de carga horaria de los planteles para cumplir con los objetivos físicos y técnico – tácticos.

Para la realización de la aproximación diagnóstica, se utilizaron diferentes tipos de recolección de datos, entre ellas entrevistas a los entrenadores y coordinador deportivo, encuestas a los deportistas y observaciones en los entrenamientos que permitieron establecer las dimensiones más comprometidas de la institución.

A partir de la aproximación diagnóstica, se procede a realizar un plan de mejora para comenzar a definir los problemas mediante tres reuniones con el coordinador del área, para luego proyectar un objetivo general y a su vez objetivos específicos con sus metas y actividades a desarrollarse, elaborando así una planilla operativa y un informe para luego presentar en la institución trabajada. El mismo cuenta con un cronograma de desarrollo en el cual permite visualizar en tiempo y forma cada etapa del plan de mejora.

Palabras claves: metodología de entrenamiento, planteles federados, motivación deportiva.

INDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	5
2. ENCUADRE TEÓRICO.....	8
2.1 <i>Deportes federados</i>	
2.2 <i>Gestión deportiva</i>	
2.3 <i>Metodología de Entrenamiento</i>	
2.4 <i>Motivación deportiva</i>	
2.5 <i>La motivación del entrenador en los deportistas</i>	
3. EL CASO DE ESTUDIO.....	13
4. PROPUESTA METODOLÓGICA.....	15
4.1 <i>Paradigma y de investigación</i>	
4.2 <i>Tema central de estudio y preguntas de investigación</i>	
4.3 <i>Universo de Estudio</i>	
4.4 <i>Instrumentos utilizados</i>	
5. ANÁLISIS DE DATOS.....	24
5.1 <i>Fase Exploratoria</i>	
5.2 <i>Primera colecta de datos</i>	
5.3 <i>Segunda colecta de datos</i>	
5.4 <i>Modelo final</i>	
5.5 <i>Preguntas de investigación</i>	
5.6 <i>Plan de mejora</i>	
5.7 <i>Objetivos de la propuesta</i>	
6. RESULTADOS Y CONCLUSIONES.....	38
7. BIBLIOGRAFIA.....	42
8. ANEXOS	

1. INTRODUCCION

El presente trabajo se encuentra enmarcado en la asignatura de proyecto final 1 y 2 de la Licenciatura de Educación Física, Recreación y Deporte, dentro del trayecto entrenamiento y deporte, siendo así el campo que se desea investigar.

Para comenzar con esta investigación fue necesario presentar una carta de autorización (ver anexo 38) para ingresar a la institución como estudiante del Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes, para luego poder agendar una reunión en la cual consistía en una entrevista con el coordinador del área.

Se nos permitió ingresar con la finalidad de indagar acerca de las características de la misma en la búsqueda de problemáticas o emergentes dentro de la institución. Se utilizó un cronograma de avance para organizar cada etapa de la investigación.

Con esto encontramos una institución interesada en buscar la causa en la baja motivación de sus deportistas para asistir a los entrenamientos en los planteles federados, y a su vez buscar soluciones y mejoras posibles para revertir este problema.

Para llevar adelante esta investigación, se debe tener en cuenta ciertas competencias para realizarlo de manera correcta. Entre estas se destacan en la primera instancia de investigación el trabajo en equipo, comunicación, organización, complementación y respeto tanto entre compañeros como los docentes, logrando mutuos acuerdos para una mejor calidad de trabajo.

La realización de este trabajo brindó herramientas necesarias que ayudaron a la comprensión y organización del material teórico y a su vez poder mejorar la calidad de reflexión y crítica ante diferentes situaciones en la elaboración del mismo.

En la segunda instancia, el trabajo fue individual, la comunicación y relación con el docente fueron fundamentales, así como el vínculo en base al respeto con el coordinador de área de la institución. La capacidad de reflexión y observación fueron muy importantes a la hora de realizar este trabajo.

Esta investigación comenzó con la realización de una aproximación diagnóstica, se coordinaron varias visitas a la institución, recorriendo la institución y también realizando entrevistas a los involucrados con la temática.

En primera instancia se llevó a cabo una entrevista exploratoria al Coordinador deportivo del club ya que es de las personas con más conocimientos en el área, con el fin de obtener una idea general de la institución, la organización y su funcionamiento, logrando visualizar algunas de los intereses y problemáticas de la misma, ya que nos permitió identificar el tema de estudio.

Estas herramientas nos permitieron ampliar el conocimiento desde varios puntos de vista, lo cual fue esencial para comprender, continuar y analizar la problemática a tratar.

Luego se realizaron diferentes colectas de datos para obtener la información necesaria y así poder abocarnos en el tema de investigación. Para poder seguir recabando información sobre el tema planteado, realizamos una entrevista a cada uno de los entrenadores de los planteles federados y una nueva entrevista al coordinador del área.

Para continuar con la investigación, como segunda colecta de datos, nos dirigimos a los deportistas federados de los planteles comprometidos, realizando una encuesta a cada uno para constatar si ellos tenían las mismas sensaciones que sus entrenadores. Además, se realizaron observaciones de los entrenamientos en los planteles, visualizando las actitudes, el proceso de entrenamiento de los deportistas y sus entrenadores, teniendo como base las dificultades que se visualizaron y recabamos en primera instancia.

Teniendo en cuenta los datos obtenidos y la información necesaria, en el segundo semestre se comienza a elaborar un plan de mejora con el fin de brindarle una solución a los problemas a tratar.

Según Canton mayo (2005) hace referencia al plan de mejora como “planificación, desarrollo y evaluación de cambios e innovaciones en las instituciones”. Nuestro plan de mejora consiste en elaborar y planificar distintas actividades que ayuden a mejorar

el rendimiento individual y colectivo a través del aumento de la motivación de los deportistas en los entrenamientos de hockey sobre patines en categoría masculina.

La propuesta está enfocada en motivar a los deportistas a entrenar y mejorar, así como también planificar y coordinar encuentros internacionales para mejorar su experiencia en el deporte.

Se comenzó con la elaboración de una planilla operativa, en la cual se creó un objetivo general. Del objetivo general se realizaron los objetivos específicos con sus metas. Para cumplir dichos objetivos fueron llevados a cabo en base a la planificación de actividades para la institución y los involucrados.

Una vez desarrollado todo el proceso de investigación, se realizó una conclusión a partir de toda la información recibida, que estará detallada en cada etapa del presente trabajo.

2. ENCUADRE TEÓRICO

En el marco del trayecto de entrenamiento y deporte, los conceptos a continuación buscan darle una mirada desde esta área a una problemática evidenciada en un club deportivo.

2.2 Deportes federados

García Ferrando (1990), afirma que el deporte abarca las distintas manifestaciones en diversos ordenes de nuestra sociedad, a su vez ofrece actividades de distracción, entretenimiento, educación y pasatiempo, así también como la actividad física, competitiva y recreativa.

A su vez, Castejón (2004) señala que el deporte “es un juego reglado, tiene características que lo detallan como parte del juego, hay actividad física, competición y tiene una serie de reglas para los participantes”.

La Real Academia española (1992) define al deporte como “recreación, pasatiempo, place, diversión o ejercicio físico”, mientras que en otro apartado señala que “la actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas”.

Por lo tanto, podemos notar que el término de deporte se caracteriza por la actividad física y mental, reglas o normas, competición, diversión o juego. Todos estos aspectos nos acercaran al concepto de deporte.

Haciendo referencia al hockey podemos decir que es un deporte que se practica en una pista rectangular de 20x40 mts de cemento o madera, en la que se enfrentan dos equipos de cinco jugadores que se deslizan sobre patines de ruedas, se juega con una pequeña bola que los jugadores se ayudan con un palo largo, plana y con forma curva en uno de sus extremos, los partidos constan de dos periodos de 20 minutos.

Se considera deporte federado aquel que se practica bajo las normas y reglamentos avalados por la federación deportiva internacional correspondiente y que en el ámbito nacional se practica bajo el control y la supervisión de la federación o asociación deportiva nacional de su respectivo deporte, Almarcha López (2013).

Según Asenjo Dávila (2015), ser un deportista federado supone un grado de seriedad al momento de participar en sus competiciones. La licencia de deportista federado, les otorga unas obligaciones que deben adaptar cuando compiten.

Siguiendo con este autor, hace mención a que “Parte de los deportistas federados podrían englobarse dentro de la filosofía del deporte de participación, aunque están en esta estructura por su organización y su modo de practicar”. Asenjo Dávila (2015)

El deporte de rendimiento, además de la mejora del nivel de calidad deportiva, contribuye a generar interés por la práctica deportiva y satisfacer la demanda de espectáculo deportivo Blanco (2006).

En base a estas definiciones, creemos que es importante para tener una mejor calidad en la práctica del deporte, la realización de una gestión deportiva en la institución para buscar alcanzar los objetivos deseados, en la que estaremos desarrollando a continuación.

2.3 Gestión deportiva

Primero que nada es importante definir los conceptos por separados, para Heredia (1985) remarca que la gestión es “la acción y efecto de realizar tareas con cuidado, esfuerzo y eficacia, que conduzcan a una finalidad”.

Según Rementeria (2008) señala que la actividad profesional está destinada a establecer los objetivos del desarrollo y realizar la gestión del personal.

Se hace referencia al concepto de gestión deportiva en la que Beotas Lalaguna (2006) la define como el proceso de acciones y tareas que se realizan con los recursos y las personas implicadas, donde se busca alcanzar las metas establecidas por las organizaciones que conforman la estructura del sistema deportivo.

Este autor hacer referencia a planificación y gestión deportiva, mencionando que hoy en día existe una ineludible necesidad de realizar planteamientos que sean rigurosos en todos los aspectos que refieren a una institución y este hecho afecta directamente al sistema deportivo, lo que obliga a realizar una planificación estratégica

en el ambiente deportivo. Además hay que tener en cuenta que la misma gestión deportiva tiene que ser planificada y comprender su metodología de aplicación.

Siguiendo con este autor, el mismo explica que, la planificación se entiende como un proceso que se encamina a la consecución de resultados que fueron marcados anticipadamente según las necesidades que se presentaban. Mediante este proceso se deberá analizar, prever y ordenar todos los medios y acciones disponibles para poder satisfacer esas necesidades. Esta misma planificación debe ser controlada y evaluada constantemente para verificar si su adaptación es correcta.

2.4 Metodología de Entrenamiento

Dentro del presente estudio uno de los conceptos que presenta importancia, es el de metodología de entrenamiento. Esto es debido a que al explorar la situación institucional, se encontró el interés y la necesidad del club por mejorar en este aspecto.

Según Dietrich, Klaus y Klaus (2001) se ocupa del entrenamiento deportivo, de una práctica específica que realizan los deportistas, entrenadores, preparadores físicos con el objetivo a la mejora de los rendimientos deportivos individuales. Cada metodología de entrenamiento depende de la exigencia en cada rendimiento concreto, de los conocimientos científicos y de la experiencia práctica que se posee acerca de las relaciones que existen entre la ejecución del entrenamiento y su eficacia.

Este autor concluye este concepto explicando que la metodología de entrenamiento “es por tanto, la teoría orientada hacia la práctica del entrenamiento. Sus proposiciones no solamente participan del saber científico, sino también de experiencias sometidas a reflexión, tanto por quienes practican directamente el entrenamiento como por quienes lo observan sistemáticamente”. Dietrich, Klaus y Klaus (2001, p.21)

Se considera que el entrenamiento deportivo es un proceso sistemático y complejo que debe estar organizado, para tener un buen rendimiento, el entrenador debe planificar cronológicamente el proceso global de entrenamiento mediante determinadas acciones (José Luis Lopez, 2007).

Por otra parte, se señala que el entrenamiento deportivo está dirigida al aumento de las capacidades de rendimiento físico y psicológico (Perez Perez, 2008).

2.5 Motivación deportiva

Guillén (2007) explica que existe la motivación en intrínseca y extrínseca. La primera, parte del interior de una persona y la segunda, de su exterior. Las personas intrínsecamente motivadas, tienen un poder propio que les permite estar preparados para saber dominar determinadas situaciones y poder lograrlas con acierto. Para ello es necesario contar con habilidades y estrategias que le permitan obtener un buen rendimiento. El manejo de habilidades, está presente en aquellos individuos que estén motivados intrínsecamente. Los deportistas que practican un deporte en específico de forma entusiasmada se hayan intrínsecamente motivados, suelen jugar por propio placer sin que nadie les exija hacerlo y no por obligación.

Creemos que la motivación se refiere a las cosas que impulsan al individuo a realizar ciertas acciones y a mantenerlas hasta lograr sus objetivos planteados, según Guillen (2007,p.110.) “Los profesores, entrenadores y monitores, además de programar ejercicios, se preocupan de la motivación de los deportistas, con el fin de que estos obtengan un buen rendimiento, al tiempo que experiencias satisfactorias y positivas”.

Cantón, Mayor y Pallares (1995), la persona tiene que tener con un motivo que lo impulse a realizar actividad física y que ésta logre ser mantenida a lo largo del tiempo. Esta práctica debe ser para la persona, una actividad atractiva y generadora de satisfacción.

2.6 La motivación del entrenador en los deportistas

Respecto a este tema, decimos que la motivación deportiva es lo que lleva al deportista a actuar en cada momento, para que una persona realice el deporte es importante que sienta satisfacción en el, ya que es una actividad que requiere esfuerzo y motivación para poder llevarlo a cabo.

Blazquez Sanchez (2013) haciendo referencia a este concepto que creemos importante en la totalidad de un plantel federado y este autor explica que, los docentes tienen un rol esencial a la hora de fomentar el interés de los alumnos. Aunque esté relacionada con aspectos intrínsecos de cada alumno, con la aplicación de estrategias adecuadas citando a la motivación es una capacidad que se puede desarrollar las técnicas de motivación son de ayuda para que los docentes puedan modificar los aspectos intrínsecos e incrementar el interés de los alumnos.

Por otro lado, Roberts (1995) se refiere al término de motivación como aquellos factores de la personalidad, las variables sociales que entran en juego cuando una persona realiza determinada actividad en la cual es evaluada, entra en competición con otros o hace un intento de conseguir cierto nivel de habilidad.

Roberts (1995) también plantea que las conductas de logro son aquellas que se demuestran cuando los deportistas lo intentan en mayor medida, se concentran más, son más persistentes, ponen mayor atención y la ejecución técnica las ejecutan con mayor precisión.

Por último según Weinberg y Gould (1999) señalan que la motivación de la persona, se relaciona con el esfuerzo para solucionar una tarea exigida, así también como superar los objetivos planteados y demostrar un nivel de mejor rendimiento en cuanto a los demás.

Gordillo (1992) explica que es necesario que el entrenador se encuentre bien orientado, tanto en lo psicológica como pedagógico, ya que esto hará que la persona pueda evitar las causas del abandono y reducir la falta de motivación.

3. EL CASO DE ESTUDIO

El caso de estudio para elaborar el proyecto fue una institución ubicada en el barrio malvin, fue fundada en el año 1937 por muchachos de la zona del buceo, pero es en 1995 cuando se realiza el complejo deportivo en la sede social ubicado en la calle Velsen, donde se juntan los socios a practicar varias disciplinas y deportes como el handball, volley, basketball, futsal masculino y femenino, patín artístico y hockey sobre patines, musculación, fitness y diferentes actividades para todas las edades, que van desde la etapa pre-escolar hasta adultos mayores.

Dicha institución está pensada para el desarrollo y disfrute de todas las edades, con múltiples propuestas y actividades físicas, deportivas y recreativas.

Para realizar dichas actividades, el club cuenta con instalaciones de 2 gimnasios en muy buenas condiciones para realizar los deportes de fútbol, básquet, vóley, hándbol y hockey. También cuenta con una sala de musculación equipada con maquinas modernas, así como una sala solo para ciclismo, pilates y actividades cardiovascular, estas salas son específicamente para cualquier socio o funcionario que queieran realizar dichas actividades.

Entre los servicios que ofrece el club actualmente, para los preescolares de 3 a 5 años se realiza escuela de fútbol, patín artístico, aeróbica Sports y karate. Dentro de la etapa escolar, además de las actividades mencionadas anteriormente también se realiza hockey sobre patines, acrosports y telas.

Para la etapa adolescente aparecen variadas actividades como el pilates, zumba, entrenamiento funcional, entrenamiento de boxeo, acrobacia de piso y los deportes nombrados anteriormente.

Luego en la etapa adulta las actividades son ciclismo de salón, yoga, gimnasia de adultos, básquet social y las actividades y deportes dichos anteriormente.

Las competencias federadas son: hockey sobre patines y patín. La sede central cuenta con dos gimnasios con pisos nuevos donde se pueden realizar diferentes deportes cómo Fútbol, Básquet, Vóley, Hándbol, etc., un gimnasio pequeño para realizar actividades relacionadas al fitness, una sala de musculación completa, vestuarios para mujeres y hombres en buen estado, y una piscina abierta amplia que

se utiliza en verano que próximamente se va a techar y adaptar para todas las estaciones del año.

A pesar de que tengan deportes federados, se encontraron con la dificultad de que el hockey sobre patines no presentan la cancha apropiada dentro del club o una reglamentaria, por lo que se realizan entrenamientos fuera de la institución cuando hacen ejercicios específicos del deporte.

Fuera de la sede central cuenta con un estadio de fútbol dónde hace de local el equipo de Primera División. Dicha institución cuenta con socios de diversos sectores de Montevideo pero principalmente de los barrios cercanos al mismo.

El club cuenta con funcionarios que trabajan en distintos sectores, entre estos hay, trece profesores de educación física, tres técnicos deportivos para los planteles federados, un coordinador de área en departamento físico, dos personas que atienden la administración y 4 personas para el mantenimiento de la institución, que se divide en dos para limpieza y dos de serenos.

La cantidad de socios del club, ronda aproximadamente las 400 personas entre niños, adolescentes y adultos para realizar las diferentes propuestas que ofrece el club. También cabe señalar que la institución cuenta con convenios para que los colegios de la zona realicen su actividad allí.

Con respecto a las personas que asisten a dicho club, se puede decir que la población se caracteriza por tener un nivel socio-económico medio, medio alto.

Presentan un consejo directivo formado por presidente, vice-presidente, secretario general, pro-secretario, tesorero, pro.tesorero, vocales y delgados ante la AUF. También hay una comisión fiscal y una comisión electoral.

