

Pautas para la preparación básica de entrenadores noveles del deporte adaptado en Villa Clara

Guidelines for the basic preparation of novel coaches of sports adapted in Villa Clara

Daniela Milagros Palacio-González¹, Osma Manuel Chaviano-Castro², Yaseli Lara-Sánchez³

¹*Dr. C. Profesor Titular. Facultad de Cultura Física, Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Cuba. dpalacio@uclv.cu*

²*Lic. Metodólogo de Deporte para personas con discapacidad. Villa Clara. Cuba. osma.chaviano@inder.gob.cu*

³*Lic. Metodólogo de Deporte para personas con discapacidad. Villa Clara. Cuba. actdepvcl@inder.cu*

Fecha de recepción: 28 de agosto de 2020

Fecha de aceptación: 4 de octubre de 2020

RESUMEN

El presente artículo tiene como objetivo definir los principales conocimientos básicos o contenidos, habilidades profesionales y rasgos, que deben poseer los entrenadores noveles, para el trabajo con atletas con discapacidad. Se utilizan métodos del nivel teórico y del nivel empírico para la recogida de la información como el análisis documental, la encuesta, la entrevista y la triangulación. En los resultados se resumen los principales contenidos o conocimientos básicos, las habilidades profesionales y los rasgos distintivos del entrenador del deporte adaptado.

Palabras clave: Entrenadores noveles; Deporte adaptado; Preparación básica; Habilidades profesionales; Conocimientos básicos

ABSTRACT

This article aims to define the main basic knowledge or content, professional skills and traits that novice coaches must possess when working with athletes with disabilities. Methods from the theoretical and empirical level are used to collect information such as documentary analysis, survey, interview and triangulation. The

results summarize the main content or basic knowledge, professional skills and distinctive features of the adapted sport coach.

Key words: Novice coaches; Adapted sports; Basic preparation; Professional skills; Basic knowledge

INTRODUCCIÓN

La Convención de la Organización de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006), es ratificada por la Constitución Cubana en sus “Fundamentos de la política educacional, científica y cultural del país”, cuando plantea en el artículo 32, que “El Estado orienta, fomenta y promueve la educación, las ciencias y la cultura en todas sus manifestaciones”; así indica medidas, orienta, fomenta y promueve la cultura física, la recreación y el deporte en todas sus manifestaciones como medio de educación y contribución. (Asamblea Nacional del Poder Popular, 2019, p. 4)

El Entrenamiento Deportivo como proceso eminentemente pedagógico, que se ocupa del proceso de instrucción y educación de los deportistas en función de que manifiesten en cada momento de su preparación los más destacados resultados en el deporte que se practique, sólo es posible si existe un entrenador que tenga conocimientos sobre este proceso, que sepa hacer bien las cosas con vocación y responsabilidad, que tenga la competencia requerida, (Hechavarría, 2006, p. 26).

El entrenador deportivo es el técnico, es el maestro, es el pedagogo que dirige todo el proceso de preparación y competencia de los deportistas para lo cual estructura su actividad pedagógica de proyección o construcción, organizativa y comunicativa, además de ser el que toma las decisiones. Es un educador que a través de su plan de entrenamiento organiza todas las sesiones de acuerdo con el tiempo disponible para cumplir objetivos precisos, ya sea del equipo deportivo, como individuales. (Hechavarría, 2006, p. 31)

Las principales habilidades pedagógicas profesionales del entrenador deportivo a que se refiere (Hechavarría, 2006), van desde habilidades para planificar su propia actividad; y el proceso de entrenamiento; habilidades para organizar su propia actividad y la de los deportistas; habilidades comunicativas para transmitir información y para establecer relaciones afectivas con el atleta.

Esta autora define entre los rasgos que debe reunir el entrenador deportivo: poseer conocimientos científicos suficientes y profundos de la modalidad deportiva que entrena; demostrar habilidades y capacidades profesionales suficientes para dirigir el proceso; desarrollar iniciativas en función de mejorar todo el proceso pedagógico; inspirar confianza, no sólo a sus atletas, sino también al equipo multidisciplinario que lo acompaña, a la institución y sociedad o país que representa; tener tacto pedagógico, aspecto importantísimo que nos dice del trato adecuado a los deportistas de acuerdo con las particularidades de cada uno de ellos; poseer estabilidad emocional para enfrentar y resolver cualquier situación problemática que se presente en los entrenamientos y/o competencias; estar motivado y estimular a sus atletas; conocer las características o particularidades de cada uno de sus atletas; tener ética y autoridad, ser reconocido por sus atletas y sus familias.

