

TAREAS DOCENTES PARA LA FORMACIÓN DE HABILIDADES EN LA DIRECCIÓN DE LA PREPARACIÓN TÉCNICA

EDUCATIONAL TASKS FOR THE FORMATION OF ABILITIES IN THE ADDRESS OF THE TECHNICAL PREPARATION

MSc. Michel Pérez- García, Profesor Asistente, Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Facultad Holguín, michel@cultfis.holguin.inf.cu

MSc. Yuneý Céspedes- Batista, Profesor Asistente, Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Facultad Holguín

País: Cuba

RESUMEN

La presente experiencia investigativa tiene lugar en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte de Holguín y surge bajo la necesidad permanente de potenciar el tratamiento metodológico de las asignaturas de la Didáctica del Deporte encaminada al desarrollo de habilidades en los estudiantes para dirigir la preparación técnica. La misma tiene como objetivo: Elaborar un conjunto de tareas docentes para potenciar el desarrollo de las habilidades anteriormente mencionadas. En el estudio se realiza un análisis crítico del tratamiento metodológico brindado al desarrollo de las habilidades para dirigir la preparación técnica sobre la base de los

documentos rectores; se emplea también la entrevista a profesores y observación del proceso. En el estudio aparece el conjunto de tareas docentes, las cuales alcanzan una adecuada pertinencia práctica a partir de dinamizar favorablemente el problema planteado, sobre la base de un ajuste a los objetivos de las asignaturas, el reconocimiento de los fundamentos teóricos esenciales relacionados con el tema en cuestión y la evidencia de elevados índices de motivación en el proceso.

Palabras clave. Tareas docentes, habilidades, preparación técnica.

ABSTRACT

The investigative experience herein set forth, takes place in the Sports and Physical Culture Ciencias College of Holguin and comes out of the permanent necessity to enhance the methodological treatment of sports didacticism subjects, aimed toward the development of the students skills to direct the technical preparation. The same has as target: To elaborate a set of teaching tasks as to upgrade the development of the previously mentioned abilities. A methodological treatment critical analysis has been performed as to develop the technical preparation directing skills upon the bases of guiding documents; process observation and interviews with the professors are also used. The set of teaching tasks appears, which reaches an accurate practical factibility from favorously dynamizing the given problem, these are corresponded with the subject's objectives, the accomplishment of high motivation rates and the offering of treatment to the essential theoretical fundamentals related to the current matter.

Key words. Learning task, ability, technical preparation

INTRODUCCIÓN

El logro de cualquier desarrollo que se alcance en las más diversas disciplinas deportivas, tienen como medio esencial el dominio de una o varias técnicas, independientemente de las particularidades y exigencias de cada modalidad.

En este orden de análisis, todos los profesores deportivos requieren de alcanzar un adecuado desarrollo de las habilidades para dirigir dicho componente.

El proceso de dirección de la preparación técnica constituye una actividad sumamente compleja producto a la gran gama de factores que tienen que ver con su desarrollo y que cada profesor debe regular de forma eficiente e integrada para poder alcanzar resultados favorables.

Dentro de estos aspectos se destacan los elementos físicos, coordinativos, psicológicos y biomecánicos, así como el reconocimiento de la individualidad humana.

A partir de tales complejidades y del elevado desarrollo y precisión que se ha alcanzado en su dirección a partir de la

implicación de paquetes tecnológicos y estudios biomecánicos, el proceso de formación de las habilidades de los profesionales para dirigir este componente de la preparación requiere de una esmerada y sistemática atención.

De acuerdo con los criterios del DrC. Armando Forteza de la Rosa en su teoría de las direcciones del entrenamiento, es posible subdividir el proceso de preparación técnica en dos vertientes esenciales, el de la enseñanza y la de perfeccionamiento, aunque estas poseen sus similitudes, también poseen sus diferencias en cuanto a la carga, la variabilidad y la aplicación de determinados principios metodológicos.

El desarrollo de habilidades para dirigir la preparación técnica, constituye uno de los objetivos a alcanzar dentro de la disciplina teoría y práctica del deporte como parte de la formación de pre-grado de los profesionales del deporte.