La institución está en plan de desarrollo con la ambición de llegar en los próximos años a tener aprox. 2000 socios y poder brindarle a los mismos un servicio de calidad.

4. PROPUESTA METODOLÓGICA

Dentro de este apartado se define el paradigma y la modalidad de investigación, el universo y las características que definen a los actores involucrados y el contexto el cual se encuentra el estudio.

4.1 Paradigma y de investigación

Según Cook y Reichardt (1986) un paradigma es una visión del mundo, una perspectiva general, un modo de desmenuzar la complejidad del mundo real. Es un conjunto de ideas, valores y creencias que son compartidas por un grupo de personas. Son normativos y señala al profesional lo que ha de hacer sin necesidad de prolongadas consideraciones existenciales o epistemológicas.

Este proyecto de investigación se encuentra dentro de un paradigma interpretativo, esto significa, que el investigador, según Josefa Eugenia Blasco Mira (2007, p.32) “percibe la esencia de los acontecimientos que se suceden en el contexto de la investigación, así como el significado que tienen para los participantes”. En otras palabras, el investigador intenta comprender la realidad y la relación que existe entre el sujeto y el objeto.

El modelo de este trabajo es de tipo cualitativo aplicado a un estudio de caso. En este tipo de investigación el plan inicial no puede ser prescrito, las características de esta investigación en base a su modelo explican que la interpretación del investigador es central acerca de lo que ve, oye y comprende. Se suelen recabar múltiples tipos de datos, como pueden ser entrevistas, observaciones, etc. Luego se evalúa toda la información y se organiza para darle un sentido a los datos obtenidos Batthany (2011).

Siguiendo con la definición del modelo, Helen Simons (2011, p.17) plantea que “los estudios de casos es un estudio de lo singular, de lo particular, lo exclusivo (...) y a la representación de los acontecimientos, de las circunstancias, y las personas particulares”.

Esta investigación reúne las características que fueron mencionadas anteriormente ya que refiere a una institución particular, en un momento histórico y con determinado grupo de personas.

4.2 Tema central de estudio y preguntas de investigación

El interés que surge sobre el tema a estudiar, se da a partir de cómo se puede desarrollar una metodología y organización de los entrenamientos que se adapte a las necesidades de los deportistas en base a las dificultades que presentan a la hora de entrenar un deporte amateur.

El problema central que se encontró luego de la fase exploratoria fue la falta de infraestructura específica para el deporte, el espacio para optimizar y desarrollar el entrenamiento tanto físico como técnico de los planteles y la baja motivación de los deportistas al asistir a los entrenamientos.

Por este motivo se selecciono como tema de estudio, el entrenamiento deportivo en los planteles federados de una institución deportiva. Además, dentro de las debilidades mencionadas, fue la que tenía un vínculo mayor con el trayecto seleccionado.

Se seleccionaron los deportes Hockey sobre patines y Patín Artístico ya que son los únicos planteles de la institución que compiten por sus respectivas federaciones.

A raíz de todo lo mencionado anteriormente, surgen las siguientes interrogantes de investigación:

- ¿En qué deporte se presentan las mayores dificultades para el entrenamiento deportivo?
- ¿Qué relación se establece entre el entrenamiento y el rendimiento deportivo en cada uno de los deportes?

¿Qué estrategias se implementan con el objetivo de mejorar el entrenamiento deportivo?

Estas preguntas fueron la guía para la investigación, en base a ellas se construyeron los instrumentos para la recolección de datos en la aproximación diagnóstica.

Dichos datos se analizaron en las matrices de análisis para luego elaborar un modelo final, con la intención de desarrollar un plan de mejora involucrando las necesidades e intereses de la institución.

Para la puesta en práctica de este plan, se realizaron tres encuentros con el coordinador del área, en la cual se generaba un intercambio de opiniones para ir definiendo los puntos a trabajar en el desarrollo del trabajo.

La primera reunión fue el (ver anexo en blanco 19), el objetivo del mismo fue presentar el cuadro de síntesis de la aproximación diagnóstica realizado en la materia de proyecto¹ durante el primer semestre, definir las posibles líneas de trabajo y comentar el proceso de diagnóstico de manera general.

La segunda reunión (ver anexo en blanco 20), en la cual se presentaron los objetivos de trabajos, tanto generales como específicos, definirlos y empezar a trabajar sobre ellos.

Y una tercera reunión (ver anexo en blanco 21), en la cual se presentó la planilla operativa a la institución, actividades a desarrollar y el presupuesto sobre el plan de mejora. Quedando así abiertos a una siguiente instancia para la presentación del trabajo terminado.

4.3 Universo de Estudio

“El universo está formado por aquellos objetos para los que deben ser válidos los resultados obtenidos en una investigación”. Heinneman (2003, p.193)

El universo de estudio en esta investigación está conformado por la institución y los actores que están implicados, es decir, el coordinador deportivo, los entrenadores de los planteles y los deportistas que lo conforman.

La muestra es de tipo no probabilística e intencional, donde el investigador selecciona la muestra y no toda la población tiene la posibilidad de ser seleccionada (López, 2004).

"La representatividad de una muestra no solo depende de la magnitud de su tamaño, sino también del procedimiento seguido para la selección de las unidades muestrales" D`Ancona (2001).

El trabajo realizado, se llevo a cabo mediante entrevistas semiestructurada con el coordinador del área, así también como con los entrenadores encargados de la práctica del hockey. Por otra parte los jugadores de dichos planteles fueron brindando información mediante las encuestas realizadas.

4.4 Instrumentos utilizados

En los siguientes subcapítulos comenzaremos a comprender y desarrollar cuales fueron en cada fase los instrumentos de recolección de datos utilizados en esta investigación.

En una primera instancia se realizo una entrevista semiestructurada al coordinador deportivo del club (ver anexo 2). Karina Batthyány (2011) explica que las mismas son conversaciones entre el investigador y un sujeto seleccionado por el mismo con determinado objetivo, en el cual las preguntas no están fijadas con anterioridad en su totalidad.

Los datos obtenidos en la primera colecta de datos fueron analizados en una matriz para organizarlos en las diferentes dimensiones y comprender que sectores eran los más afectados. A partir de obtener la matriz, se realizó un modelo de análisis, dónde se puede observar los actores principales, los factores y las posibles causas de los problemas presentados.

Luego de obtener la información en la entrevista con el coordinador deportivo, y conocer diferentes fortalezas y debilidades del club y el deporte. Conociendo los problemas asociados al trayecto, se paso a la elaboración de un anteproyecto (ver anexo 5) y desarrollar las preguntas de investigación que nos guiaron en las próximas recolección de datos.

Luego se realizaron cuatro entrevistas semiestructuradas (ver anexo 7), a los entrenadores de hockey sobre patines que incluye al técnico en categoría mayores y juveniles, y también a la entrenadora de patín artístico para tener mayor conocimiento de la situación y dificultades que presentan a la hora de llevar una metodología de entrenamiento que mejor se adapte a esa realidad. Pudimos notar mediante estas entrevistas como vemos en el anteproyecto (anexo 5) se detectaron varias dificultades

que llevan adelante las prácticas deportivas en los deportes federados y como se ven afectados por la falta de tiempo y espacio.

Taylor y Bogdan (1992, p. 21) plantean que este tipo de entrevistas sigue un modelo de conversación donde el investigador es el instrumento para recolectar los datos, debido a que la habilidad que este tenga va a contribuir a la validez del instrumento.

Para estas entrevistas realizadas, se diseñaron preguntas con el fin de obtener la información necesaria sobre la temática a trabajar, luego de las entrevistas se realizó una matriz de análisis (ver ilustración 1) en donde se identificaron los mayores problemas con respecto a cada dimensión.

	DIMENSIONES Friguerio, G., Poggi, M., Tiramonti, G., Aguerro, I., (1999) Las instituciones educativas. Cara y Ceca. Elementos para pensar su gestión.				SECTORES / ACTORES	TEMAS RELAC.
	<u>ORG.</u>	<u>ADM.</u>	<u>IDENT.</u>	<u>COM.</u>		
ED1						
EC2						
EP3						
EM4						

Ilustración 1- matriz de análisis. Fuente elaboración propia.

A continuación, para entender mejor estas dimensiones que utilizan Friguerio, Poggi, Tiramonti y Aguerro (1999) se describirán brevemente con lo que significa cada una.

Dimensión organizacional: se refiere al diseño del plan anual y la planificación de actividades, así como también a la distribución de tareas y organización de tiempo.

Dimensión administrativa: hace referencia a las cuestiones de gobierno, RRHH, distribución de los espacios, al tiempo donde se desarrollan las actividades, reglamentos y normas internas. Acceso y manejo de la información.

Dimensión identitaria: se refiere a las propuestas de formación y actualización docente, los criterios para seleccionar contenidos y metodologías de enseñanza.

Dimensión comunitaria: Se describe al conjunto de actividades que promueven la participación de los diferentes actores en la toma de decisiones y en las actividades del Centro. También hace referencia al modo en que las instituciones consideran las demandas, exigencias y problemas que recibe de su entorno.

Luego de realizar la matriz con los datos obtenidos, se paso a realizar un modelo de análisis (ver ilustración 2) y a partir de allí realizar conclusiones en relación a las dimensiones más afectadas por el problema a investigar y sus posibles factores causales.

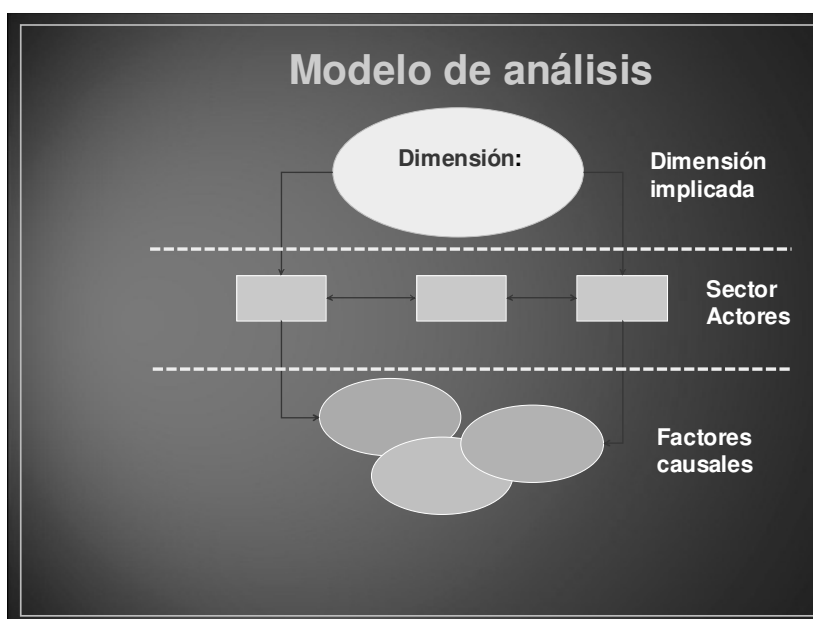


Ilustración 2- modelo de análisis. Fuente elaboración propia.

Para la segunda colecta de datos, se realizaron encuestas mixtas a los deportistas federados (ver anexo 12), para recabar información necesaria para luego ser analizada en una matriz de análisis en relación a las dimensiones mas afectadas.

En lo que respecta a la encuesta mixta, Hernández Sampieri (2010, p.217), la define como “un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir”. En este caso las encuestas realizadas como se nombra anteriormente, fueron de tipo mixta donde se observaron preguntas de respuesta libre y en otras se le ofreció a los encuestados, opciones de respuesta (ver anexo 13).

Para la última instancia de colecta de datos se utilizó el instrumento de observación durante un entrenamiento de hockey (ver anexo 14).

Según Huamán Valencia (2005, p.13) “ es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis” (...) “ proceso activo y voluntario gracias a la atención prestada y teniendo siempre presente el objetivo que se pretende conseguir mediante ésta.”

Siguiendo con este autor, explica que la observación es un elemento fundamental en las investigaciones de cualquier tipo. El investigador debe apoyarse en este instrumento para obtener el mayor número de datos. Hace referencia a que gran parte de los beneficios de conocimiento que constituyen la ciencia ha sido lograda mediante esta técnica.

En base al primer y segundo modelo de análisis se realizó un modelo final de análisis que refiere a la aproximación diagnostica (ver anexo 17) realizada en el primer semestre de taller de proyecto 1, donde se puede observar las dimensiones mas implicadas, los actores, los principales factores y las posibles causas que nos llevaran para la elaboración de un plan de mejora.

Luego de finalizar con el modelo final, se retoman a las preguntas de investigación y se les da respuesta, para luego realizar un plan de mejora a modo de resolver la problemática.

Para llevar a cabo lo dicho anteriormente, en la investigación se presentan los objetivos de la propuesta, presentación de la planilla operativa y el cronograma de actividades para organizar cada actividad a desarrollar. También se realizaron tres

encuentros con el coordinador del área (ver anexo 19,20, 21) para intercambiar opiniones y así ir definiendo las líneas de trabajo.

En primer lugar se coordinó nuevamente una visita a la institución y entrevista al coordinador, con el fin de presentar lo realizado anteriormente en el primer semestre, mostrar el cuadro de síntesis de aproximación diagnóstica y a partir de allí definir las posibles líneas de trabajo.

Luego en una nueva reunión se presentaron los objetivos de trabajo, generales y específicos para empezar a trabajar sobre ellos.

En una tercera instancia de encuentro se presenta la planilla operativa (ver anexo 22), con las actividades a desarrollar y el presupuesto sobre el plan de mejora. Quedando abiertos a una cuarta instancia para presentar el trabajo del segundo semestre terminado.

En estas reuniones dichas anteriormente se trataron distintos temas, entre ellos la falta de infraestructura para trabajar en el deporte específico, la baja asistencia en los entrenamientos de los planteles federados y por último la falta de motivación en los deportistas.

Por otro lado, para la planificación de las distintas actividades se tomaron en cuenta los objetivos específicos. Cada actividad tiene como fin poder resolver cada objetivo específico planteado, y a su vez estas actividades están divididas en 3 partes para poder cumplir con las metas del plan de mejora.

También se desarrolló un cronograma con el cual permite visualizar con más claridad y orden las distintas etapas del plan de mejora, realizando evaluaciones para observar los progresos. Dependiendo de los resultados obtenidos en las diferentes etapas, se podrá modificar y replantear el plan de mejora para poder cumplir con los objetivos marcados.

Por otro lado, el plan de mejora incluye el presupuesto necesario para la realización del mismo.

A modo de cierre con la institución, en la última instancia se realizaron informes con el proceso que se llevó a cabo, uno en el primer semestre donde detalla la

problemática encontrada a solucionar entregado en agosto, y otro realizado en el segundo semestre en el que describe el plan de mejora y todas las actividades a desarrollar, entregado en noviembre.

Esta instancia fue muy importante poder realizarla, ya que la institución demostró gran interés en el trabajo realizado, pudiendo coordinar cada vez que era necesario para realizar dicho trabajo.

5. ANÁLISIS DE DATOS

El primer paso para la realización del proyecto fue la selección de la institución donde se llevaría a cabo. Existen dos motivos fundamentales que llevaron a la elección de la misma, por un lado el desconocimiento total de una institución y el otro, una institución deportiva que cuenta con una propuesta variada donde se podía encontrar un problema relacionado con el trayecto seleccionado.

En el análisis de datos, se desarrollaran los datos extraídos de los actores institucionales trabajados en la fase exploratoria, la primera colecta de datos, segunda colecta de datos, sus matrices, modelo de análisis y el plan de mejora.

5.1 Fase Exploratoria

La realización de la entrevista exploratoria para poder determinar el problema de estudio. En la misma el Coordinador Deportivo plantea que “habría que mejorar lo que es la carga de actividad de entrenamiento y la carga de actividad física, que eso es una carencia, que debido a que la infraestructura del club que tenemos dos gimnasios grandes, o sea que nos estaría faltando espacio para optimizar el funcionamiento de la parte física, y técnica de los planteles... y a veces por el compromiso de varios deportistas, eh , merman las posibilidades de poder desarrollar el deporte a mayor nivel” (EE, p. 3).

El tema de estudio es el entrenamiento deportivo en los planteles federados dentro de un Club deportivo. Se seleccionaron dos deportes federados que representan al club, los cuales entrenan los mismos días, en diferentes gimnasios y comparten horario.

En cuanto a las fortalezas que surgieron en la entrevista al coordinador del area, remarco la importancia de la familia dentro de la institución, “...vamos a un ambiente muy familiar” AU, P. “...se premia, más allá de los logros obtenidos de cada uno de los planteles, hay un reconocimiento por parte de la institución y del plantel técnico, para los jugadores y los planteles” AU P. 2. “... y otra fortaleza que tenemos es que está apuntado a que se venga en familia, que ingrese la familia y que el padre pueda hacer una actividad la madre la misma actividad que el padre u otro tipo de actividad y que los niños vengan, la idea es que ingresen todos juntos realicen todos las actividades de su interés y se vayan todos juntos.”(AU , P. 2).

Por otro lado en cuanto a las dificultades señalo que, "...estamos en reforma, recién para el mes de noviembre se proyecta lo que es el cierre de la piscina que es una carencia grande." (AU P.2). "...nuestro objetivo es llegar a los dos mil socios, que es lo que nos va a dar ese salto cuantitativo, va a ser, lo que es la piscina, la construcción del edificio de adelante el cual se va hacer la sala de fitness y la sala de musculación acorde para esa población de gente"(AU P.2).

A raíz de lo comentado, la problemática asociada al trayecto que se presento fue la de optimizar el funcionamiento de la parte física, así también como la falta de tiempo y espacio en las practicas de los deportes federados que mas lo requieren.

A pesar de esto, y de que el lugar puede ser una limitante para realizar la actividad, no por eso han dejado de realizarlas.

Luego de realizar las entrevistas exploratorias se pasó a elaborar el anteproyecto (ver anexo 5), en la cual a partir de la problemática surgen tres preguntas de investigación:

- ¿En qué deporte se presentan las mayores dificultades para el entrenamiento deportivo?
- ¿Qué relación se establece entre el entrenamiento y el rendimiento deportivo en cada uno de los deportes?
- ¿Qué estrategias se implementan con el objetivo de mejorar el entrenamiento deportivo?

En este anteproyecto también se añaden otros contenidos, como el centro de práctica y un encuadre teórico al tema de estudio en su contexto.