Para Pérez-Tejero (2014), el entrenamiento deportivo con personas con discapacidad acogido en el ámbito de las Actividades Físicas Adaptadas (AFA), disciplina considerada "una de las áreas de conocimiento dentro del directorio de las Ciencias del Deporte, según el vademécum del Comité Internacional de la Educación Física y las Ciencias del Deporte de la UNESCO". (p. 13).

El deporte adaptado, engloba a todas aquellas modalidades deportivas que se adaptan al colectivo de personas con algún tipo de discapacidad, bien porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar la práctica de ese colectivo, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica (Hernández, 2000; Pérez-Tejero, 2003; Reina, 2010).

Además de los beneficios conocidos, tanto para la población general, como con discapacidad, existe una clara evidencia, de que el ejercicio físico permite tener experiencias de movimiento antes no conocidas, favorece el descubrimiento de habilidades, desarrolla destrezas propiamente deportivas y capacidades motrices, permite el desarrollo funcional y mejora de comorbilidades asociadas a la condición primaria de salud; además beneficia a nivel psicosocial el propio autocuidado, capacidad de trabajo en equipo, mejora de la autoestima y

autoeficiencia, y el desarrollo de motivación por un objetivo (SENADIS, 2013, p.67).

Según Torralba et al. (2014), las principales razones que motivan la práctica de actividades físicas de las personas con discapacidad son: “practicar deporte, mejorar el nivel, hacer ejercicio, competir, estar físicamente bien, diversión, mantenerse en forma, ganar y mejorar las habilidades”. (p. 32)

La finalidad del deporte adaptado es insertar e integrar a la persona con discapacidad a la sociedad. Dentro de sus objetivos se encuentran: promover la autosuperación, mejorar la autoconfianza, disponer sanamente del tiempo libre y el ocio, promover el deporte como estilo de vida, mejorar las cualidades perceptivo-motoras, adquirir y perfeccionar las capacidades condicionales y coordinativas, contribuir a mantener y mejorar las funciones corporales obtenidas en su etapa de tratamiento físico individual. (Zucchi, 2017).

Para el cabal cumplimiento de las finalidades y beneficios del deporte adaptado, es preciso la preparación y capacitación de los entrenadores en los contenidos básicos relacionados con el campo. En ese sentido autores como (DePauw & Gavron, 2005; Doll-Tepper, 2001; Porretta & Sherrill, 2005), hacen referencia a los principales conocimientos teóricos que se manejan en el contexto del deporte adaptado; en ese sentido se refieren a fundamentos, pedagógicos, fisiológicos, biomecánicos, legales, históricos, de manera general; los cuales particularizan en dependencia del tipo de discapacidad y disciplina deportiva.

Guerra et al. (2018), ofrecen un conjunto de pautas metodológicas para la capacitación del entrenador del deporte adaptado, las cuales incluyen precisiones para los componentes del proceso, la relación entre estos atendiendo a los contextos de actuación de los atletas y sus familias, a las necesidades del tipo de discapacidad. Estos autores preconizan el apoyo y la vivencia, como vía para la motivación por la actividad deportiva y la expectativa de vida. (p. 51)

La provincia de Villa Clara viene desarrollando un trabajo encomiable en el ámbito del deporte para personas con discapacidad, aún empoderada del tradicionalismo en esta área, ha llegado a promover atletas a los equipos élites en diferentes

deportes, estos resultados se han logrado en mayor medida, gracias a la preparación autodidacta, la transferencia de conocimientos desde el deporte convencional y la Educación Física, la iniciativa de los entrenadores implicados; y en menor medida por una superación especializada que delimite los principales contenidos básicos, habilidades profesionales en el deporte adaptado que deben dominar estos profesionales; sobre todo los que se inician.