Este elemento unido a la importancia y complejidades anteriormente planteadas, impulsa a perfeccionar su tratamiento metodológico.

Al caracterizar el proceso docente de cara a la formación de habilidades para la dirección de la preparación técnica y las exigencias que plantean los diferentes programas de las asignaturas que conforman la disciplina, se pueden percatar que esta potencia preferentemente los conocimientos y habilidades relacionadas con la enseñanza de las técnicas básicas de los diferentes deporte con el dominio de las metodologías, los errores más comunes, los principales ejercicios que se utilizan para la corrección de los errores.

Por lo que queda el reto de alcanzar un mayor grado de eficiencia en la concepción metodológica en función del perfeccionamiento técnico.

El desarrollo metodológico anteriormente mencionado se hace más necesario a partir de varios elementos. Por un lado, una gran parte de los graduados pasan a laborar en centros de alto rendimiento por lo que requieren de estos conocimientos para enfrentar el altísimo nivel que está experimentando el deporte moderno.

Por otro, la necesidad de atender de forma diferenciada a aquellos estudiantes que

han alcanzado un mayor nivel de conocimientos y habilidades en los diferentes deportes sobre la base de un mejor aprovechamiento académico o experiencia deportiva.

También se considera que al potenciar esta dirección de trabajo, se salva una distancia entre la formación académica y la laboral que realizan en sus prácticas docentes.

A partir de los elementos anteriormente planteados se entiende que la investigación vaya encaminada a resolver el siguiente problema científico: ¿Cómo potenciar el desarrollo de habilidades relacionadas con la dirección del proceso de perfeccionamiento técnico en los estudiantes de la Facultad de Cultura Física de Holguín?

Al tratarse de un proceso de formación dentro del ámbito universitario el cual posee como tendencia el logro de un aprendizaje significativo e independencia cognoscitiva en el cual el estudiante sea el principal protagonista en su aprendizaje se toma como objetivo: Elaborar un conjunto de tareas docentes encaminadas a potenciar el desarrollo de habilidades en la

dirección del perfeccionamiento técnico en los estudiantes de Cultura Física de Holguín.

Para el desarrollo del presente estudio se realizó un “Análisis Crítico” de los objetivos y contenidos de los documentos rectores que rigen la formación de nuestros estudiantes: Programas de Disciplinas, de las asignaturas que la componen las exigencias de la práctica docente en el Entrenamiento Deportivo.

En el orden empírico se utilizaron esencialmente la entrevista a profesores y estudiantes con el objetivo de indagar sobre las particularidades del proceso de formación de habilidades en función del proceso de preparación técnica; así como el grado de desarrollo en cuanto a los conocimientos y habilidades que adquieren en esta dirección. La observación para triangular la información adquirida a través de las entrevistas realizadas.

DESARROLLO

Como se ha planteado el proceso de dirección del perfeccionamiento técnico, posee sus particularidades en cuanto a sus

fundamentos teóricos y metodológicos que lo diferencian del proceso de enseñanza.

A continuación se relacionan algunos de estos sustentos esenciales. Los profesores deportivos para dirigir eficientemente el proceso de perfeccionamiento técnico deben realizar una caracterización de las diferentes técnicas que van desarrollar en cuanto a sus determinantes motores generales (DMG) y determinantes motores especiales (DME).

Lo que es igual, deben caracterizar la técnica en cuanto a las exigencias esenciales e invariables de la acción motriz (DMG); y todas aquellas exigencias y medidas relacionadas con los detalles del movimiento que dificultan el cumplimiento de sus fases esenciales y reajuste de la técnica (DME).

Todo en función de dirigir la atención y orientaciones brindadas a los practicantes hacia los determinantes motores generales.

"(...) La orientación principal es la traducción concreta del determinante motor general que dirige la organización del sistema de movimientos hacia la

realización del objetivo fijado" Verkhoshansky (2002).