5.2 Primera colecta de datos

Con respecto a la primera colecta de datos, luego de lo establecido en la entrevista exploratoria, se busco recabar información para el análisis y armado de las respuestas de investigación, realizando así 4 entrevistas semiestructuradas que incluyen a los entrenadores de los deportes federados y una nueva entrevista al coordinador deportivo, buscando un punto en común en relación al tema de investigación.

En la cual se obtuvo una valiosa información sobre las distintas dimensiones tratadas y cuáles eran los posibles factores causales. Esto nos permitió realizar un modelo de análisis (ver ilustración 4, modelo de análisis) e identificar a las dimensiones implicadas, que son la organizacional y la identitaria.

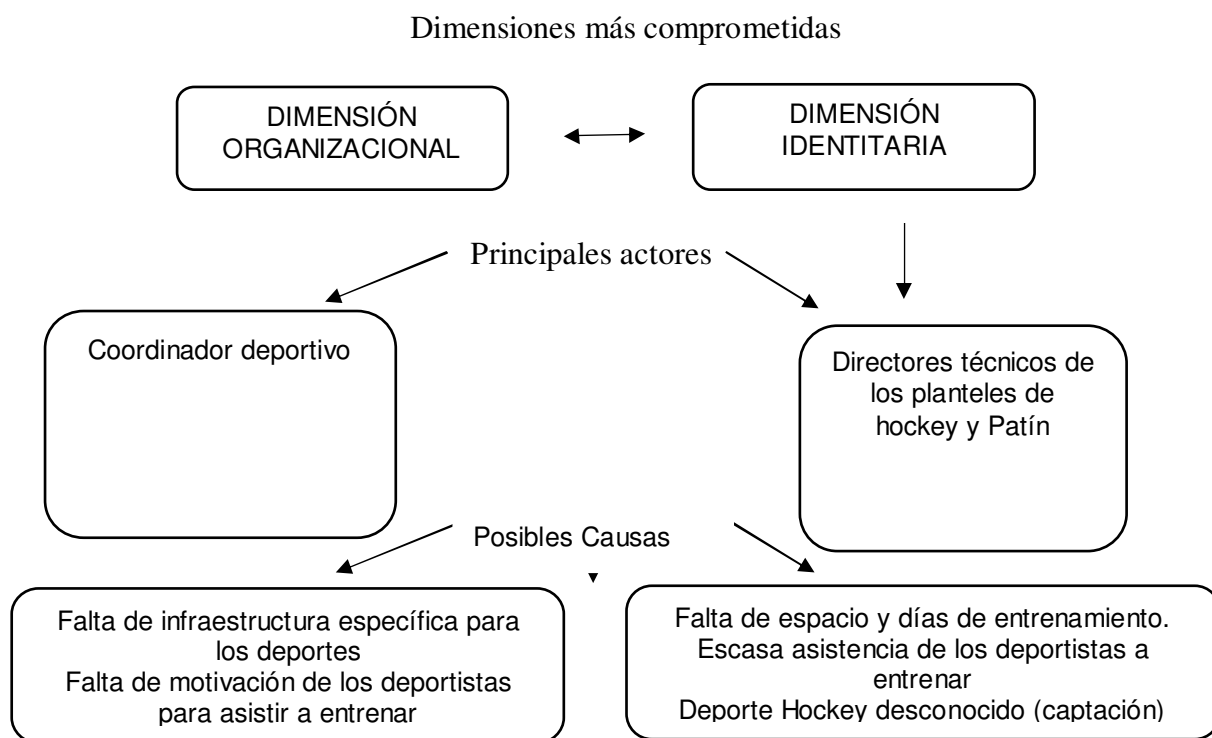


Ilustración 4-Modelo de análisis primera colecta de datos

Tanto los entrenadores de hockey como el coordinador, establecen que la institución no cuenta con la infraestructura específica para entrenar de manera adecuada todos los aspectos del deporte. “Las instalaciones muchas veces no se adaptan a las necesidades de nosotros y somos nosotros los que nos adaptamos a las instalaciones” (ETH1, p. 1).

Además también señalan "...mi deporte lo que necesita es una pista con unas medidas determinadas que no se puede hacer y un piso determinado, no es un deporte que podamos hacer en cualquier lugar, en cualquier espacio" (EP,p.1).

Otra de las problemáticas en cuanto a la infraestructura "...estamos en un espacio muy reducido entonces estee, se agrando la cancha de adelante pero todavía no se pusieron las barandas, la idea es, dentro de mediados de este año es que ya tengamos la cancha" (ETHM,p.1).

En cuanto a las herramientas para realizar el deporte "...No, porque no tenemos una pista de hockey ta? Ehh en realidad tenemos una superficie amplia para poder practicar pero hay ciertos ejercicios que para el hockey no se pueden realizar porque no tenemos lo que son las barandas y la estructura, la infraestructura para eso, estamos en ese proceso" (EC,p.2).

También hacen referencia a la necesidad de aumentar las cargas y la frecuencia de entrenamiento, "los planteles entrenan tres horas por semana, eh aparte tenemos una vez por semana una hora de físico, yo creo que una hora es un horario muy limitado para poder hacer calentamiento, entrenamiento y después poder hacer algo de juego" (ETH1, p2).

Además de estas dificultades, el entrenador de hockey en mayores señala que, "...Y de tiempo en realidad, ahora acá el año pasado teníamos dos días a la semana y este año tenemos tres" sin embargo hace referencia a una dificultad importante en el plantel de hockey, "pero bueno el problema en realidad son los jugadores que no están muy motivados"(ETHM, p1).

5.3 Segunda colecta de datos

Para la selección del segundo método de recolección de datos se tuvo en cuenta la información recabada durante la primera colecta y su respectivo análisis. Se seleccionó la encuesta mixta (ver anexo 12) 18 deportistas participantes de los planteles federados ya que no se contaba con su visión sobre las dificultades y son un actor fundamental de la problemática.

En cuanto al análisis tanto de la encuesta como la observación realizada, se constata que el 100% de los jugadores de hockey consideran que la infraestructura no es adecuada para la práctica de hockey, y el 50% creen que deben entrenar un día más de lo que disponen hoy en día.

Por otra parte también se consultó sobre la asistencia de los compañeros del plantel al entrenamiento, el 80% cree que hay baja asistencia y que las posibles causas son la falta de motivación, por estudio y otras sin motivos.

Otro punto que se destacó en las encuestas mixtas realizadas, es que el 80% de los jugadores de hockey les gustaría que se realizaran actividades fuera del horario de entrenamiento, como realizar actividades en sala de musculación u partidos amistosos entre semana para mejorar el rendimiento.

En cuanto a la observación del hockey de patines masculino en categoría juvenil. Se pudo notar que en varios entrenamientos asiste el padre de un jugador que hace de golero. Además de esto vemos que el entrenador los motiva constantemente para corregir las ejecuciones y cuando hay falta de concentración, no se utiliza todo el tiempo de práctica, sino que juntan a ambos planteles junto a la mayor para hacer un entrenamiento con más jugadores.

En cuanto a la observación en la categoría mayor, podemos decir que, todos los entrenamientos se juntaron con los planteles de juveniles por falta de jugadores. No utilizan todo el tiempo y no realizan ejecuciones técnicas aisladas, sólo partido, tampoco se observan correcciones ni charlas entre técnico y jugadores.

Luego de obtener estos datos, se realiza una matriz de modelo (ver ilustración 5) obtenida de la segunda colecta de datos.

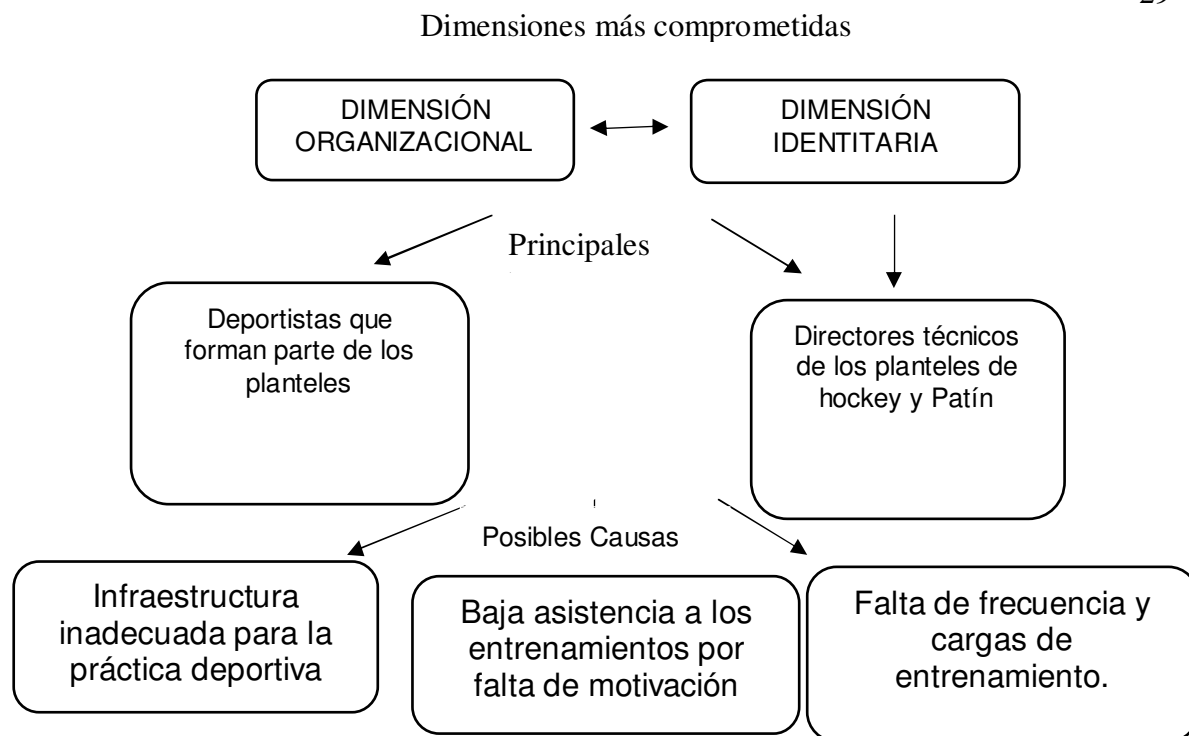


Ilustración 5 - Modelo de análisis segunda colecta de datos

5.4 Modelo final

Las dimensiones más comprometidas y los actores, del modelo de análisis (ilustración 6) realizado sobre la información obtenida en la primera y segunda colecta de datos, mediante las entrevistas, las encuestas y la observación coinciden.

Igualmente se puede afirmar que la falta de infraestructura, la baja asistencia de los deportistas y la falta de frecuencia y cargas de entrenamiento se ven directamente relacionadas con los jugadores de hockey.

Uno de los entrevistados hace referencia a que "...el deporte que nosotros practicamos presenta muchas dificultades porque es un deporte que acá no hay mucha difusión y aparte de eso las instalaciones muchas veces no se adaptan a las necesidades de nosotros y somos nosotros los que nos adaptamos a las instalaciones" (ETH.P.1).

También hace referencia a la infraestructura que precisan, "...nosotros necesitamos por ejemplo barandas y, y eso limita mucho en los clubes porque hay muchos deportes que por las barandas no pueden practicar, entonces necesitamos eh los arcos también van separados de la pared, no van y tendrían que ir fijos y nosotros no los podemos usar, entonces las limitaciones son bastante en cuanto a las instalaciones es bastante complicado" (ETH.P.1)

Otro de los implicados argumenta, "...en cuanto a tiempo si, lo que pasa que cuando son niños o cuando son preadolescentes , el tema es que los chiquilines de hoy tienen mucha carga horaria en toda la educación y van a colegios doble horario, y entonces se cansan mucho"(EC.P.3).

El problema es planteado en un comienzo por el coordinador deportivo, luego los entrenadores de hockey también están de acuerdo en las debilidades mencionadas, no así la entrenadora de patín y sus deportistas.

Uno de los entrenadores nos comenta que cuanto más entrenen es mejor para las alumnas, pero en ese plantel la infraestructura es adecuada y no se observa baja asistencia ni desmotivación de las participantes: "...mi deporte lo que necesita es una pista con unas medidas determinadas que no se puede hacer y un piso determinado, no es un deporte que podamos hacer en cualquier lugar, en cualquier espacio" (EP.P.1).

A través de las encuestas realizadas pudimos notar que el 50% de los jugadores de hockey asisten al club fuera de horario para mejorar aspectos de su deporte. El 60% concurren a mejorar la parte física, un 20% aspectos técnicos y otro 20 % otras actividades.

También pudimos percibir que en el plantel de hockey el 80% cree que hay baja asistencia. Las posibles causas que conocen, la mas alta es por falta de motivación, la sigue falta por estudio y otra parte que desconoce el porque de las faltas de los jugadores. En el plantel de patín sólo el 20% considera que hay baja asistencia y desconocen los motivos. No se observa falta de motivación.

Por ultimo se observo que el 70% de los jugadores está conforme en lo que respecta a lo que se trabaja en los entrenamientos, el otro 30 % aporta que se debe

trabajar más los aspectos tácticos del deporte. También aporta que falta espacio y concurrencia.

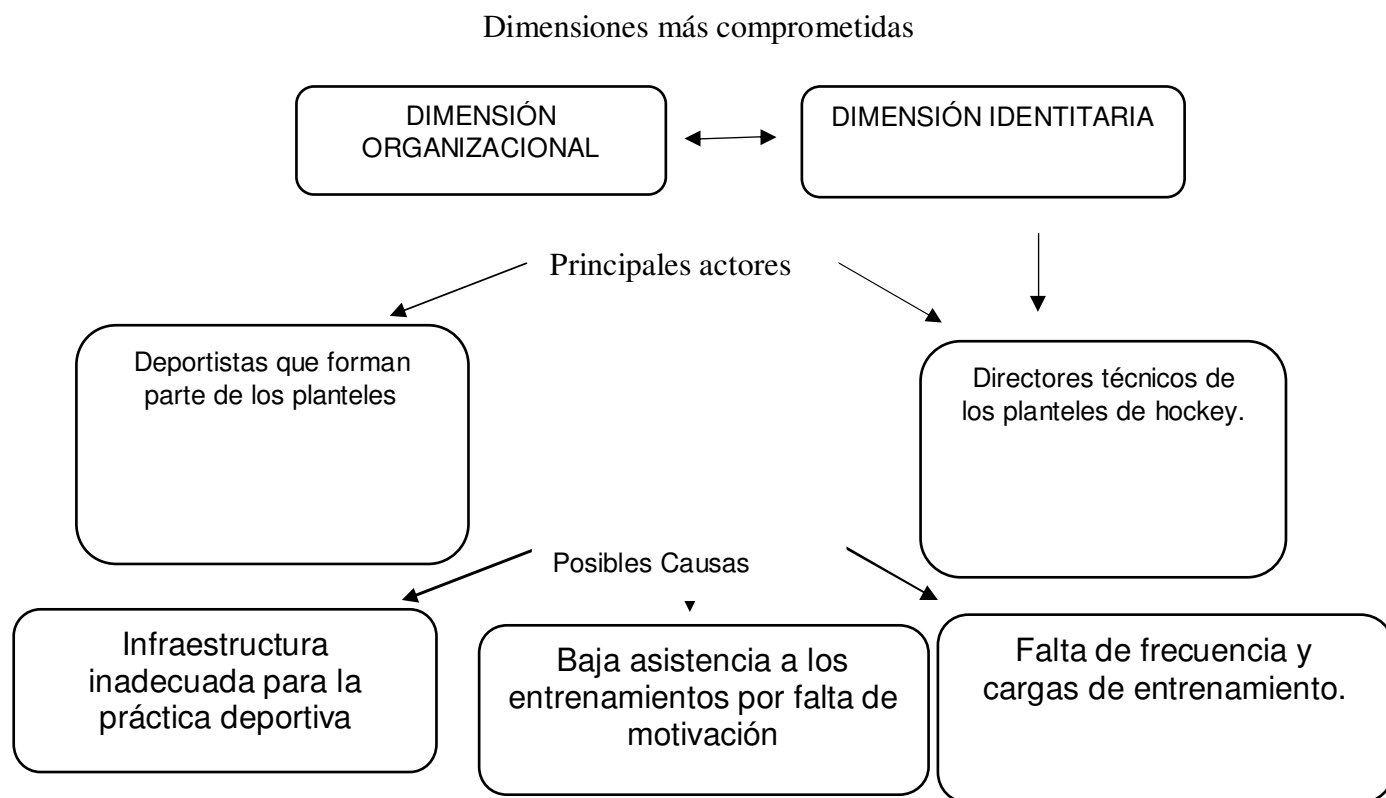


Ilustración 6 - Modelo de análisis final

5.5 Preguntas de investigación

Luego de analizado el modelo de análisis final se responderán cada una de las preguntas de investigación teniendo en cuenta los datos obtenidos tanto en la primera como en la segunda colecta de datos.

¿En qué deporte se presentan las mayores dificultades para el entrenamiento deportivo?

Las mayores dificultades las presentan los planteles de hockey sobre patines y no así en el de Patín. Las mayores dificultades explicadas previamente son: Falta de infraestructura adecuada para la práctica del hockey, así lo explica uno de los entrenadores” las instalaciones muchas veces no se adaptan a las necesidades de nosotros y somos nosotros los que nos adaptamos a las instalaciones, nosotros necesitamos por ejemplo barandas” (ETH1, p.7),y continúa diciendo” entonces las limitaciones son bastante en cuanto a las instalaciones es bastante complicado”.(ETH1, p7).

Los deportistas de hockey en referencia a la infraestructura, (MATRIZ ANÁLISIS SEGUNDA COLECTA, PREGUNTA 6, p.) Todos los jugadores creen que la infraestructura no es adecuada. La mayoría marcó que el espacio es inadecuado y un porcentaje más bajo que no están los materiales necesarios.

¿Qué relación se establece entre el entrenamiento y el rendimiento deportivo en cada uno de los deportes?

Todos los entrenadores coinciden en que a mayor frecuencia de entrenamientos, mejores serán los resultados deportivos.

El entrenador de hockey mayores explica “ para jugar a hockey precisas una cancha, entonces desde un principio la propuesta del club es que también adecuar las necesidades del hockey” (ETHM, p...), “ estoy hablando puntualmente del hockey en este caso que es un deporte amateur, entonces más allá del compromiso que ellos puedan tener y eso, son personas que no viven del deporte sino que el deporte es una actividad de placer” (EP, p.21), “ hay ciertos ejercicios que para el hockey no se pueden realizar porque no tenemos lo que son las barandas y la estructura, la infraestructura para eso, estamos en ese proceso, el patín artístico que es disciplina federada si tiene las condiciones” (EC, p.22).