METODOS

La población está compuesta por 15 profesores deportivos noveles, que se inician en la labor de entrenar atletas con discapacidad en Villa Clara.

Para llevar a cabo el proceso investigativo se utilizaron métodos y técnicas que permitieron identificar los conocimientos básicos o contenidos, habilidades profesionales y rasgos que deben poseer los entrenadores noveles, para el trabajo con atletas con discapacidad.

El análisis documental permitió analizar documentos normativos y metodológicos del proceso, relacionados con el tema objeto de estudio tales como el programa integral de preparación del deportista en el atletismo convencional, planes de entrenamiento, entre otros. La observación a sesiones de entrenamiento, las sesiones o acciones de superación organizadas por el Departamento de Atención a personas con discapacidad en el INDER facilitó verificar la aplicación de conocimientos. La encuesta a los entrenadores permitió conocer las necesidades cognitivas y prácticas que poseen sobre el deporte adaptado. La entrevista a especialistas en deporte adaptado se utilizó para recopilar opiniones y criterios sobre los contenidos o conocimientos básicos que debe poseer un entrenador en este ámbito y la triangulación metodológica facilitó la verificación concurrente de los datos obtenidos desde los diferentes métodos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Contenidos o conocimientos básicos; habilidades profesional y rasgos del entrenador novel para el trabajo con atletas con discapacidad, en la alta competencia.



Contenidos o conocimientos básicos a tener en cuenta por los entrenadores noveles, en el trabajo con atletas con discapacidad, en la alta competencia.

Grupo 1. Aspectos Pedagógicos del deporte adaptado para personas con discapacidad.

- Definiciones básicas: deporte adaptado, deporte paralímpico, discapacidad, etc.
- Selección de métodos para el desarrollo de las capacidades y HMB y deportivas.
- Enseñanza de los diferentes elementos técnicos.
- Aplicación de los principios del entrenamiento deportivo.
- Adaptaciones curriculares.
- La selección de contenidos.
- Relación tipos de deporte-discapacidad.
- Tipos o clasificación de los deportes.

Grupo 2. Aspectos médico-biológicos o de la salud en deporte.

- Efectos del entrenamiento y la competición, cambios de estado de la condición física
- Diferencias Individuales desde lo fisiológico, morfológico, biomecánico
- Fundamentos biomecánicos del movimiento
- Fundamentos sobre mediciones, antropometría, /Valoración/Clasificación: propiedades psicométricas de los instrumentos, o temas acerca de la clasificación en deporte adaptado.
- Clasificación en deporte adaptado

- Lesiones en deporte adaptado (etiología, prevención y tratamiento)
- Principales enfermedades oculares. Contraindicaciones relacionadas con la práctica deportiva en algunos casos.

Grupo 3. Aspectos psicosociales del deporte adaptado.

- Fundamentos éticos relacionados con el comportamiento del entrenador ante la discapacidad.
- Perspectivas psicológicas o sociológicas (Ej. orientaciones motivacionales).
- Contenidos de carácter históricos: análisis de los cambios acontecidos a lo largo del Tiempo, tendencias en el DA.
- Sobre Inclusión/ entornos adaptaciones curriculares o de materiales.
- Barreras para la participación en deporte adaptado.
- Avances tecnológicos en el deporte adaptado.
- Análisis y difusión de resultados olímpicos nacionales, regionales e internacionales.

Habilidades profesionales del entrenador novel, en el trabajo con atletas con discapacidad, en la alta competencia.

El contenido en el proceso pedagógico según (Gutiérrez, 2006) “Es aquella parte de la cultura que debe ser objeto de asimilación por parte de los estudiantes en el aprendizaje para alcanzar los objetivos propuestos y que agruparemos en sistemas de: conocimientos, habilidades, valores y rasgos de la actividad creadora”.

Este mismo autor refiere que entre los componentes que forman parte del contenido del proceso pedagógico están:

- El sistema de conocimientos sobre la naturaleza, la sociedad, el pensamiento, la ética y los métodos de acción; cuya asimilación garantiza la formación en los alumnos de una concepción científica del mundo.
- El sistema de hábitos y habilidades generales, tanto intelectuales como prácticas que constituyen la base de muchas actividades concretas.
- Las experiencias y actividades creadoras que favorezcan el desarrollo de sus rasgos fundamentales y la participación en el programa social.