La selección de los determinantes motores generales y jerarquización de los determinantes motores especiales posee una implicación en la calidad del proceso de dirección del perfeccionamiento técnico, se le brindan a los practicantes y orientan al profesor a atender de manera objetiva y sistemática a través de las diferentes determinaciones metodológicas las causa (s) esencial (es) que provoca (n) la (s) insuficiencia (s).

Como parte del proceso de orientación dentro del entrenamiento técnico, en post de lograr un tratamiento adecuado a los determinantes motores generales y especiales y la necesaria síntesis en la información que se le suministra al practicante para potenciar la comprensión; se considera útil que se elaboren criterios técnicos.

Estos consisten en la predeterminación de frases simplificadas relativamente estables de probada efectividad en la corrección de los movimientos. Para esto ayuda mucho la experiencia profesional del profesor.

Es muy beneficioso que estos criterios técnicos, como cualquier otro, los practicantes los repitan verbalmente para reforzar la plasticidad del sistema nervioso y predisponer las uniones neuromusculares y con ello el logro de nuevos hábitos motores (unidad entre el primer y segundo sistema de señales) y también como forma de crear la necesaria disposición motora que exige la realización de una acción motora compleja.

La reproducción por parte del profesor del estado de disposición motora, el cual es el componente funcional de la estructura mental, que indica que el deportista está preparado para la actividad inminente y se moviliza hacia el cumplimiento de la fase principal de la misma (DMG), resulta el principio metodológico más importante del dominio y perfeccionamiento de la técnica deportiva.

“(…) La tarea más importante del entrenador es ayudar al deportista a formular y poner en práctica los mecanismos de disposición motora” (Y. Verkhoshansky 2002).

En este orden de análisis, el profesor deportivo debe alcanzar cierto grado de

dominio en cuanto los conocimientos y habilidades relacionadas con la dinamización de la motivación y análisis en torno al cumplimiento de las exigencias esenciales de la acción motriz. Por lo que pasa a formar parte del perfil de competencia profesional a lograr para dirigir eficientemente el proceso de preparación técnica.

Los profesores deben buscar los mecanismos para que los practicantes sean protagonistas en su implicación motivada y consciente hacia el logro de las principales exigencias de las diferentes tareas motrices.

Dentro de este objetivo se considera esencial que el profesor potencie el proceso de adecuación auto-valorativa en lo que respecta, tanto a la calidad de sus acciones, como las potencialidades para progresar en este sentido. De esta manera ellos pueden tomar decisiones más acertadas en lo que concierne a los mecanismos para el logro de los mejores índices de motivación y estado emocional que en realidad les ayuda a obtener los mejores resultados.

En la reproducción de los estados emocionales y motivacionales, no se debe dejar de considerar como elemento muy importante los niveles de la carga que se le aplican de forma sistemática a los practicantes (Usha. G 2004).

La ejecución de una acción motriz compleja exige que los practicantes logren regular a nivel muscular el conjunto de fuerzas que en ella confluyen; por consiguiente dicha ejecución se encuentra estrechamente asociada a las capacidades de coordinación.

A partir de tales fundamentos, las principales orientaciones y aplicaciones metodológicas que se adopten en el proceso de perfeccionamiento técnico, deben estar asociados con la capacidad del practicante para regular los diferentes esfuerzos musculares.

Más que direccionar los movimientos, los practicantes deben concentrarse en direccionar los esfuerzos que los condicionan. (Más suave, más rápido, más fuerte etc.).

"(...) esta es la esencia (...) de la dirección del comportamiento motor (...) y el

principal postulado metodológico de la teoría de la técnica deportiva". (1961, 1970, 2002).

Durante el proceso de coordinación de los esfuerzos musculares para regular de forma eficiente las fuerzas que interactúan dentro del sistema de movimiento, el organismo se apoya en un sistema de trabajo especializado de coordinación de las fuerzas activas y reactivas denominado "estructura biodinámica". (...) en los ejercicios de carácter no cíclico que exigen la manifestación de esfuerzos considerables en un tiempo mínimo todo el sentido del entrenamiento reside en la formación de la estructura biodinámica (...) Verkhoshansky (2002).