¿Qué estrategias se implementan con el objetivo de mejorar el entrenamiento deportivo?

En el caso del hockey, “lo que se hace es alquilar una cancha con barandas para practicar, se hace una práctica semanal en ese lugar para poder practicar” (EC, p. 23), “ la forma que tuvimos de solucionar el espacio fue una vez por mes o dos veces por semana alquilar una pista afuera para ir a entrenar que era lo más conveniente que es la única pista que tiene las medidas reglamentarias y eso fue la forma, la única forma que hemos encontrado para salir de ese tema” (ETH1, p.9). Realizan pretemporadas en la playa con los planteles en la época de verano, “la hicimos en la playa porque el club estaba en reforma por febrero y ta, después bueno eh empezó la actividad del club en Marzo y se empezó a hacer lo que se hace en el gimnasio” (EC, p.22).

El club proyecta para el 2019 ya tener las barandas y medidas reglamentarias para entrenar y hacer de local en el club y con esto atraer más a los deportistas que practican el deporte, “lo primero es tratar de mejorar, de ir eliminando esas dificultades por ejemplo estamos ahora en un proceso de armar la cancha de hockey para tener barandas y todo eso generar gradas para poder ser locatarios acá y bueno son todas esas cosas (EC, p.24).

5.6 Plan de mejora

El Plan de Mejora fue se realizo el segundo semestre, dentro de la asignatura Taller de Proyecto Final II, luego de haber analizados los problemas identificados en la aproximación diagnóstica.

Plan de Mejora se define como propuesta de trabajo colectiva que integra la “planificación, desarrollo y evaluación de cambios e innovaciones en las instituciones, que tienen como objetivo aumentar la calidad desde una perspectiva práctica, aplicada y contextual” (Cantón Mayo, 2005:7).

De esta manera se procede a realizar un plan de mejora para la institución, comenzando a definir el problema a abordar para luego proyectar objetivos generales y específicos, a su vez también definir metas y actividades a realizar en cada uno. Con esto se elaboro una planilla operativa (ver anexo 22) presentada en la investigación.

Para la puesta en práctica de este plan, se realizaron tres encuentros con el coordinador del área, en la cual se generaba un intercambio de opiniones para ir definiendo los puntos a trabajar en el desarrollo del trabajo.

En la primera reunión (ver anexo19), el objetivo del mismo fue presentar el cuadro de síntesis de la aproximación diagnostica realizado en la materia de proyecto1 durante el primer semestre, definir las posibles líneas de trabajo y comentar el proceso de diagnostico de manera general.

Para la segunda reunión (ver anexo20), presentaron los objetivos de trabajos, tanto generales como específicos, definirlos y empezar a trabajar sobre ellos.

Y una tercera (ver anexo21), se presentó la planilla operativa a la institución, actividades a desarrollar y el presupuesto sobre el plan de mejora. Quedando así abiertos a una siguiente instancia para la presentación del trabajo terminado.

5.7 Objetivos de la propuesta

Durante la elaboración de la aproximación diagnóstica, se observó que el principal problema a tratar es la falta de motivación por parte de los jugadores en los entrenamientos de hockey masculino sobre patines.

A partir de este inconveniente se desarrolla el objetivo general y los objetivos específicos que se tratarán en el plan de mejora.

Objetivo general:

- Mejorar el rendimiento individual y colectivo a través del aumento de la motivación de los deportistas en los entrenamientos de hockey sobre patines categoría masculina.

Objetivos específicos:

1. Incrementar la participación de los deportistas en los entrenamientos establecidos.
 - Meta: El 100% de los deportistas participen de los entrenamientos.
 - Forma de verificación: lista de asistencia.
 - Marca temporal: diario.
2. Desarrollar la práctica de manera progresiva y atractiva para los deportistas.
 - Meta: el 80% de los deportistas mejora su percepción sobre los entrenamientos.
3. Adecuar los entrenamientos a las condiciones físicas.
 - Meta: Plan de entrenamiento adaptado.

Luego de haber definido los objetivos y metas a desarrollar, se plantearon diferentes actividades para desarrollarse dentro de los objetivos planteados:

Dentro del objetivo específico uno las actividades a realizar serán:

1.1 Realizar una lista de asistencia con los deportistas que asisten a cada entrenamiento semanal.

1.2 Realizar una encuesta a los jugadores para identificar obstáculos para la asistencia a los entrenamientos (encuesta ver en los anexos).

1.3 Ciclo de 6 charlas temáticas en los siguientes contenidos: (1) importancia del entrenamiento en el rendimiento deportivo, (2) objetivos de los entrenamientos, (3) intereses de los deportistas, (4) sistemas tácticos a realizar, (5) análisis y evaluación en los entrenamientos, (6) planificación anual de calendario en competencias (posibilidad de jugar un torneo en Argentina).

Luego para el segundo objetivo se realizarán actividades como:

2.1 Utilizar en los entrenamientos retos o problemas (técnico-tácticos) para que el deportista los resuelva de forma autónoma.

Como por ejemplo: Ejercicio de calentamiento técnico con pase, control y disparo: Se inicia con un jugador A con un desplazamiento, realiza un pase al jugador B que gira en el cono. El jugador B pasa la bola al jugador C al tiempo que se mueve por detrás. El jugador C pasa la bola al jugador A y este a B que sale por banda. Finaliza el jugador B con dos opciones: disparo o pase al segundo palo para el jugador.

2.2 Realizar evaluaciones con el deportista para que sea consciente de sus puntos fuertes y débiles, y que sepa valorar su propio rendimiento.

2.3 Utilizar actividades lúdicas una vez a la semana para el desarrollo de capacidades técnicas.

Como por ejemplo: Ejercicio de técnica individual como el pase y contenidos de táctica individual como la selección de pase. El ejercicio es una atrapada, en la cual un jugador debe atrapar a otro para cambiar de turno. Cada vez que el jugador que atrapa toque a otro jugador será este el nuevo encargado de atrapar. En el ejercicio incluimos la bola que estará en posición de los jugadores que no atrapan, y el jugador que tenga la bola no podrá ser atrapado. El jugador que tiene la bola, tiene la obligación de intentar salvar al jugador que es perseguido dándole un pase antes de ser tocado, el jugador que persigue no puede cortar el pase en ningún momento.

Variante: incluir más bolas o más perseguidores complicando el ejercicio.

Y para finalizar, en el tercer objetivo específico se realizará:

3.1 Reunión de coordinación para establecer actividades alternativas a la carencia de barandas.

3.2 Incluir una actividad en el entrenamiento que sustituya la baranda que utilizan reglamentariamente.

Como por ejemplo: Ejercicio intermitente de ataque-defensa sin pausa y por un tiempo determinado, jugando con apoyos en los costados simulando la acción de la baranda.

- 3.3 Evaluar los resultados en las habilidades de la utilización de actividades alternativas.

3.3 Evaluar los resultados en las habilidades de la utilización de actividades alternativas.

Dentro de la planilla operativa, también se realizó un presupuesto, dividiéndose en gastos de inversión y gastos de operación (ver anexo 25), debido a los recursos que se deben de contar para poder realizar el plan de mejora. Para esto se hablo con el coordinador para tener una aproximación de las herramientas y costos necesarios que debían afrontar, así como se menciona anteriormente, es un deporte amateur pero muy costoso.

6. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

A lo largo del año, cabe resaltar la buena disposición por parte de la institución que nos brinda en todo momento la información y atención necesaria para llevar a cabo esta investigación.

A modo de ordenar los resultados obtenidos, podemos decir que a través, de las diferentes instancias de intercambio con la institución, sobre todo en la recolección de datos, se puede afirmar que las dimensiones más comprometidas para llevar a cabo el proyecto son la organizacional y la dimensión identitaria.

Por otra parte los principales actores implicados en el hecho son los propios deportistas que practican hockey sobre patines, los entrenadores y el departamento de coordinación.

Existe una preocupación e interés por mejorar la falta de motivación de los integrantes de los planteles en asistir a los entrenamientos, estando de acuerdo en que este problema es un elemento que se relaciona directamente con el desarrollo de los jugadores, ya que asisten de manera saltada a los días establecidos para entrenar.

Cabe destacar la importancia del plan de mejora para que a pesar de que el hockey sobre patines es un deporte amateur, por parte de la coordinación de la institución quieren tomarlo como profesional y que a futuro pueda crecer con más equipos en la liga y más competencia, ya que la falta también de equipos lo lleva a ser desmotivante para los jugadores.

También, se ve la posibilidad de realizar entrenamientos de mayor calidad cuando mejore la asistencia a los entrenamientos, debido a que en muchas ocasiones son pocos jugadores y no llegan a realizar partido similar a la competencia, no

generan situaciones de juego y no llegan a conocer adecuadamente el nivel técnico-táctico de sus compañeros de plantel, aspectos que se hacen un mejor rendimiento en situaciones de competencia.

Lo que llama la atención que muchas veces, en los entrenamientos, a pesar de que sea un deporte federado, se tengan que completar la sesión con familiares de los jugadores, que no son parte del plantel y que no compiten el deporte. Este aspecto obviamente baja mucho el nivel y desarrollo de los jugadores y el deporte, por lo que se muestra una baja de asistencia y que es necesario contar con mayor cantidad y calidad de jugadores en los entrenamientos para llevar a cabo todo lo que abarca el deporte en sí.

Por otra parte se resalta que la institución no cuenta con la infraestructura adecuada para la práctica de hockey sobre patines de manera específica, es decir, que al estar entrenando el deporte en un lugar adecuado, sin las medidas reglamentarias de la cancha, sin barandas y la falta de espacio se hace a su vez más complicado de llevar.

Con respecto a lo nombrado anteriormente, y en una de las entrevistas con el coordinador deportivo, la institución está en la búsqueda de mejorar el rendimiento deportivo de los planteles de hockey, sin embargo es un club en proceso de desarrollo y las reformas irán avanzando de a poco a futuro.

Tanto entrenadores como la coordinación, coinciden que con los cambios realizados en la infraestructura, la motivación de los jugadores aumentará y hará que se sientan más identificados con el club y el proceso que van formando como jugadores de hockey para tomárselo profesionalmente a pesar de ser un deporte amateur.

Es importante destacar, que todos los entrenadores entrevistados coinciden que la institución les brinda siempre todo el apoyo que pueden, pero hay factores

como la baja asistencia a los entrenamientos y el compromiso de cada jugador que son ajenos a ellos, aunque a pesar de el trabajo realizado durante el año en ambos semestres se pueda llegar a concretar un proyecto y estrategias para que puedan mejorar en las principales dificultades que presentan para el desarrollo del deporte.

Otro punto que hay que resaltar es el gasto que lleva realizar este deporte, ya que para ser un deporte amateur en nuestro país el costo para llevarlo a cabo es muy grande.

A futuro y con las reformas que se harán en la institución, y la búsqueda de mayor cantidad de socios, se puede generar una captación de posibles deportistas de hockey sobre patines, desde edades tempranas hasta edades adultas.

Todo este proceso de investigación, trabajo y estudio de resultados ha permitido adquirir mucha experiencia en lo personal como estudiante y como docente.

Desde el punto de vista de estudiante, se pudo mejorar y perfeccionar la forma de realizar una investigación, un estudio, un proyecto de investigación, tener en claro que puntos desarrollar y a que se refiere cada punto.

También cabe destacar que en el primer semestre formamos un equipo de trabajo pudiendo realizar una muy buena base para afrontar el segundo semestre, que desafortunadamente ha tenido que realizarlo una persona, pero si bien se hizo mas difícil de llevar sirvió para el crecimiento personal y mejorar la interacción con otros colegas de la profesión.

Así que como docente, se puede decir que se aprendió mucho sobre un deporte en el cual no tenía mucha experiencia, ni de haberlo jugado ni practicado, y hoy en día es una herramienta mas que eh adquirido en esa área.

A modo de cierre, como futuro profesional y licenciado se puede decir que esta experiencia me va a permitir un mejor desarrollo en el deporte, a darle la importancia, que a pesar de las dificultades y carencias que estén presentes en el deporte se

puede elaborar un proyecto de trabajo para llevar adelante y así cubrir las necesidades ante un deporte amateur no profesional, así como los escasos recursos en las áreas tanto económicas como sociales, esto debe generar un impulso para llevar la actividad adelante y creer en el proceso que se realizó durante todo el año.

7. BIBLIOGRAFIA

- Almarcha López, M. (2013), Deporte federado en La Solana. Recuperado en: <https://es.slideshare.net/mariaalmarchalopez/deporte-federado>.
- Asenjo Dávila, F. (2015) *La experiencia del ocio en el deporte federado*. España, SAFEKAT S.L.
- Batthyáyn,(2011)*Metodología de la investigación en ciencias sociales*. Apuntes para un curso inicial. Universidad de la república.
- BeotasLalaguna, E (2006). *Futuras claves en la organización de gestiones deportivas*. España, TRISORGAR S.L.
- Blanco, E *et al* (2006) Manual de la organización institucional del deporte. España, Paidotribo.
- Blasco Mira, J.E *et al*, (2007). *Metodologías de la investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte*. España, Editorial Club Universitario.
- Blazquez Sanchez, D. (2013) *Diez competencias docentes para ser mejor profesor de educación física. La gestión didáctica de la clase*. España, INDE.
- Cantón, E, Mayor, L, Pallares, J. (1995). Factores Motivacionales y Afectivos en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología General Aplicada*. 48, 59-75.
- Cook, T. D; Reuchardt, C. (2000).*Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación evaluativa*. 4.ª ed., Morata. Madrid, 2000.
- Dietrich, M; Klaus, C; Klaus, L. (2001).*Manual de metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Frigerio, G *et al* (1992)*Las instituciones educativas cara y ceca: elementos para su gestión*. Buenos Aires: Editorial Troquel S.A.
- Guillen, F. (2007). *Psicología de la Educación física y el deporte*. Sevilla, España: Wanceulen Editorial Deportiva, S.L.
- Heinneman, K. (2003) *Introducción a la metodología de la investigación empírica: en las ciencias del deporte*. España, Paidotribo.
- Hernández, R; Fernández,C; Baptista,M. (2010) *Metodología de la investigación*. México: MC, Graw Hill.
- Huamán Valencia, H. (2005) *Manual de técnicas de investigación. Conceptos y Aplicaciones*. Lima, Perú. Editorial Ipladees.
- Simons, H. (2011) *El estudio de caso: teoría y práctica*. Madrid; Ediciones Marota, S.L.
- Taylor, S.J; Bodgan, R. (1987).*Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Buenos Aires; editorial Paidós.

ANEXOS

INDICE

- Anexo 1. Carta de presentación
- Anexo 2. Modelo de entrevista exploratoria
- Anexo 3. Matriz de análisis exploratoria
- Anexo 4. Modelo cuadro síntesis de acuerdo
- Anexo 5. Modelo anteproyecto y cronograma
- Anexo 6. Modelo cuadro de síntesis de instrumentos
- Anexo 7. Modelo de entrevista primera colecta de datos
- Anexo 8. Cuadro prueba de instrumentos primera colecta
- Anexo 9. Matriz de análisis primera colecta de datos
- Anexo 10. Modelo de análisis primera colecta de datos
- Anexo 11. Modelo prueba de instrumento encuesta
- Anexo 12. Modelo de encuesta hockey sobre patines
- Anexo 13. Modelo de encuesta para deportistas de patín
- Anexo 14. Modelo planilla de observación
- Anexo 15. Matriz de análisis segunda colecta de datos
- Anexo 16. Modelo de análisis segunda colecta de datos
- Anexo 17. Modelo final de análisis
- Anexo 18. Cuadro de síntesis de aproximación diagnóstica
- Anexo 19. Acta primera reunión
- Anexo 20. Acta segunda reunión
- Anexo 21. Acta tercera reunión
- Anexo 22. Planilla operativa de plan de mejora
- Anexo 24. Encuesta a jugadores
- Anexo 25. Presupuesto plan de mejora
- Anexo 26. Cronograma
- Anexo 27. Plan de mejora

Anexo 1. Carta de presentación

1. CARTA DE PRESENTACIÓN

Montevideo, 14 de marzo de 2018

A quien corresponda,

Nos ponemos en comunicación con Usted a fin de solicitar tenga a bien analizar la autorización de que un equipo de nuestros alumnos del 7º semestre de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte del Instituto Universitario-ACJ, puedan realizar tareas diagnósticas en la institución que Ud. dirige; en el marco de la asignatura Taller de Proyecto Final 1.

El Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes (IUACJ) es una institución de carácter universitario reconocida por el Ministerio de Educación y Cultura desde el mes de setiembre del año 2000. En la misma fecha y por Decreto respectivo, le fue aprobado el proyecto de carrera de grado con nivel universitario de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte.

Este Taller tiene como objetivo realizar una Aproximación Diagnóstica focalizada en temas que la institución identifique como problemáticos y que le interese trabajar. Cada equipo (de dos estudiantes) deberá tomar alguno de esos temas buscando que se encuentren asociados al Trayecto en el que vienen consolidando.

La tarea diagnóstica (entrevista exploratoria, relevamiento y análisis de datos) se realizará en coordinación y acompañamiento con un referente institucional definido por el IUACJ como responsable. El ciclo diagnóstico comienza en marzo y finalizará en julio con la entrega de un breve informe a la institución con el propósito de contribuir a su desarrollo. Este informe deberá contar con el aval del profesor tutor a cargo como requisito para su entrega. Todos los trabajos se realizan atendiendo al principio de confidencialidad. En tal sentido no serán identificadas ni personas ni instituciones en los Informe de Aproximación Diagnóstica que se realicen.

Consideramos que una respuesta favorable en el sentido de lo solicitado, no solamente producirá beneficios en los propios alumnos, si no que se contribuye a la formación de nuevos recursos humanos capacitados en el ámbito de la Educación Física para un mejor desempeño en nuestra sociedad.