- El sistema de relaciones con el mundo y los demás hombres de conocimientos, experiencias, sentimientos y actitudes que determinan la formación de sus conocimientos, ideales y valores. (Gutiérrez, 2006, p. 235)

Principales contenidos que deben formar parte de la preparación de un entrenador de deportivo:

- Conocimientos sobre el deporte desde una concepción científica.
- Hábitos y habilidades generales, intelectuales y prácticas relacionadas con el entrenamiento deportivo.
- Experiencias y creatividad en el trabajo con el atleta.
- Sentimientos y actitudes que determinan la formación de sus conocimientos, ideales y valores.

Respecto a las habilidades profesionales del entrenador del deporte adaptado relacionadas con la planificación debe:

- Utilizar los documentos que orientan el desarrollo de la preparación metodológica los documentos normativos relacionados con la atención a personas con discapacidad, como el Código de ética.
- Relacionar los aspectos instructivos y educativos del proceso de enseñanza con aspectos correctivos compensatorios.
- Pronosticar los resultados reales según posibilidades de sus atletas.
- Realizar la planificación por etapas teniendo en cuenta las particularidades periódicas de la discapacidad los periodos sensitivos a cambios climáticos, geográficos.
- Aplicar los documentos normativos para controlar y evaluar el trabajo, como los relacionados con la clasificación deportiva.
- Concebir el apoyo como herramienta pedagógica en tanto en el entrenamiento como en la competencia.
- Analizar las condiciones en que se desarrollará el trabajo docente barreras arquitectónicas, que puedan limitar el acceso y la participación.
- Analizar profundamente los resultados deportivos alcanzados en el mismo macrociclo por otros atletas con similares discapacidades.

- Aplicar los principios del entrenamiento deportivo en su conjugación con principios de la pedagogía especial.

En relación a las habilidades profesionales del entrenador del deporte adaptado relacionadas con la organización debe:

- Seleccionar y adaptar los medios adecuados de acuerdo con las particularidades de los deportistas y la etapa de entrenamiento.
- Utilizar la bibliografía general y especializada sobre la discapacidad en correspondencia con el contenido a desarrollar.
- Disponer los recursos necesarios de acuerdo con los objetivos a lograr por los atletas. Contar con aditamentos terapéuticos medica primeros auxilios.
- Distribuir adecuadamente a los atletas de acuerdo con los objetivos propuestos.
- Redistribuir a los atletas cuando se presenten situaciones imprevistas.
- Disponer cómo atender las diferencias individuales.
- Respecto a las habilidades profesionales del entrenador del deporte adaptado relacionadas con la comunicación debe:
 - Utilizar la terminología propia del deporte adaptado que entrena y la discapacidad.
 - Determinar los errores más generales cometidos por los atletas o equipo y deslindarlos de la estructura natural del movimiento que genera la discapacidad.
 - Mantener la atención, interés y motivación de los atletas en el transcurso de toda la clase o sesión de entrenamiento.
 - Explicar claramente y con paciencia las diferentes actividades que se orientan.
 - Establecer relaciones afectivas con el atleta y su familia.

Rasgos, sentimientos y actitudes que deben identificar a los entrenadores noveles, en el trabajo con atletas con discapacidad, en la alta competencia.

En opinión de los autores del artículo y en correspondencia con los resultados obtenidos con la aplicación de los métodos, se considera que como rasgos que debe reunir el entrenador del deporte adaptado están: poseer conocimientos

científicos suficientes y profundos sobre la discapacidad, las adaptaciones curriculares y el reglamento de la modalidad deportiva que entrena; demostrar capacidad profesional amplia para dirigir el proceso; desarrollar iniciativas creadoras en función que suplan la falta de herramientas didácticas en el proceso; inspirar confianza, no sólo a sus atletas, sino también al entorno familiar del mismo, mostrar disposición a la cooperación e intercambio con el resto de los especialistas implicados en el proceso; aplicar trato adecuado a los deportistas de acuerdo con las particularidades de cada uno de ellos; poseer estabilidad emocional para enfrentar con paciencia y perseverancia las posibles situaciones que se presenten y resolverla. No solo estar motivado sino también, lograrlo en sus atletas; conocer las particularidades de cada uno; actuar con ética y ser reconocido por sus atletas y sus familias.