Un elemento esencial para entrenar la capacidad de regulación de los esfuerzos es el carácter variado del proceso. El exponer al practicante de manera frecuente ante ejecuciones y condiciones externas diferentes (alturas, implementos, velocidades etc.), les ayuda a regular de forma eficiente los esfuerzos musculares para alcanzar un resultado favorable. De esta manera se resalta la importancia del principio de "Versatilidad" (M. Grosser

1992) dentro del proceso de preparación técnica.

Otro de los elementos esenciales a considerar dentro del proceso de dirección del perfeccionamiento técnico se encuentra relacionado con el desarrollo físico como uno de sus fundamentos esenciales.

Precisamente la especialización de las capacidades motoras (especialización biodinámica) y la capacidad física determinante (especial), constituyen los factores principales para el perfeccionamiento técnico o de la maestría deportiva, su unión constituye un “Principio Metodológico” dentro del entrenamiento técnico.

Para el cumplimiento cabal de este principio metodológico, es sumamente importante que el profesor deportivo sepa distinguir los elementos esenciales que caracterizan estos dos tipos de preparaciones (Técnica y Físico especial); todo sobre la base de que ambos están intrínsecamente relacionadas al tener que reflejar el empleo de los mecanismos de resolución de las tareas motoras en la regulación eficiente a nivel muscular de las

fuerzas que intervienen en el sistema de movimientos.

La Preparación Física Especial debe buscar un aumento de las posibilidades del individuo para resistir en el empleo eficiente de los diferentes mecanismos de resolución de la tarea motora.

En ella deben predominar el empleo de ejercicios especiales y elevados niveles de volúmenes de trabajo. Aunque en este tipo de preparación se requiere de cierta calidad en las ejecuciones, este no es el énfasis principal, sino el biológico. Por lo que el trabajo es de mayor continuidad y por series. Método discontinuo a intervalos multiseriados.

En contraposición dentro de la Preparación Técnica existe un mayor predominio de los niveles de intensidad de trabajo, sobre los volúmenes, independientemente que estos pueden tomar niveles elevados en correspondencia con las potencialidades y niveles de desarrollo del practicante. Las repeticiones son aisladas no por series. Predominan los ejercicios competitivos sobre los especiales.

El énfasis principal se realiza sobre la corrección y perfeccionamiento de los modelos de movimientos (técnica), esto independientemente de que el profesor requiera de una valoración y regulación de los gastos energéticos durante el proceso.

Por ende, este tipo de preparación exige mayores esfuerzos psicológicos como la representación, concentración, reflexión etc.

Es bueno plantear que la preparación física especial es la base de la preparación técnica. Primeramente se le debe dotar al practicante de una buena base física especial y luego trabajar los elementos técnicos. "(...) el aumento del nivel de preparación física especial debe anteceder al trabajo en profundidad enfocado al perfeccionamiento de la maestría técnica".

No por último, menos importante, es la capacidad de los profesores para evaluar los niveles de desarrollo técnico que manifiestan los practicantes con el objetivo de hacer una valoración acertada. En este sentido es necesario que los mismos dominen ciertos elementos teóricos asociado a este proceso.

Para evaluar una acción motora compleja, se debe considerar tanto el proceso de resolución, como los resultados concretos. Estos elementos se comparan con diferentes parámetros de capacidades del practicante y el plan de resolución. Como fruto del análisis, se procede a realizar las correcciones.

A la hora de evaluar el desempeño de un practicante en una acción motora determinada, es limitado el considerar solamente el resultado; sino que se debe tener en cuenta también la manera que el practicante llega al mismo como una unidad indisoluble.

Puede que se logre una acción satisfactoria pero muy distanciada del modelo de movimiento, mecanismos de resolución motora y capacidad psicofísica previamente determinadas por el practicante y el profesor (Modo de Resolución de la Tarea Motora)

En este caso no se está en presencia de un resultado que indique desarrollo y estabilidad. En el caso opuesto, el practicante se ajusta al modelo de movimiento, mecanismos de resolución de la tarea motora y capacidad física

previamente concebida, sin embargo no se logra el resultado esperado.