Agradeciendo desde ya su atención y estando a su disposición para lo que entienda pertinente plantear, saludamos a usted muy atentamente,

Dra. María Inés Vázquez
Coordinadora de Proyectos

Lic. Emilio Caputi
Director Ejecutivo Académicos



Colonia 1870 pisos 6 y 7 – C.P. 11.200 – Montevideo, Uruguay

Anexo 2. Modelo de entrevista exploratoria

2. MODELO DE ENTREVISTA EXPLORATORIA

Nombre de los integrantes: Bruno Di Martino y Germán Ramazzi.

1. Nombre, edad y formación académica
2. ¿Qué cargo cumplís en la institución?
3. ¿Hace cuánto llevas a cargo este rol?
4. ¿Qué cantidad de socios tiene el club?
5. ¿Qué formación poseen los funcionarios del área de entrenamiento y deporte?
6. ¿Existen convenios con otras instituciones? (escuelas, colegios, etc.)
7. Si la respuesta es sí, ¿Qué se les brinda? ¿cuáles crees que son los aspectos a mejorar?
8. ¿Cuáles crees que son las Fortalezas y debilidades del club?
9. ¿Compiten en deportes federados? ¿Cuáles?
10. ¿Qué aspectos crees que pueden mejorar?
11. ¿Qué influencia tienes sobre estos?
12. ¿Cuál deporte crees que sería importante brindarle al socio además de los que ya hay?
13. ¿Las clases de entrenamiento para adultos, perjudica a la asistencia de la sala de musculación?
14. ¿Algo más que quieras aportar?

Anexo 3. Matriz de análisis exploratoria

ENTREVISTA EXPLORATORIA	
FORTALEZAS:	<p>“Bien, la fortaleza del club, es un club que no apuntamos a tener una masa social muy grande, ta, nosotros tenemos, consideramos que con dos mil socios. Más allá de las capacidad del club puede llegar a ser de tres mil, nosotros apuntamos a tener dos mil socios pa’ que con eso se cubran el funcionamiento, el gasto, generar superávit para seguir creciendo, porque no queremos perder el vínculo, eh, de socios, es un..., vamos a un ambiente muy familiar” AU, P. 1</p> <p>“...Ta, entonces la idea es que no sean números sino personas con nombre, somos una gerencia abierta el socio viene a hablar, a plantear, charlamos todo con total que hasta..., al final terminamos, hacemos comidas, la gente del área física, administrativa, mantenimiento, socios, no ¿ hacemos una actividad de cierre del año, los planteles, donde se hace una comida con todos los planteles, eh , y se premia, más allá de los logros obtenidos de cada uno de los planteles, hay un reconocimiento por parte de la institución y del plantel técnico, para los jugadores y los planteles” AU P. 2.</p> <p>“... y otra fortaleza que tenemos es que está apuntado a que se venga en familia, que ingrese la familia y que el padre pueda hacer una actividad la madre la misma actividad que el padre u otro tipo de actividad y que los niños vengan, la idea es que ingresen todos juntos realicen todos las actividades de su interés y se vayan todos juntos.” AU , P. 2.</p>
DIFICULTADES:	<p>“...Y debilidades, la debilidad más grande que tenemos hoy por hoy en este proyecto que estamos de reforma, recién para el mes de noviembre se proyecta lo que es el cierre de la piscina</p>

	<p>que es una carencia grande.” AU P.2</p> <p>“... pero falta la otra parte de agua, que con lo acuático, al no tener la piscina cerrada hasta el año pasado, hasta el verano del 2017 la piscina funcionaba como o solárium pero este año no la habilitamos y bueno, la idea es tenerla techada y climatizada, para el mes de noviembre y comenzar la nueva etapa de proyección, por eso te digo, hoy por hoy tenemos alrededor de 550 socios, nuestro objetivo es llegar a los dos mil socios, que lo que nos va a dar esos salto cuantitativo, va a ser, lo que es la piscina, la construcción del edificio de adelante el cual se va a hacer la sala de fitness y la sala de musculación acorde para esa población de gente”. AU P.2</p>
<p>PROBLEMAS ASOCIADOS AL TRAYECTO:</p>	<p><i>El problema que encontramos asociado al trayecto de investigación (entrenamiento) es que deben aumentar las cargas de entrenamiento (físicas y técnico- tácticas) de los planteles que compiten a nivel federado.</i></p> <p>“... Bueno, eh, yo creo, que, eh, lo que es, habría que mejorar lo que es la carga de actividad de entrenamiento y la carga de actividad física, que eso es una carencia, que debido a que la infraestructura del club que tenemos dos gimnasios grandes, o sea que nos estaría faltando espacio para optimizar el funcionamiento de la parte física, y técnica de los planteles, eh , para poder competir, para seguir mejorando eh, de forma competitiva y de mejor nivel está faltando el tiempo de prácticas , eh que a veces, por la convivencia de varios deportes, no hay lugar y a veces por el compromiso de varios deportistas, eh , merman las posibilidades de poder desarrollar el deporte a mayor nivel” AU P.3</p>
<p>PERSONAS IMPLICADAS:</p>	<p>Técnicos y preparadores físicos de los planteles que compiten. Integrantes de los planteles. Coordinador dpto. Físico.</p>

OBSERVACIONES GENERALES	El club cuenta con dos gimnasios amplios y una sala de musculación apta para el entrenamiento de los deportistas federados. Una piscina que está en proyecto de construcción para fines de este año junto con un espacio de fitness en la zona donde hoy hay un estacionamiento.
-------------------------	---

Anexo 4. Modelo cuadro síntesis de acuerdo

Taller: PROYECTO FINAL I

PAUTA PARA LA PRESENTACIÓN CUADRO SÍNTESIS DE ACUERDOS CON LA INSTITUCIÓN DE PRÁCTICA PARA LA COLECTA DE DATOS

Grupo: C1
Bruno Di Martino

Fecha: 29/5/2018

Integrantes: Germán Ramazzi y

Fecha reunión con referente institucional	Fechas 1era y 2da colecta	Tiempos previstos para la primera aplicación	Modalidad de cada operativo (forma que se aplica el instrumento)
28/5/2018	1er semana de Junio	4 de Junio	Entrevista semiestructurada con tres entrenadores de la institución. Entre 15 y 20 minutos.
	3era semana de Junio	2da 18/6- 22/6	Encuesta a los deportistas federados seleccionados. 5 minutos por encuesta.
	2da semana de Junio	4- 8 de Junio	Entrenamiento: patín artístico, hockey sobre patines (juveniles y mayores)

Anexo 5. Modelo anteproyecto y cronograma

Taller: PROYECTO FINAL I**Fecha: 27 de abril de 2018**

COMPONENTES	CONTENIDOS
NOMBRE DE LOS INTEGRANTES DEL EQUIPO	German Ramazzi Bruno Di Martino
TRAYECTO	Entrenamiento y deporte
CENTRO DE PRÁCTICA	Club Deportivo
TEMA CENTRAL EN ESTUDIO (asociado al Trayecto)	Entrenamiento deportivo en los deportes federados dentro de un Club deportivo. Problema: Se detectó en la parte organizativa de la falta de espacio y tiempo en los entrenamientos y su influencia en el rendimiento.
PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	¿En qué deporte se presentan las mayores dificultades para el entrenamiento deportivo? ¿Qué relación se establece entre el entrenamiento y el rendimiento deportivo en cada uno de los deportes? ¿Qué estrategias se implementan con el objetivo de mejorar el entrenamiento deportivo?
ENCUADRE TEÓRICO	Metodología de entrenamiento: Según (Dietrich, Klaus y Klaus 2001, pág. 15) “se ocupa del entrenamiento deportivo, es decir, de una práctica específica que realizan deportistas en activo, entrenadores, preparadores físicos y profesores de educación física con vistas a la mejora de los rendimientos deportivos individuales. Los esquemas de la metodología de entrenamiento dependen en alto grado del tipo de exigencia en cada rendimiento concreto, del estado de los conocimientos científicos y de la experiencia práctica acumulada acerca de las relaciones existentes entre la ejecución del entrenamiento y su eficacia”

	Gestión deportiva: (BeotasLalaguna 2006, pág.119) la define como “ el proceso de acciones y tareas realizadas con personas y recursos, para alcanzar las metas establecidas por cada una de las organizaciones que conforman la estructura del sistema deportiva”
TÉCNICAS	Entrevista que será orientada hacia los coordinadores y entrenadores. Encuesta será orientada hacia los jugadores de los diferentes deportes. Observación hacia los diferentes deportes y grupos de entrenamiento.

CRONOGRAMA DE AVANCE

FASES	03	04	05	06	07
Entrevista inicial		x			
ANTEPROYECTO		x			
Diseño y prueba instrumentos			x		
Primer colecta de datos			x		
Segunda colecta de datos				x	
Análisis de datos					x
Borrador INFORME FINAL					x

Anexo 6. Modelo cuadro de síntesis de instrumentos

Taller: PROYECTO FINAL I
PAUTA PARA LA PRESENTACIÓN CUADRO SÍNTESIS DE INSTRUMENTOS

Grupo: C1

Integrantes: Germán Ramazzi y Bruno Di Martino

Fecha: 3.05.2018

Técnicas	Para qué? (¿cuál es el objetivo?, ¿qué información quieren obtener?)	A quiénes? (cantidad, edades, lugar de aplicación, forma de aplicación)	Fecha aplicación (aproximada)
Entrevista	-Ubicarnos en el contexto del problema y comprender la realidad del mismo -Buscar opiniones e información de los implicados.	-Los técnicos de los planteles y al coordinador del área deportiva. Técnico de Hockey sobre patines cat. Mayores, técnico de volley sub 20 masculino, Técnica de patín cat. Menores. Se realizaran en las instalaciones del club	21.5 al 1.06
Encuesta	-Recolectar información de los implicados sobre el problema en cuestión.	-5 a 8 de los planteles a investigar de los deportes federados del club. Hockey sobre patines masculino, Volley sub 20	3 al 8 de Junio

		masculino, patín femenino.	
Observación	Observar los entrenamientos para identificar los problemas planteados.	Patín femenino menores. Volley sub 20 masculino. Hockey sobre patines masculino cat. Mayores.	21.5 al 1.06

Anexo 7. Modelo de entrevista primera colecta de datos

Taller: PROYECTO FINAL I

PAUTA PARA LA ELABORACIÓN DE ENTREVISTAS

A quien se va a aplicar la entrevista: Técnicos y preparadores físicos de los planteles federados.

Quienes van a aplicar: Germán y Bruno

Tiempo esperado de aplicación: 30 minutos.

Preguntas de investigación	Cantidad de preguntas para la entrevista (3 tec.)	Coordinador (1coord.)
Preguntas Iniciales de presentación	¿Hace cuánto tiempo trabajas en el club? ¿Hace cuánto tiempo estás a cargo del plantel?	¿Hace cuánto tiempo trabajas en el club? Cuáles son tus principales tareas?
1er pregunta de investigación ¿En qué deporte se presentan las mayores dificultades para el entrenamiento deportivo?	¿Cuáles son los planteles federados que entrenan en las instalaciones? ¿Qué dificultades en cuanto al espacio y tiempo de entrenamiento presenta tu deporte? ¿Tenes conocimiento de las dificultades que presentan los demás planteles federados en base al entrenamiento? En el caso de que si, cuáles son sus dificultades? ¿Tuviste la oportunidad de dialogar con otros entrenadores sobre las dificultades que se presentan? En el caso de que si, que te plantean?	¿Cuáles son los planteles federados que entrenan en las instalaciones? ¿ cuáles son sus dificultades que presentan los planteles federados para desarrollar el entrenamiento? ¿Cómo te enteras de esta problemática? (lo ves o te lo comentan los entrenadores o deportistas)? Todos los deportes tienen la misma problemática?

<p>2da pregunta de investigación ¿Qué relación se establece entre el entrenamiento y el rendimiento deportivo en cada uno de los deportes?</p>	<p>¿Cuánta carga horaria semanal crees conveniente para trabajar lo que el plantel necesita para un mayor desarrollo técnico y físico?</p> <p>¿Crees adecuado el espacio para llevar a cabo el entrenamiento?</p> <p>¿Crees que se ven reflejados los resultados en base a los entrenamientos que llevan a cabo?</p> <p>¿Consideras que para mejorar los resultados deportivos deberían aumentar los tiempos de entrenamiento?</p>	<p>¿Cuánta carga horaria semanal crees conveniente para trabajar en cada plantel para el desarrollo técnico y físico?</p> <p>¿Crees adecuado el espacio para llevar a cabo el entrenamiento?</p> <p>¿Crees que se ven reflejados los resultados en base a los entrenamientos que llevan a cabo?</p> <p>¿Consideras que para mejorar los resultados deportivos deberían aumentar los tiempos de entrenamiento?</p>
<p>3ra pregunta de investigación ¿Qué estrategias se implementan con el objetivo de mejorar el entrenamiento deportivo?</p>	<p>¿De qué manera intentan solucionar las carencias de espacio y tiempo para los entrenamientos?</p> <p>¿Cómo crees que pueden mejorar los entrenamientos en base a las dificultades espacio temporales que brinda el club?</p> <p>¿Cuentan con los materiales necesarios para satisfacer las necesidades de los jugadores?</p>	<p>¿De qué manera intentan solucionar las carencias de espacio y tiempo para los entrenamientos?</p> <p>¿Cómo crees que pueden mejorar los entrenamientos en base a las dificultades espacio temporales que brinda el club?</p> <p>¿Cuentan con los materiales necesarios para satisfacer las necesidades de los jugadores?</p>
<p>Preguntas finales</p>	<p>¿Qué aspectos crees que deben mejorarse a futuro para el desarrollo de los jugadores? ¿Algo más que quieras aportar?</p> <p>3.</p>	<p>¿Algo más que quieras aportar?</p>

Anexo 8. Cuadro prueba de instrumentos primera colecta

Taller: PROYECTO FINAL I

**PAUTA PARA LA PRESENTACIÓN CUADRO PRUEBA DE
INSTRUMENTOS DE 1ERA COLECTA DE DATOS**

Grupo: C1

Integrantes: Germán Ramazzi y Bruno

Di Martino Fecha: 28/5/2018

Técnica e Instrumento	Fecha de prueba	¿A quién/es se aplicó?	¿Dónde se aplicó?	Cambios generados
Entrevista	24/5/2018	Profesora de club "Carrasco Lawn Tennis"	En el "Carrasco Lawn Tennis"	No se generaron cambios

Anexo 9. Matriz de análisis primera colecta de datos

**Taller: PROYECTO
FINAL I
MATRIZ DE ANÁLISIS DE 1ERA
Y 2DA COLECTA DE DATOS**

Grupo: C1

Integrantes:
**Germán Ramazzi,
Bruno Di Martino**

Fecha:

	ORGANIZACIONAL	ADMINISTRATIVA	IDEN T.	CO M.	Sectores y/o actores implicados	Temas relacionados	Posibles factores causales del problema.
ETH1		<p>“...el deporte que nosotros practicamos presenta muchas dificultades porque es un deporte que acá no hay mucha difusión y aparte de eso las instalaciones muchas veces no se adaptan a las necesidades de nosotros y somos nosotros los que nos adaptamos a las instalaciones” p1</p>			Coord. deportivo, entrenadores y deportistas		

ETH1	<p>“...nosotros necesitamos por ejemplo barandas y, y eso limita mucho en los clubes porque hay muchos deportes que por las barandas no pueden practicar, entonces necesitamos eh los arcos también van separados de la pared, no van y tendrían que ir fijos y nosotros no los podemos usar, entonces las limitaciones son bastante en cuanto a las instalaciones es bastante complicado” p1</p>			Coord. deportivo, entrenadores y deportistas	Falta de espacio reglamentarios y tiempo de entrenamiento
ETH1	<p>"...nosotros en este momento entrenamos tres veces por semana, entrenamos dos veces en la pista esta de abajo que es rechica más o menos la mitad de lo que es una pista y después una vez a la semana entrenamos arriba , que la pista de arriba le faltan más o menos diez metros." p1</p>			Entrenadores y deportistas	Escaso Espacio y tiempo de entrenamiento

ETH1		<p>"...Eh en el club los que presentan más dificultades somos nosotros y el patín artístico eh en cuanto al piso, por ejemplo tuvieron que poner este piso para adaptarlo para nosotros especialmente para el patín para los deportes sobre ruedas porque el piso que había antes era hormigón y a nosotros las ruedas que nos salen carísimas, eh se nos rompían en seguida y eh adaptaron este que es símil madera pero en realidad esa es la única dificultad." p2</p>		Coord .deportivo, entrenador y jugadores		Espacio reglamentario del deporte
ETH1		<p>"...Si, si ,si, eh es un tema de conversación que siempre está presente eh en cualquier reunión de hockey el tema de las limitaciones en cuanto a horario, en cuanto a pista, incluso hasta para los partidos a veces no tenemos</p>		Coord .deportivo, entrenador y jugadores		

		lugares donde jugar porque si están las pistas ocupadas, no hay otro club que se pueda conseguir que digas lo puedo adaptar porque las barandas son fijas y en realidad en este momento hay solo tres lugares donde podemos jugar que muchas veces están ocupados por otros deportes entonces lógicamente es difícil.” p2				
ETH1	“...Y bueno en este momento los planteles entrenan tres horas por semana, eh aparte tenemos una vez por semana una hora de físico, yo creo que una hora es un horario muy limitado para poder hacer calentamiento, entrenamiento y después poder hacer algo de juego, eh y lógicamente en una hora no nos da muchas veces y tenemos que acotar algunas partes del entrenamiento para poder meter todo en una hora porque obviamente una hora es muy poco”				Entrenadores y deportistas	Falta de tiempo de entrenamiento

	p2					
ETH1	<p>“...eh ahora yo tengo la suerte de conseguir dos horas y pude separar los planteles porque el año pasado estábamos todos los planteles juntos en una hora sola y ahí si era mucho más complicado, pero este año yo creo que eh el horario que tenemos ahora para los chiquilines por ahora que son bastante jóvenes es bastante bueno y a ellos les sirve bastante.”p2</p>				Entrenadores y deportistas	