CONCLUSIONES

Los principales conocimientos básicos que deben dominar los entrenadores noveles en el entrenamiento con atletas con discapacidad, sobresalen los aspectos pedagógicos, aspectos médico-biológicos o de la salud y los de carácter psicosocial del deporte adaptado. Las habilidades profesionales de deben demostrar los entrenadores del deporte adaptado, implican la planificación y organización efectivas en el proceso de entrenamiento; en concordancia con una adecuada comunicación en la diversidad de actitudes y aptitudes que implica la discapacidad. Los rasgos más distintivos que deben poseer los entrenadores noveles, en el trabajo con atletas con discapacidad, se relacionan con el dominio de aspectos científicos y éticos sobre la discapacidad; la capacidad profesional amplia para dirigir el proceso; la creatividad; inspirar confianza y seguridad; al atleta y su entorno, la cooperación, la motivación e implicación en el proceso; la estabilidad emocional para enfrentar situaciones que genera la discapacidad en la competencia y resolverla.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Asamblea Nacional del Poder Popular. (2019). TÍTULO III FUNDAMENTOS DE LA POLÍTICA EDUCACIONAL, CIENTÍFICA Y CULTURAL. En *Constitución de*

la República de Cuba. <https://www.gacetaoficial.gob.cu/es/constitucion-de-la-republica-de-cuba-proclamada-el-10-de-abril-de-2019>

DePauw, K., & Gavron, S. (2005). *Disability sport* (2.^a ed.). Human Kinetics.

Doll-Tepper, G. (2001). *Adapted physical and sport for persons with a disability: International perspectives, developments and trends* [European Master Degree in Adapted Physical Activity]. Leuven.

Guerra, Y., García, R., & Guerra, F. (2018). Pautas metodológicas para la capacitación de profesionales de la cultura física y el deporte sobre el deporte adaptado para las personas con discapacidad. En *La formación y superación del docente: «desafíos para el cambio de la educación en el siglo XXI»* (Memorias del cuarto Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas de Ecuador, pp. 1775-1783). Ministerio de Educación. <https://www.gacetaoficial.gob.cu/es/constitucion-de-la-republica-de-cuba-proclamada-el-10-de-abril-de-2019>

Hechavarría, M. (2006). *Lo que todo entrenador deportivo o director técnico debe saber hacer*. Editorial Deportes.

Hernández, F. (2000). El deporte para atender la diversidad: deporte adaptado y deporte inclusivo. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(60), 46-53.

ONU. (2006). *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*.

Pérez-Tejero, J. (2003). La investigación en ciencias del deporte aplicadas al deporte adaptado. En *I Conferencia Internacional sobre Deporte Adaptado* (Memorias del cuarto Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas de Ecuador, pp. 229-243). Instituto Andaluz del Deporte.

- Pérez-Tejero, J. (2014). *Actividad física adaptada concepto y aplicaciones prácticas* [Curso de Verano «Actividad física para la Salud (IV)»]. Universidad de Burgos.
- Porretta, D., & Sherrill, C. (2005). APAQ at Twenty: A Documentary Analysis. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 22(2), 119–135.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1123/apaq.22.2.119>
- Reina, R. (2010). *La actividad física y deporte adaptado ante el Espacio Europeo de Enseñanza Superior*. Wanceulen.
- SENADIS. (2013). *Política Nacional para la Inclusión Social de las Personas con Discapacidad 2013-2020*. Ministerio de Desarrollo Social.
<https://www.ciudadaccesible.cl/wp-content/uploads/2011/08/Politica-Nacional-para-la-Inclusion-Social-de-las-Personas-con-Discapacidad.pdf>
- Torralba, M., Braz, M., & Rubio, M. (2014). La motivación en el deporte adaptado. *Psychology, Society, & Education*, 6(1), 27-40.
- UNESCO. (2007). *Comité Internacional de la Educación Física y las Ciencias del Deporte. ICSSPE*.
- Zucchi, G. (2017). *Beneficios del deporte para personas con discapacidad*. Editorial Paidotribo S.L.