Ambas situaciones indican la necesidad de reconsiderar el proyecto determinado para la resolución de la acción motriz, o los determinantes motores especiales que dan al traste con los resultados deficientes. Se sobre entiende que el cumplimiento del proyecto determinado conlleve a los mejores resultados. No obstante, este último caso es más representativo de trabajo y desarrollo que el primero.

De forma resumida para evaluar la calidad del desempeño técnico del practicante en una ejecución se deben considerar los siguientes elementos:

- El ajuste al modelo de movimiento preconcebido.
- La eficiencia mostrada en relación a la estructura dinámica y regulación de las fuerzas que intervienen en el sistema de movimiento. (Capacidad de estabilidad y ajuste).
- La medida en que emplea sus reales niveles de desarrollo físico.
- Los resultados concretos.
- Se reproduce de forma estable en condiciones extremas, no se ve

alterada ante una velocidad máxima de ejecución y una alta potencia de los esfuerzos,

- Se conserva en estado de agotamiento y elevado estrés psíquico durante la competición,
- Es suficientemente flexible en situaciones cambiantes.

A partir de la aplicación de las diferentes técnicas y métodos científicos se pudo constatar la tendencia manifiesta a abordar dentro de la disciplina el proceso de desarrollo de conocimientos y habilidades para dirigir la preparación técnica esencialmente desde la perspectiva de la enseñanza.

La necesidad de potenciar el tratamiento didáctico de las asignaturas que conforman la disciplina Teoría y Práctica del Deporte se sustenta en el hecho de que en no pocas ocasiones muchos de los graduados pasan a formar parte de centros de alto rendimiento en los cuales el proceso de entrenamiento se ajusta más al perfeccionamiento.

Cada día los niveles de desarrollo de los practicantes a partir de las exigencias del deporte moderno se alcanzan con menos

edades. Por otro lado en no pocas ocasiones dentro del proceso docente se encuentran con estudiantes que poseen altos niveles de desarrollo y motivación que requieren otros niveles de exigencias y atención que los profesores deben tener bien concebidas.

Las exigencias del proceso de práctica docente en muchas ocasiones se encuentran relacionadas con deportes y categoría de un determinado nivel de desarrollo que exige de perfeccionamiento técnico, elementos que se les deben dar tratamiento para que exista una mayor acercamiento entre los elementos teóricos y la práctica.

A partir de la observación de los niveles de desempeño de estudiantes que cursan la disciplina, así como profesores graduados que se encuentran en el proceso de adiestramiento laboral se pudo constatar los limitados conocimientos relacionados con los principales fundamentos y principios metodológicos que rigen el proceso de perfeccionamiento técnico.

Propuesta de tareas docentes:

1.- Explique las principales particularidades que toman las cargas, los métodos y ritmo de desarrollo dentro del proceso de perfeccionamiento técnico.

2.- El desarrollo físico es la base fundamental para que pueda existir un progreso en el orden técnico, la unión del entrenamiento de la coordinación y la preparación física especial constituye un principio metodológico para la dirección de la preparación técnica.

La aplicación de este principio cobra una elevada significación en el deporte de pesas producto a que en el mismo los practicantes deben cumplir con un modelo de movimiento lo más exacto posible bajo el dominio de pesos sumamente elevados.

A partir de los elementos antes planteados, explique y demuestre las principales medidas que tomaría para darle cumplimiento a este principio metodológico durante el proceso de perfeccionamiento técnico de la técnica de envión.

3.- La técnica deportiva constituye un sistema de movimientos organizados de forma consciente con el objetivo de alcanzar un resultado determinado.

Producto al carácter de sistema, cualquier desviación en él en alguna de sus fases posee una repercusión en el resultado final. No obstante existen algunas fases de la técnica que guardan una mayor significación con el resultado que se alcance.

Estas fases a las cuales se les denominan Determinantes Motores Generales, es hacia las cuales el profesor deportivo debe dirigir esencialmente tanto su atención como la de sus atletas.

Sobre la base de los conocimientos teóricos antes mencionados, plantee a su consideración, donde se encuentran los determinantes motores generales de las técnicas de arranque y envión, las principales causas que provocan un cumplimiento deficiente y qué medidas adoptarías para su corrección.