ETH1	<p>“...Si la verdad que sí, yo te digo que como recién te decía hace tres años que arrancamos acá en el club y arrancamos de cero, arrancamos con los chiquilines que ni siquiera sabían patinar y yo estuve todo un año dedicándome primero a poder enseñarle a patinar porque es un deporte que es muy complejo, primero tenes que dominar toda la parte de patín para después poder concentrarte en lo que es el palo y la bocha” p3</p>				Coord .deportivo, entrenador y jugadores		
ETH1	<p>“...entonces yo estuve todo el primer año que iniciamos acá dedicándome solo a patinar, a enseñarles como es los movimientos y la verdad que han avanzado eh bueno los ves vos de acá en este momento, eh, eh todos absolutamente los que están acá ninguno sabia jugar al hockey, ni siquiera sabían patinar, o sea el avance a pesar que las condiciones no fueron las mejores, el avance fue muy notorio, eh , eh</p>				Entrenadores y deportistas		Espacio, tiempo, captación deportiva

	para todo el mundo.” P3						
ETH1	“...Si, no solo más tiempo, sino que también mejorar las , las condiciones en las que entrenamos, eh se nota mucho en los partidos la limitación que tenemos en cuanto a , en el, en el hockey se usa mucho ir a pelear la bocha a una baranda y y usar la baranda para apoyarse incluso impulsase y acá es algo que no lo tenemos y se nota mucho” p3				Coord .deportivo, entrenador y jugadores		Adaptación al espacio reglamentario
ETH1	“...en los partidos se nota a pesar de que tienen mucho juego y han agarrado dinámica, mucha técnica, en esas cosas en cuanto a la baranda y al espacio de juego y la dimensión es mucho más complicado.” p3				Entrenadores y deportistas		

ETH1		<p>“...la forma que tuvimos de solucionar el tema del espacio fue una vez por mes o dos veces por mes fue alquilar una pista afuera para ir a entrenar que era los más conveniente que es la única pista que tiene las medidas reglamentarias y eso fue la forma, la única forma que hemos encontrado para salir de ese tema.” p4</p>		Coord .deportivo, entrenador y jugadores		Falta de espacio reglamentario
ETH1			<p>“...en realidad el club se ha portado bastante bien con nosotros y nos ha abierto las puertas y nos ha brindado cosas que hasta ,</p>	Coord .deportivo, entrenador y jugadores		

			creo que más de lo que merecemos por ser un deportista que no tiene, mucho, mucha gente y no tiene mucha llegada, entonces el club se ha abierto, nos ha abierto las puertas a nosotros y a los chiquilines y nos ha brindado no solo espacio, horario, sino			
--	--	--	--	--	--	--

			apoyo , en todo sentido, del club no tenemos nada que decir, siempre se portaron bien con nosotros” p4				
ETH1	“...Y creo que eh la parte deportiva más que la táctica hoy en día es esencial para nuestro deporte porque ha cambiado mucho en los últimos años y ya no se juega tanto como antes en la parte técnica” p5				Entrenadores y deportistas		
ETH1	“...los equipos se centran en la parte técnica y de juego pero no en la parte física, nosotros estamos tratando de a poco, de , de hacer que los chiquilines hagan un poco más de físico a pesar de que en algunas categorías es más limitado porque son más chicos pero en otras categorías que son				Entrenadores y deportistas		

	más juveniles” p5						
ETH1	“...Nosotros tenemos una hora por semana de físico, aparte de las horas de práctica, yo creo de que lo ideal sería hacer, la misma cantidad horaria de físico que de táctico, prácticamente el doble” p5				Coord .deportivo, entrenador y jugadores		No están disponibles las instalaciones los días que se desea
ETH1	“...tendría que ser martes, jueves y sábado físico, lunes miércoles y viernes tener, tener hockey” p5				Gerencia, Coord .deportivo, entrenador y jugadores		
EP		“...mi deporte lo que necesita es una pista con unas medidas determinadas que no se puede hacer y un piso determinado, no es un deporte que podamos hacer en cualquier lugar, en cualquier espacio” p1			Gerencia, Coord .deportivo, entrenador y jugadores		

EP		<p>“...en el club nosotros empezamos teniendo un piso de hormigón lustrado con muchas imperfecciones y el club tuvo la disposición bueno de primero solucionar el tema del piso y de poner un semi piso flotante que es este que está actualmente y tuvimos la suerte este año, al comienzo del año de que se extendió la pista, la pista es mucho más grande, lo que nos facilita un montón en el entrenamiento porque se aproxima a lo que es una medida reglamentaria internacional.</p>		Gerencia, Coord. .deportivo, entrenador y jugadores		
EP				“No, por lo general nos conocemos todos, tiene	Coord. deportivo, entrenadores .	

			<p>mos buen víncu lo, este el depor te en gener al, por ejem plo con el hock ey que tambi én es sobre rueda s tene mos la mism a feder ación y enton ces buen o de algun a mane ra cono cemo s los pro y los contr a del mism o depor te”</p>		
--	--	--	---	--	--

			p1			
EP		<p>“...Si , si espectacular, yo trabajo en otro club, tengo mi propio club de patín y no cuento con, por ejemplo la pista, mi pista es muy pequeña, si bien tengo un piso excelente , no tengo el metraje que necesito y al alquilar yo la pista también me es muy costoso entonces no tengo la carga horaria que realmente necesitan, por eso si bien en este club trabajo una carga horaria determinada , tengo un espacio suficiente en cuanto a metraje de pista y en cuanto a otras condiciones que me presta el club como la sala de</p>			Entrenadores y deportistas	

		aparatos” p2					
EP	“...si y también depende de la cantidad, del cumplimiento y responsabilidad de cada deportista, si ellas no vienen, por más que yo este y no vienen, no hay resultados,” p2				Entrenadores y deportistas		Responsabilidad deportiva del deportista
EP	“...Y sí, siempre entrenar más da resultados, nosotros los que entrenamos hace muchísimos años, eh a la hora de las competencias , nosotros que fuimos a los mundiales, cuando vos vas a un mundial tenes que entrenar todos los días por lo menos tres horas, sino no hay resultado” p3				Entrenadores y deportistas		Escases de tiempo del deportista y de las instalaciones

EP	<p>“...en cuanto a tiempo si, lo que pasa que cuando son niños o cuando son preadolescentes , el tema es que los chiquilines de hoy tienen mucha carga horaria en toda la educación y van a colegios doble horario, y entonces se cansan mucho”.p3</p>				Entrenadores y deportistas		
EP	<p>“esto es un entrenamiento fuerte, entonces claro, si a las chicas las hago entrenar más de dos horas tres veces por semana, físicamente no aguantan y los padres tampoco están muy de acuerdo con eso más allá de que yo para mi tendrían que entrenar todos los días.” p3</p>				Entrenadores y deportistas		
EP	<p>“...Y si, aumentando las cargas, aumentando la carga en días, capaz que no en horario porque si hacemos dos horas todos los días estaría genial, hacen dos horas de trabajo específico de patín y una hora de físico, o sea que entrenan tres horas diarias, pasa que con las chiquitas, las que están</p>				Entrenadores y deportistas		

	<p>haciendo la iniciación recreativo, ellas no compiten y son las que están en la primera hora.” p3</p>						
EP	<p>“...Y en realidad las chicas para madurar tienen que tener la parte de responsabilidad , tienen que tener el tema de la maduración de lo que significa y la escucha.” p4</p>				Entrenadores y deportistas		
ETH M		<p>“...estamos en un espacio muy reducido entonces estee, se agrando la cancha de adelante pero todavía no se pusieron las barandas , la idea es, dentro de mediados de este año es que ya tengamos la cancha” p1</p>			Coordinador deportivo, entrenadores y deportistas		Espacios reducidos, falta tiempo de entrenamiento y motivación de los jugadores.
ETH M	<p>“..Y de tiempo en realidad, ahora acá el año pasado teníamos dos días a la semana y este año tenemos tres pero bueno el problema en realidad son los jugadores que no están muy motivados” p1</p>				Coordinador deportivo, entrenadores y deportistas.		

ETH M	<p>“...entonces están viniendo poco la verdad y los viernes generalmente es un día que no viene nadie, entonces vienen los lunes y los miércoles algunos porque otros estudian y la prioridad es el estudio entonces, si está medio complicado el tema de para juntarlos a todos, si vos miras hoy hay cinco , ponele que tendrían que ser diez o doce y ahí tenemos un veterano que viene a dar una mano que es el padre de dos jugadores, o sea sino también estamos en el horno.” p1</p>			coordinador deportivo y docentes		
ETH M			<p>“...el año pasado tuvimos una reunión con los demás entrenadores como para ver un poco , para conocernos y ver un</p>			

			poco el tema de trabajo, los objetivos pero no hablamos nunca de dificultades específicas, lo que te digo es que el hockey y por sobre todo la mayor dificultad es la cancha.” p2				
ETH M	“...Y bueno lo ideal serian seis horas por lo menos semanales, estee, hoy tenemos eso más o menos pero en realidad tenemos menos, tenemos entre tres y cuatro horas y media , que está bien en realidad pero en realidad como están viniendo menos estamos haciendo				Entrenador y deportistas		

	tres horas con suerte, para todo, para lo físico, para lo técnico y para lo táctico.” p2						
ETH M		“...Y bueno en realidad el tema del espacio ya está hablado con el club en realidad desde que se vino acá con el hockey ya se sabía que para jugar a hockey precisas una cancha entonces desde un principio la propuesta del club es que también adecuar las necesidades del hockey y en tiempo se pudo mejorar, el año pasado teníamos dos días y este año ya tenemos tres, sin embargo los jugadores no están viniendo mucho pero el club en sí dió ese lugar, ya nos lo dió.” p3			Coordinador deportivo, entrenadores y deportistas		
ETH M	“..Y bueno, a futuro sobre todo venir, eh que vengan más porque un equipo				Entrenadores y deportistas		

	se forma entre las relaciones de los jugadores” p4						
EC	“...Y bueno en realidad nos pasa un poco el tiempo del jugador, del tiempo de ellos personal para poder venir a hacer yo que sé, una práctica de doble horario, generar una práctica, ehh, nada con más frecuencia no?” p1				Entrenadores y deportistas		Tiempo del deportista diario que le dedica al entrenamiento. Amateu rismo
EC	“...después es los horarios , en realidad creo que hay un tema de profesionalismo del deportista en el hecho de que son deportes amateur ta, ehh te estoy hablando puntualmente del hockey en este caso que es un deporte amateurentonces más allá del compromiso que ellos puedan tener y eso, no son personas que viven del deporte sino que el deporte es una actividad de placer que realizan ellos y de pasión.” P1				Entrenador y deportistas		

EC	<p>“...Mirá, nosotros arrancamos con un proceso en el cual ellos practicaban dos veces semanales, frecuencia dos y hoy por hoy pasamos a frecuencia tres pero nos pasa que no se cumple la frecuencia tres, de los tres días que tienen marcados ellos de práctica, dos horas los lunes, dos horas los miércoles y dos horas los viernes , los viernes es un día que por ejemplo es complejo, hay otras prioridades”</p>			Coord .deportivo, entrenador y jugadores		
EC			<p>“...en realidad nosotros tenemos reuniones, en realidad acá el club lo que tiene un vínculo muy cercano con toda la gente,</p>	Entrenador, deportistas, socios		

			con los socios , un club que es muy familiar en ese sentido o que no hay una población y grande y hay un vínculo entre todos digo, va más allá de la relación con él, con él, con el rol que cumple cada uno sino que también , tenemos reuniones			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>periódicas con los planteles y eso, también hay un vínculo de pasillo, de charlas informales, de reuniones de algún asado en el cualta, al ser el nexo del club son charlas que se presentan en esas instancias.” p1</p>				
EC	<p>“...Acá en el club mismo no, la hicimos en la playa porque el club estaba en reforma por febrero ta, y después bueno eh empezó la actividad del club en Marzo y se</p>				Entrenadores y deportistas		

	empezó a hacer lo que se hace en el gimnasio.” p2						
EC		“...No, porque no tenemos una pista de hockey ta? Ehh en realidad tenemos una superficie amplia para poder practicar pero hay ciertos ejercicios que para el hockey no se pueden realizar porque no tenemos lo que son las barandas y la estructura, la infraestructura para eso, estamos en ese proceso” p2			Coordinador deportivo y docentes		
EC				“...Lo que se hace es alquilar una cancha con barandas para practicar, se hace una práctica	Coordinador deportivo, entrenadores y deportistas		

				semanal en ese lugar para poder practicar” p2			
EC			“...creo que la pasión que tienen el plantel de primera y el técnico de las inferiores y el técnico de primera llegó a ser transmitido y tanos pasa que más allá de los horarios de práctica los chicos tanto los niños		Entrenadores y deportistas		

			como los adolescentes vienen los sábados y están cuatro a cinco horas y lo mismo o pasa con las chiquilinas de patín, vienen fuera del horario de los técnicos, vienen a jugar, a practicar a hacer bases, a repetir lo que son las prácticas y ese tipo de cosas			
--	--	--	---	--	--	--

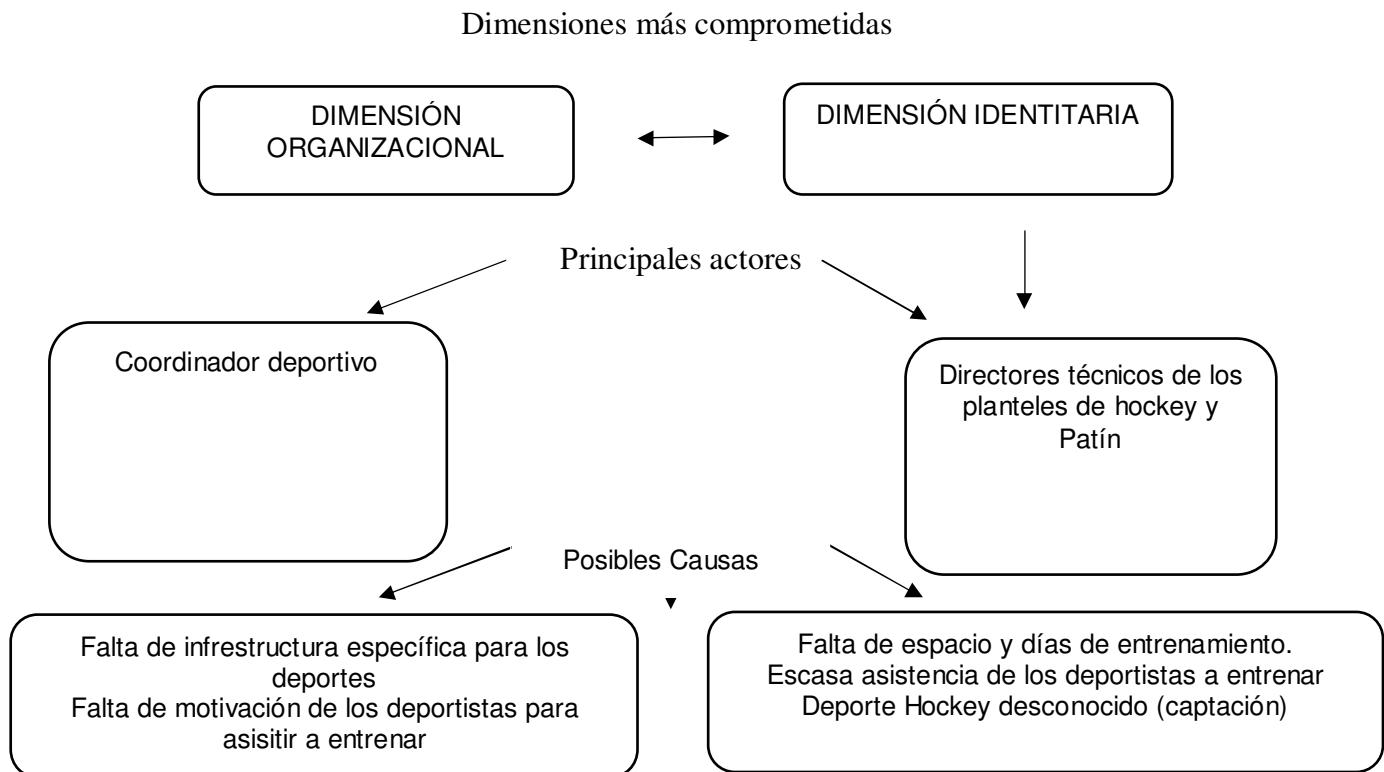
			hacen las chiquilinas de patín” p3				
EC		<p>“...lo primero es tratar de mejorar, de ir eliminando esas dificultades por ejemplo estamos ahora en un proceso de armar la cancha de hockey para tener barandas y todo eso generar gradas para poder ser locatarios acá y bueno son todas esas cosas que van más que nada, creo que la carencia de infraestructura y más que infraestructura económica que desde el punto de vista deportivo.” p3</p>			Coord. Deportivo, entrenadores y deportistas		

EC			...entre la gerencia del club y el socio en el cual eh nada hay un apoyo de los padres y con actividades y el venir acá a los padres traen las chicas a patinar y sentarse a charlar se hacen comidas o cuando hay que ir a patinar al interior a competir al interior vamos	Gerencia, socios y docentes		
----	--	--	--	-----------------------------	--	--

			<p>todos juntos incluso los gerentes a representar al club y nos juntamos y alquilamos cabañas nos quedamos todos juntos, digo eso genera desde otro lado.” P3</p>				
EC		<p>“... es un club que está en proceso de crecimiento, en proyección, estamos con la idea del año que viene estar en el mercado con un club con una piscina cerrada una superficie de sala de musculación adecuada para la zona en la cual está enclavado el club” p4</p>			Gerencia, socios y docentes		

		<p>“...se debe dar un servicio para el lugar donde estas ubicado , nosotros estamos en un período de crecimiento , en un proceso de crecimiento de aca del club ehh donde se empezó a regularizar ciertas cosas que el club tenía desde el punto de vista económico, regularizar eso para luego reinvertir y proyectarse como institución.” P4</p>				
--	--	--	--	--	--	--

Anexo 10. Modelo de análisis primera colecta de datos



Anexo 11. Modelo prueba de instrumento encuesta

Taller: PROYECTO FINAL I**PAUTA PARA LA PRESENTACIÓN CUADRO PRUEBA DE INSTRUMENTOS DE 2DA COLECTA DE DATOS****Grupo: C1
Bruno Di Martino****Integrantes: Germán Ramazzi y
Fecha: 28.06.2018**

Técnica e Instrumento	Fecha de prueba	¿A quién/es se aplicó?	¿Dónde se aplicó?	Cambios generados
Encuesta	27.06.2018	3 Jugadores de basket (cat. Juveniles) del Club Malvin	Instalaciones del Club Malvin	Se generaron cambios en la confección de la pregunta núm (10) porque dos de los tres encuestados no sabían cómo responderla y ahí nos dimos cuenta que lo que queríamos saber no lo íbamos a conseguir por cómo estaba redactada y la forma que tenía de respuesta.

4. MODELO DE ENCUESTA PARA DEPORTISTAS DE HOCKEY
SOBRE PATINES

Fecha: __/__/____

Formulario n°

ENCUESTA A LOS DEPORTISTAS FEDERADOS

La encuesta es realizada con el objetivo de indagar sobre las sensaciones de los deportistas en base a las dificultades que se presentan a la hora de entrenar. La misma es anónima, confidencial y le quitara poco tiempo.

Sexo: M F

Edad: _____

¿Cuántos años lleva jugando al hockey? _____

1. ¿Qué actividades realiza en el club aparte de hockey?

Marque con una "X" la o las opciones que considere pertinentes.

2. ¿De qué forma se vinculó con el deporte que practica?

Llamados del club para reclutar deportistas Curiosidad Invitación de jugadores del plantel Otros

3. ¿Con qué frecuencia concurre a las practicas?

Una vez por semana Dos veces por semana Tres veces por semana

4. ¿Con qué frecuencia concurre a los partidos?

Siempre Casi siempre A veces Nunca

5. ¿Qué tan identificado/a se siente con el plantel?

Poco identificado/a Medianamente identificado/a Muy identificado/a

6. ¿Crees que existen dificultades a la hora de realizar los entrenamientos?

Sí No

En caso de responder "sí" indique cuales.

Infraestructura Tiempo de entrenamiento Falta de motivación para asistir
 Otros

7. ¿Crees que el club tiene la infraestructura adecuada para la práctica de hockey?

Sí No

En caso de responder "no" indique cuales.

Espacio reglamentario Materiales

8. ¿Con qué frecuencia considera que debe entrenar el plantel?

Una vez por semana Dos veces por semana Tres veces por semana
 Cuatro veces por semana Cinco veces por semana

9. ¿Está conforme con lo que se trabaja en los entrenamientos?

Sí No

En caso de responder "no" ¿qué cambiaría?

10. Enumere del 1 al 4 que actividades cree que debe realizar con mayor frecuencia en este momento de su práctica deportiva.

Preparación física Fundamentos técnicos Táctica individual
Táctica colectiva

11. ¿Considera que su rendimiento en los partidos / competencias tiene relación con la cantidad de entrenamientos que realiza en la semana?

Sí No

12. ¿Considera que hay una baja asistencia de los deportistas a los entrenamientos?

Sí No

En caso de responder "sí" indique cuál cree que es el motivo.

Estudio Trabajo Motivación Otros

13. Fuera del horario de práctica ¿asiste al club a realizar actividades para mejorar los aspectos de su deporte?

Sí No

Entrenamiento físico Entrenamiento técnico Otras

14. ¿Le gustaría que se realizaran actividades fuera de horario de práctica para trabajar aspectos que desea mejorar?

Sí No

En caso de responder "sí" indique cuáles.

Actividades en sala de musculación Charlas para conocer mejor el deporte
 Ejercicios de técnica específica de hockey Actividades de entrenamiento físico fuera del club

15. ¿Consideras que realizando partidos amistosos contra otros clubes entre semana se puede mejorar el rendimiento en los partidos oficiales?

Sí No

5. MODELO DE ENCUESTA PARA DEPORTISTAS DE PATÍN

Fecha: __/__/____

Formulario n°

ENCUESTA A LOS DEPORTISTAS FEDERADOS

La encuesta es realizada con el objetivo de indagar sobre las sensaciones de los deportistas en base a las dificultades que se presentan a la hora de entrenar. La misma es anónima, confidencial y le quitara poco tiempo.

Sexo: M F

Edad: _____

¿Cuántos años lleva practicando patín? _____

1. ¿Qué actividades realiza en el club aparte de patín?

Marque con una "X" la o las opciones que considere pertinentes.

2. ¿De qué forma se vinculó con el deporte que practica?

Llamados del club para reclutar deportistas Curiosidad Invitación de jugadores del plantel Otros

3. ¿Con qué frecuencia concurre a las practicas?

Una vez por semana Dos veces por semana Tres veces por semana

4. ¿Con qué frecuencia concurre a las competencias?

Siempre Casi siempre A veces Nunca

5. ¿Qué tan identificado/a se siente con el plantel?

Poco identificado/a Medianamente identificado/a Muy identificado/a

6. ¿Crees que existen dificultades a la hora de realizar los entrenamientos?

Sí No

En caso de responder "sí" indique cuales.

Infraestructura Tiempo de entrenamiento Falta de motivación para asistir

Otros

7. ¿Crees que el club tiene la infraestructura adecuada para la práctica de patín?

Sí No

En caso de responder "no" indique cuales.

Espacio reglamentario Materiales

8. ¿Con que frecuencia considera que debe entrenar el plantel?

Una vez por semana Dos veces por semana Tres veces por semana

Cuatro veces por semana Cinco veces por semana

9. ¿Está conforme con lo que se trabaja en los entrenamientos?

Sí No

En caso de responder "no" ¿qué cambiaría?

10. Enumere del 1 al 3 cuales de estas actividades cree que debe realizar con mayor frecuencia en este momento de su práctica deportiva.

Preparación física Fundamentos técnicos Táctica individual

11. ¿Considera que su rendimiento en las competencias tiene relación con la cantidad de entrenamientos que realiza en la semana?

Sí No

12. ¿Considera que hay una baja asistencia de los deportistas a los entrenamientos?

Sí No

En caso de responder "sí" indique cuál cree que es el motivo.

Estudio Trabajo Motivación Otros

13. Fuera del horario de práctica ¿Asiste al club a realizar actividades para mejorar los aspectos de su deporte?

Sí No

Entrenamiento físico Entrenamiento técnico Otras

14. ¿Le gustaría que se realizaran actividades fuera de horario de práctica para trabajar aspectos que desea mejorar?

Sí No

En caso de responder "sí" indique cuáles.

Actividades en sala de musculación Charlas para conocer mejor el deporte
 Ejercicios de técnica específica de patín Actividades de entrenamiento físico fuera del club

15. ¿Consideras que realizando competencias amistosas más seguidas contra otros clubes entre semana se puede mejorar el rendimiento en las competencias oficiales?

Sí No

Anexo 14. Modelo planilla de observación

Observación de práctica

Fecha: Plantel:

Lugar de observación:

Cantidad de observaciones:

Tiempo de inicio y final:

Tiempo total de la observación:

	SI	NO	Comentarios en la observación
Espacio acorde a la cantidad de deportistas			
Hay materiales para todos los deportistas			
Colaboran/Cooperan			
Hay buen ambiente			
El técnico los motiva			
Relación de trabajo descanso (Adecuada o inadecuada)			
Material acorde al deporte			
Se desmotivan rápidamente			
Se observa algún tipo de desmotivación			
Se observa algún tipo de desconcentración			
Comunicación entre deportistas y técnico			
Comunicación entre deportistas			
Se utiliza todo el tiempo disponible de práctica			
Cooperan con el cuerpo técnico al juntar materiales			
Se realiza algún tipo de charla motivacional			

Otras

observaciones:.....

.....

.....

.....

Grupo: **Integrantes:**

	ORGANIZ	ADMINI.	IDENT.	C O M.	Sectores y/o actores implicados
Pregunta 1	Casi el 40% empezó a practicar el deporte por curiosidad. Casi el 30% porque tenían amigos que estaban practicando y los invitaron. Un 6% se enteró por un llamado del club y casi un 30% restante por otros motivos (los padres las llevaron a practicar patín).				

Anexo 15. Matriz de análisis segunda colecta de datos

Pregunta 2				Deportistas y entrenadores
Pregunta 3				
Pregunta 4				

En los dos planteles casi un 85 % concurre a las tres prácticas (todas). Hay un más del 15 % que concurre sólo dos veces por semana.

En ambos planteles el casi 78% concurre siempre a los partidos/competencias, un 17 % casi siempre y un 6% a veces.

En ambos planteles federados casi un 70 % se siente muy identificado, un 30% medianamente identificado. Ningún deportista se siente poco identificado

Pregunta 5	<p>En el caso de los jugadores de hockey el 75 % cree que existen dificultades a la hora de realizar los entrenamientos y el restante 25 % que no. Se logró detectar que la mayor dificultad es la infraestructura en primer lugar y la segunda dificultad es la baja asistencia a los entrenamientos.</p> <p>En el caso de la práctica de patín, las patinadoras creen que no se les presenta ninguna dificultad en base a los entrenamientos</p>			Deportistas, entrenadores, coordinación.
---------------	--	--	--	--

<p>Pregunta 6</p>	<p>Todos los jugadores creen que la infraestructura no es adecuada. La mayoría marcó que el espacio es inadecuado y un porcentaje más bajo que no están los materiales necesarios. Las patinadoras el 80% creen que es adecuado el gimnasio. Hay un 20% que marcó que faltan materiales para trabajar.</p>		<p>Deportistas, entrenadores, coordinación.</p>
-----------------------	--	--	---

Pregunta 7	Los jugadores de Hockey la mitad están conformes con la cantidad que entrenamientos que realizan hoy en día y la otra mitad cree que se debería agregar un día más de entrenamiento (4 días a la semana). En las patinadores el 70% cree que está bien la frecuencia actual y el 30 % restante cree que se debería agregar dos días más a la semana, es decir, entrenar (5 días por semana).			Deportistas y entrenadores
---------------	--	--	--	----------------------------

Pregunta 8	El 70% de los jugadores está conforme en lo que respecta a lo que se trabaja en los entrenamientos, el otro 30 % aporta que se debe trabajar más los aspectos tácticos del deporte. También aporta que falta espacio y concurrencia. EL 80% de las patinadoras están conformes y hay un 20% que aporta que hay muchas alumnas para una sola profesora y pondría más horas de entrenamiento.			Deportistas y entrenadores
---------------	--	--	--	----------------------------

<p>Pregunta 9</p>	<p>La preparación física y la táctica colectiva son las actividades que el plantel de hockey cree que se deben realizar con mayor frecuencia hoy en día, luego los fundamentos técnicos y finaliza en último lugar la táctica colectiva. En el caso de las patinadoras, creen que la actividad que se debe realizar con mayor frecuencia son los fundamentos técnicos, e igualan las necesidades de la preparación física y la táctica individual.</p>			<p>Deportistas y entrenadores</p>
-----------------------	--	--	--	-----------------------------------

Pregunta 10	En los jugadores de hockey el 50% cree que su rendimiento o tiene relación con la cantidad de entrenamientos que realiza semanalmente, el otro 50% cree que no influye. En las patinadoras el 90 % cree que si y un 10 % que no.				
Pregunta 11			En el plantel de hockey el 80% cree que hay baja asistencia. Las posibles causas que conoce, la más alta es por falta de motivación, la sigue falta por estudio y hay otra parte que desconoce el porqué de las faltas de los jugadores. En el plantel de patín sólo el 20% considera que hay baja asistencia y		

			desconocen los motivos. No se observa falta de motivación.		
Pregunta 12			El 50% de los jugadores de hockey asisten al club fuera de horario para mejorar aspectos de su deporte. El 60% concurren a mejorar la parte física, un 20% aspectos técnicos y otro 20 % otras actividades. En las patinadoras un 40 % asiste al club, dentro de esas deportistas, un 40% asiste a realizar la parte física,		

			un 40% aspectos técnicos y un 20 % otras actividades.		
Pregunta 13	El 80 % de los jugadores de Hockey le gustaría que se realizaran actividades. La mitad le gustaría que hagan actividades en la sala de musculación. Un 25% actividades de tipo físico fuera del club y otro 25 % realizar ejercicios técnicos específicos de hockey. En el caso de las patinadoras , a todas les gustaría. Un 40% actividades				

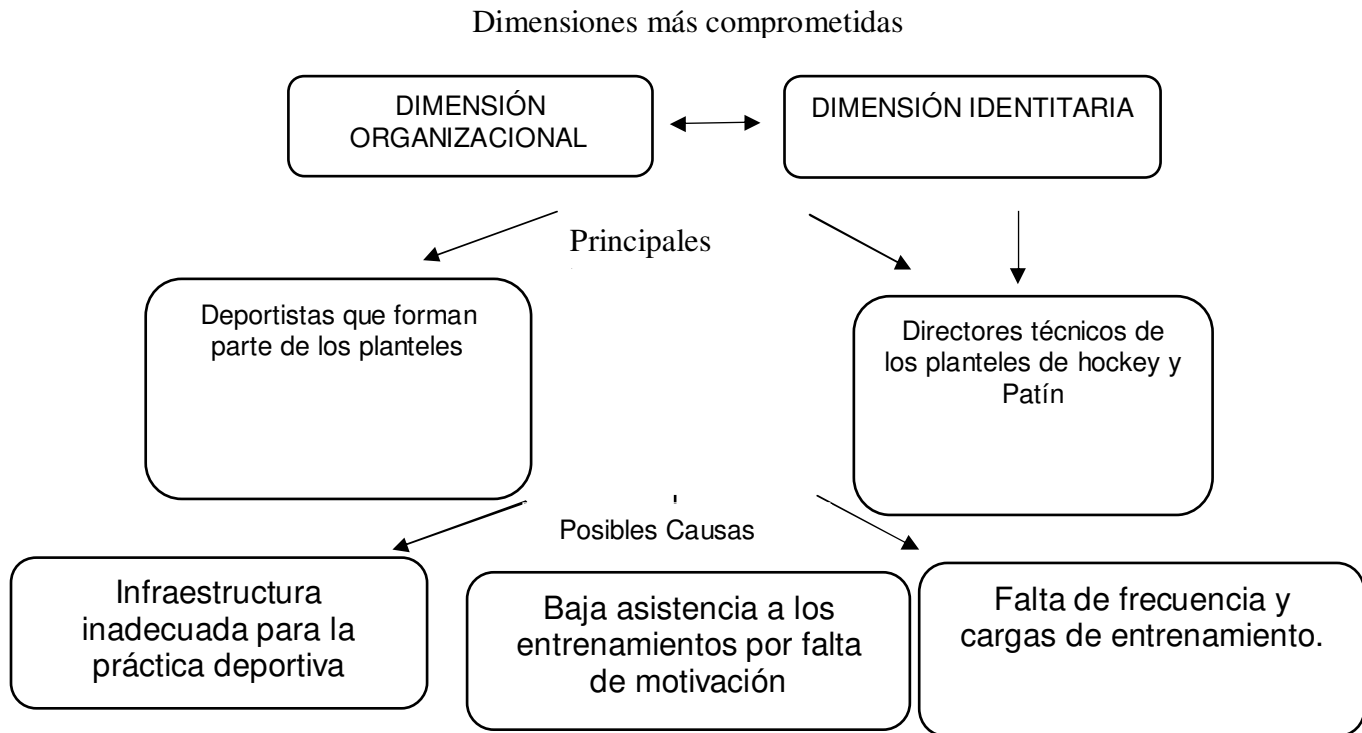
	<p>en sala, otro 40 % ejercicios de técnica específica. Y la mitad, realizar actividades físicas fuera del club.</p>				
Pregunta 14	<p>El 100 % de los jugadores de hockey cree que realizar amistosos entre semana puede mejorar el rendimiento o en partidos oficiales. En el caso de las patinadoras el 90 % cree que es beneficioso realizar competencias amistosas para</p>				

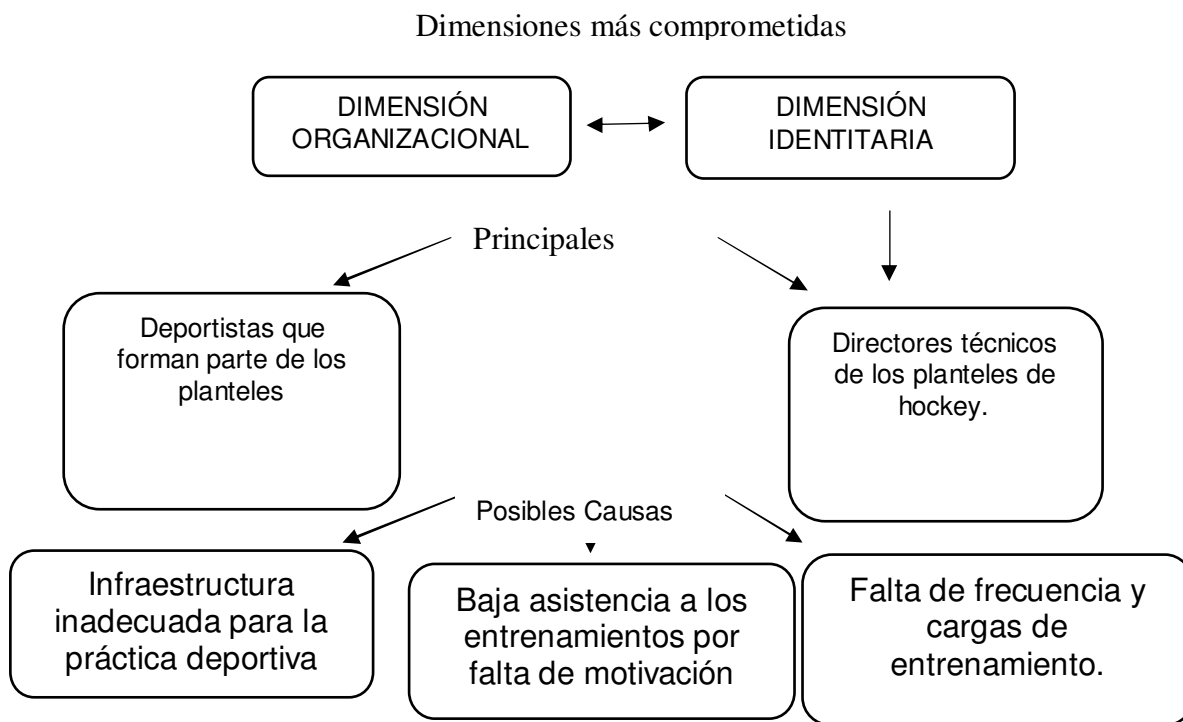
	mejorar el rendimiento o en los encuentros oficiales.				
Observaciones en los entrenamientos de hockey juveniles	Se observa que en varios entrenamientos presenciados de hockey asiste el padre de un jugador que hace de golero. También se observo la participación de dos chicas nuevas que las sumaron al entrenamiento.		Hay un buen ambiente de entrenamiento, los jugadores cooperan y colaboran con la organización.		
Observaciones en los entrenamientos de hockey juveniles	El entrenador de juveniles los motiva constantemente para corregir las ejecuciones y cuando observa que hay falta de concentración. No se				

	<p>utiliza todo el tiempo de práctica. Juntan los planteles para ser más y poder hacer una práctica más activa.</p>				
<p>Observaciones en los entrenamientos de hockey mayores.</p>	<p>En todos los entrenamientos se juntaron los planteles de juveniles y de mayores por falta de jugadores. No utilizan todo el tiempo y no realizan ejecuciones técnicas aisladas, sólo partido. No se observan correcciones ni charlas entre técnico y jugadores. La relación de trabajo descanso es media aleatoria, los jugadores salen cuando se cansan y quieren parar.</p>		<p>Se observa un ambiente correcto, charlas entre jugadores dentro y fuera del entrenamiento. Cooperan en el armado de la cancha, y al final para ordenar.</p>		

<p>Observaciones en los entrenamientos de patín.</p>	<p>En todos los entrenamientos utilizan todo el tiempo disponible. Realizan juegos, ejercicios donde son corregidas constantemente. El espacio es acorde a la cantidad de patinadoras. La relación de trabajo es acorde, haciendo varias pausas para hidratarse. En ambos entrenamientos las patinadoras se encargan de ordenar los materiales y llevarlos al cuarto donde están.</p>		<p>El ambiente es muy agradable, mucho bienestar se observa desde afuera. Buenas relaciones interpersonales entre las patinadoras y con la docente.</p>		
--	---	--	---	--	--

Anexo 16. Modelo de análisis segunda colecta de datos





Anexo 18. Cuadro de síntesis de aproximación diagnóstica

Taller: PROYECTO FINAL II
CUADRO SÍNTESIS DE APROXIMACIÓN DIAGNÓSTICA

Nombre de los integrantes del equipo: Bruno Di Martino

Centro de práctica: Institución deportiva – Malvin nuevo

Fecha: 15 de agosto de 2018

COMPONENTES	CONTENIDOS
Tema central de estudio	<p>Entrenamiento deportivo en los planteles federados.</p> <p>Varios de los problemas que pudimos notar son, la falta de infraestructura específica para algunos deportes federados, baja motivación de los deportistas para asistir a los entrenamientos y la falta de carga horaria de los planteles para cumplir con los objetivos físicos y técnico-tácticos.</p>
Preguntas de investigación	<p>¿En qué deporte se presentan las mayores dificultades para el entrenamiento deportivo?</p> <p>¿Qué relación se establece entre el entrenamiento y el rendimiento deportivo en cada uno de los deportes?</p> <p>¿Qué estrategias se implementan con el objetivo de mejorar el entrenamiento deportivo?</p>
Técnicas de relevamiento aplicadas	<p>Se realizó una entrevista exploratoria realizada al coordinador deportivo.</p> <p>Tres entrevistas semi estructuradas a los entrenadores de los planteles federados que componen al club, hockey sobre patines, patín artístico y al Coordinador de deportes.</p> <p>Ocho encuestas a los deportistas de hockey sobre patines y diez a los deportistas de patín.</p>
Dimensión institucional más comprometida	<p>Dimensión organizacional, que corresponde al conjunto de aspectos estructurales que determinan el funcionamiento de la institución.</p>

Posibles factores causales	Falta de infraestructura específica para los deportes. Baja asistencia a los entrenamientos por falta de motivación. Falta de frecuencia y cargas de entrenamiento.
Aspectos a tener en cuenta en una propuesta de mejora	Incremento de la infraestructura para los entrenamientos. Contar con las herramientas y materiales de trabajo para los planteles. Mejorar la asistencia en los entrenamientos.

ACTA DE REUNIÓN**Fecha:** 5 de septiembre**Participan:**

-----**1. Objetivos del encuentro:****2. Principales temáticas trabajadas:****3. Acuerdos establecidos:****4. Proyecciones previstas para próximo encuentro:****5. Fecha de próxima reunión:****Otros comentarios:**

ACTA DE REUNIÓN**Fecha:** 29 de septiembre**Participan:**

-----**1. Objetivos del encuentro:****2. Principales temáticas trabajadas:****3. Acuerdos establecidos:****4. Proyecciones previstas para próximo encuentro:****5. Fecha de próxima reunión:****Otros comentarios:**

ACTA DE REUNIÓN**Fecha:** 26 de octubre**Participan:**

-----**1. Objetivos del encuentro:****2. Principales temáticas trabajadas:****3. Acuerdos establecidos:****4. Proyecciones previstas para próximo encuentro:****5. Fecha de próxima reunión:****Otros comentarios:**

Anexo 22. Planilla operativa de plan de mejora

OBJETIVOS	<p>General:</p> <p>Mejorar el rendimiento individual y colectivo a través del aumento de la motivación de los deportistas en los entrenamientos de hockey sobre patines en categoría masculina</p>	Metas
	<p>Específicos:</p> <p>1. Incrementar la participación de los deportistas en los entrenamientos establecidos.</p> <p>2. Desarrollar la practica de manera progresiva y atractiva para los deportistas.</p> <p>3. Adecuar los entrenamientos a las condiciones físicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El 100% de los deportistas participen de los entrenamientos. • El 80% de los deportistas mejora su percepción sobre los entrenamientos. • Plan de entrenamiento adaptado.
ACTIVIDADES	<p>1.1 Realizar una lista de asistencia con los deportistas que asisten a cada entrenamiento semanal.</p> <p>1.2 Realizar una encuesta a los jugadores para identificar obstáculos para la asistencia a los entrenamientos (encuesta ver en los anexos).</p> <p>1.3 Ciclo de 6 charlas temáticas en los siguientes contenidos: (1) importancia del entrenamiento en el rendimiento deportivo, (2) objetivos de los entrenamientos, (3) intereses de los deportistas, (4) sistemas tácticos a realizar, (5) análisis y evaluación en los entrenamientos, (6) planificación anual de calendario en competencias (posibilidad de jugar un torneo en Argentina)</p> <p>2.1 Utilizar en los entrenamientos retos o problemas (técnico-tácticos) para que el deportista los resuelva de forma autónoma. Como por ejemplo: Ejercicio de calentamiento técnico con pase, control y disparo: Se inicia con un jugador A con un desplazamiento, realiza un pase al jugador B que gira en el cono. El jugador B pasa la bola al jugador C al tiempo que se mueve por detrás. El jugador C pasa la bola al jugador A y este a B que sale por banda. Finaliza el jugador B con dos opciones: disparo o pase al segundo palo para el jugador.</p> <p>2.2 Realizar evaluaciones con el deportista para que sea consciente de sus puntos fuertes y débiles, y que sepa valorar su propio rendimiento.</p> <p>2.3 Utilizar actividades lúdicas una vez a la semana para el desarrollo de capacidades técnicas.</p>	

Como por ejemplo: Ejercicio de técnica individual como el pase y contenidos de táctica individual como la selección de pase. El ejercicio es una atrapada, en la cual un jugador debe atrapar a otro para cambiar de turno. Cada vez que el jugador que atrapa toque a otro jugador será este el nuevo encargado de atrapar. En el ejercicio incluimos la bola que estará en posición de los jugadores que no atrapan, y el jugador que tenga la bola no podrá ser atrapado. El jugador que tiene la bola, tiene la obligación de intentar salvar al jugador que es perseguido dándole un pase antes de ser tocado, el jugador que persigue no puede cortar el pase en ningún momento.

Variante: incluir más bolas o más perseguidores complicando el ejercicio.

3.1 Reunión de coordinación para establecer actividades alternativas a la carencia de barandas.

3.2 Incluir una actividad en el entrenamiento que sustituya la baranda que utilizan reglamentariamente.

Como por ejemplo: Ejercicio intermitente de ataque-defensa sin pausa y por un tiempo determinado, jugando con apoyos en los costados simulando la acción de la baranda.

3.3 Evaluar los resultados en las habilidades de la utilización de actividades alternativas.

ACTIV.	¿QUIÉN/QUIÉNES?	¿CUÁNDO?	¿QUÉ SE NECESITA?
1.1	Coordinación y entrenador	Febrero	Lista del plantel completo de jugadores.
1.2	Entrenador	Febrero	Encuesta diseñada para los jugadores.
1.3	Entrenadores y jugadores	Febrero-Marzo Agosto-Septiembre	Coordinar los días y horarios a realizarse las charlas, salón disponible en la institución.
2.1	Entrenador	Febrero	Materiales para la actividad que la institución ya dispone.
2.2	Entrenador	Marzo	Evaluar a cada jugador individualmente en cada capacidad, materiales para la actividad que ya se disponen en la institución.
2.3	Entrenador y jugadores	Abril	Materiales para la actividad.
3.1	Coordinador y entrenador	Febrero	Agendar la reunión para coordinar en la oficina del coordinador.

3.2	Entrenador	Marzo	Materiales para la actividad.
3.3	Entrenador	Junio	Planilla de evaluación.

Encuesta a jugadores

A continuación se realizara preguntas para que el jugador responda brevemente y así poder tener información valida para poder planificar los entrenamientos.

1. ¿hace cuanto que practica el deporte?
2. ¿se siente a gusto con la dinámica de los entrenamientos?
3. ¿se siente satisfecho con la frecuencia horaria en los entrenamientos?
4. ¿tiene disponibilidad horaria para asistir a los días planificados de entrenamiento?
5. ¿le gustaría sumar mas días para dedicarlos al entrenamiento del deporte?
6. ¿si se entrenara de lunes a viernes, que disponibilidad horaria tendría para poder asistir?
7. ¿Otros comentarios?

Anexo 25. Presupuesto plan de mejora

PRESUPUESTO PROYECTADO	RECURSOS QUE SE DEBEN ADQUIRIR	GASTOS DE INVERSIÓN	GASTOS DE OPERACIÓN
	1. Técnicos del deporte 2. Fichaje de jugadores 3. Materiales específicos del deporte: <ul style="list-style-type: none"> • Bochas • Arcos • Palos 	1. Técnicos 1era e inferiores Mensual \$22.000 Plan de mejora 10 meses. 2. 22.000x10= \$220.000 3. Fichaje anual por jugador \$500x12= \$6000 4. Materiales: 2 arcos \$24.000 10 bochas \$2.500 12 palos \$12.000 Total= \$264.500	Viaje al exterior por persona (argentina) USD 300 15x300= 4.500
TOTAL: Pesos uru \$264.500 Dólares U\$S 4.500			

Anexo 26. Cronograma

CRONOGRAMA

Se presenta el cronograma de ejecución planificado para el año 2019. En la cual esta definido proyectar el plan anual y mes a mes, dependiendo de los objetivos y actividades a realizar.

Objetivo E. /Meses	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
2		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
3		■	■	■	■	■						
Actividad / Semana												
1.1		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
1.2		■	■									
1.3		■	■	■	■	■	■	■	■			
2.1		■	■	■	■	■	■	■	■	■		
2.2		■					■					
2.3			■	■	■	■	■	■	■	■	■	
3.1		■										
3.2		■	■	■	■	■						
3.3						■						

RESUMEN

En este trabajo se desarrolla un plan de mejora, que ha sido elaborado en el área de investigación, de la asignatura proyecto final 2, en el trayecto de entrenamiento y deporte. Dentro de una institución deportiva ubicada en la ciudad de Montevideo.

A partir del análisis de la institución y la realización de la aproximación diagnóstica elaborada en taller de proyecto 1, el mismo plantea como tema central, el entrenamiento deportivo en los planteles federados dentro de un club deportivo. La falta de infraestructura específica para algunos de los deportes federados, baja motivación de los deportistas para asistir a los entrenamientos y falta de carga horaria de los planteles para cumplir con los objetivos físicos y técnico – tácticos son las debilidades y carencias que se presentan específicamente en el plantel de hockey masculino que compite para el club.

De esta manera se procede a realizar un plan de mejora para dicha institución, comenzando a definir el problema a abordar para luego proyectar objetivos generales y específicos, a su vez también definir metas y actividades a realizar en cada uno. Con esto se elaboró una planilla operativa presentada a continuación en el siguiente trabajo.

También fue importante definir el periodo y tiempo en el cual comenzar a trabajar con los involucrados, así como un presupuesto tentativo del costo total del plan de mejora.

Cabe destacar que para poder llevar esto a adelante, se realizaron tres encuentros previos con la institución a trabajar, precisamente con el coordinador del área, en la cual consistía en el intercambio de ideas y opiniones para ir definiendo las áreas de trabajo y por donde enfocar el problema.

Palabras claves: metodología de entrenamiento, motivación deportiva, plantel federado.

INTRODUCCION

El presente trabajo se encuentra enmarcado en la asignatura Proyecto Final 2 de la Licenciatura de Educación Física, Recreación y Deporte, del Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes, del trayecto entrenamiento y deporte. La finalidad de este estudio es la realización de un plan de mejora en el hockey masculino sobre patines.

La siguiente investigación se llevó a cabo en una institución deportiva situada en la ciudad de Montevideo en el barrio de Malvín Nuevo.

En este proyecto se presentan los objetivos de la propuesta, desarrollo, presentación de la planilla operativa y el cronograma de actividades para organizar cada etapa de la investigación.

Para la puesta en práctica de este plan, se realizaron tres encuentros con el coordinador del área, en la cual se generaba un intercambio de opiniones para ir definiendo los puntos a trabajar en el desarrollo del trabajo.

La primera reunión fue el 5 de septiembre (ver anexo 1), el objetivo del mismo fue presentar el cuadro de síntesis de la aproximación diagnóstica realizado en la materia de proyecto 1 durante el primer semestre, definir las posibles líneas de trabajo y comentar el proceso de diagnóstico de manera general.

La segunda reunión fue el 28 de septiembre (ver anexo 2), en la cual se presentaron los objetivos de trabajos, tanto generales como específicos, definirlos y empezar a trabajar sobre ellos.

Y una tercera reunión el 26 de octubre (ver anexo 3), en la cual se presentó la planilla operativa a la institución, actividades a desarrollar y el presupuesto sobre el plan de mejora. Quedando así abiertos a una siguiente instancia para la presentación del trabajo terminado.

OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

Durante la elaboración de la aproximación diagnóstica, se observó que el principal problema a tratar es la falta de motivación por parte de los jugadores en los entrenamientos de hockey masculino sobre patines.

Guillén (2007) explica que existe la motivación en intrínseca y extrínseca. La primera, parte del interior de una persona y la segunda, de su exterior. Las personas intrínsecamente motivadas, tienen un poder propio que les permite estar preparados para saber dominar determinadas situaciones y poder lograrlas con acierto. Para ello es necesario contar con habilidades y estrategias que le permitan obtener un buen rendimiento.

A partir de este inconveniente se desarrolla el objetivo general y los objetivos específicos que se tratarán en el plan de mejora.

Objetivo general:

- Mejorar el rendimiento individual y colectivo a través del aumento de la motivación de los deportistas en los entrenamientos de hockey sobre patines categoría masculina.

Objetivos específicos:

4. Incrementar la participación de los deportistas en los entrenamientos establecidos.
 - Meta: El 100% de los deportistas participen de los entrenamientos.
 - Forma de verificación: lista de asistencia.
 - Marca temporal: diario.
5. Desarrollar la práctica de manera progresiva y atractiva para los deportistas.
 - Meta: el 80% de los deportistas mejora su percepción sobre los entrenamientos.
6. Adecuar los entrenamientos a las condiciones físicas.
 - Meta: Plan de entrenamiento adaptado.

DESARROLLO DE LA PROPUESTA

Se plantearon diferentes actividades para desarrollarse dentro de los objetivos planteados:

1.1 Realizar una lista de asistencia con los deportistas que asisten a cada entrenamiento semanal.

1.2 Realizar una encuesta a los jugadores para identificar obstáculos para la asistencia a los entrenamientos (anexo 4).

1.3 Ciclo de 6 charlas temáticas en los siguientes contenidos: (1) importancia del entrenamiento en el rendimiento deportivo, dentro de la institución y a cargo del entrenador, es importante que los jugadores ya sea en un deporte amateur conozcan la importancia del rendimiento deportivo y así poder informarse más detalladamente sobre el tema, según José Pardo (2010) dice que el rendimiento deportivo “es la capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas. Es por esta razón que resulta fundamental que abordemos la preparación en cualquier deporte desde una perspectiva global, de conjunto. Cuantos más aspectos trabajemos, más probabilidades tendremos de conseguir los resultados deportivos deseados”. (2) objetivos de los entrenamientos, desde este punto es importante informar al jugador que sepa que es lo que se propone el entrenador en cada sesión; que se precisa para que mejore el jugador o el equipo; organización del trabajo; como facilitar o dificultar los ejercicios, etc. (3) intereses de los deportistas, conocer cuales son las inquietudes de los jugadores a la hora de realizar los entrenamientos o competencias. (4) sistemas tácticos a realizar, contar con un sistema que ayude a identificar el juego del equipo, analizarlos y poder sacar mayor ventaja en el juego que ayude a mejorar el rendimiento colectivo. (5) análisis y evaluación en los entrenamientos, con este punto lo que se intenta es poder evaluar el entrenamiento, de saber si lo planificado se cumplió, si se van desarrollando correctamente para que los jugadores participen en ellos. (6) planificación anual de calendario en competencias (posibilidad de jugar un torneo en Argentina), como ya ha pasado en otros años, la idea de poder viajar al exterior a competir siempre es una motivación extra para el deportista, por lo que se debería tener en cuenta a la hora de planificar el año de competencia.

2.1 Utilizar en los entrenamientos retos o problemas (técnico-tácticos) para que el deportista los resuelva de forma autónoma. Presentar en la propuesta

diferentes desafíos cognitivos en los cual el deportista tenga que resolverlo de manera rápida y eficaz.

2.2 Realizar evaluaciones con el deportista para que sea consciente de sus puntos fuertes y débiles, y que sepa valorar su propio rendimiento.

2.3 Utilizar actividades lúdicas una vez a la semana para el desarrollo de capacidades técnicas.

3.1 Reunión de coordinación para establecer actividades alternativas a la carencia de barandas.

3.2 Incluir una actividad en el entrenamiento que sustituya la baranda que utilizan reglamentariamente, por ejemplo colocar muchos apoyos fuera de la cancha en determinada zona y trabajar de manera intermitente sin pausa, dándole continuidad en el juego.

3.3 Evaluar los resultados en las habilidades de la utilización de actividades alternativas.