4.- El proceso de desarrollo técnico le plantea a los practicantes una serie de exigencias psicológicas dentro de las cuales destaca la representación, concentración y empleo eficiente y creativo de las percepciones especializadas de tiempo, espacio y coordinación de movimientos.

En este sentido el perfeccionamiento técnico cumple su función verdaderamente desarrolladora, si los profesores logran que los practicantes se impliquen de forma consciente y reflexiva en la actividad.

El repetir y repetir modelos de movimientos sin reflexión por parte de los practicantes, lejos de contribuir al desarrollo puede propiciar la creación de estereotipos dinámicos o hábitos motores negativos muy difíciles de erradicar, muchos de los cuales alcanzan una fijación tan fuerte que les dura toda la vida como deportistas con un saldo negativo en los resultados.

Por los elementos antes planteados el logro de motivación y reflexión de los atletas dentro del proceso constituye un principio metodológico de la dirección de la preparación técnica.

Conociendo la importancia del cumplimiento de este principio metodológico del proceso de dirección de la preparación técnica, explique y ejemplifique las principales medidas y fundamentos que emplearías para darle cumplimiento en el perfeccionamiento de las técnicas competitivas del deporte de pesas.

5.- La individualización del entrenamiento deportivo constituye una de las tendencias del deporte moderno por lo que es necesario que se consideren las particularidades y niveles de desarrollo de cada uno de los atletas en la dirección del proceso para que estos puedan alcanzar el máximo desarrollo que le sea posible.

Uno de los componentes de la preparación al cual se le debe prestar especial atención en la aplicación de este principio es el de la preparación técnica.

Como profesor del deporte de pesas explique y demuestre las principales medidas a adoptar en función de individualizar el proceso de perfeccionamiento de la técnica de arranque si cuentas con un grupo heterogéneo en cuanto a somatotipo, desarrollo físico y coordinativo.

6.- En la dirección del proceso de entrenamiento, resulta de suma importancia lograr un nivel de objetividad y eficiencia en el proceso de evaluación de los niveles de desarrollo que van alcanzando los practicantes.

Las limitaciones que susciten en esta dirección, limita las posibilidades de reajustar de forma estratégica la preparación en función de alcanzar el máximo desarrollo posible en la competición y el poder evaluar la efectividad de las metodologías y concepciones que está empleando el profesor en la práctica.

El proceso de evaluación en cada uno de los componentes de la preparación tiene sus particularidades teóricas y organizativas:

A partir de estos elementos relacione las principales particularidades que posee el proceso de evaluación dentro del componente técnico; así como los principales indicadores que orientan sobre la calidad de las ejecuciones.

CONCLUSIONES

1.- El proceso de desarrollo técnico resulta una actividad altamente compleja sobre la base del conjunto de procesos y principios metodológicos que se encuentran en su base y que los profesores deben determinar e integrar de forma eficiente y oportuna para poder obtener los niveles de

desarrollo deseados, por lo que progresar en las habilidades en esta dirección requiere atención y sistematicidad.

2.- Las orientaciones y objetivos del programa de la disciplina teoría y práctica del deporte enfoca el proceso de formación de habilidades para la dirección de la preparación técnica con una preponderancia hacia los elementos relacionados con la enseñanza por lo que se hace necesario potenciar las acciones didácticas en función de desarrollo de habilidades para dirigir el proceso de perfeccionamiento técnico, aspecto el cual se aprecia en los niveles de desarrollo que muestran los estudiantes.

3.- El conjunto de tareas docentes elaboradas, dan solución a las demandas de desarrollo expresada en la problemática planteada. Las mismas son factibles para:

- Su aplicación en la práctica profesional.
- Responden al logro de los objetivos del programa.
- Propician una mayor motivación atención a los estudiantes de mayores niveles de desarrollo,

- Un mejor acercamiento entre las exigencias académicas con las que plantean la práctica profesional.

BIBLIOGRAFÍA

1. Addine, F. (1997) *Didáctica y Currículo*. Bolivia: Editorial AB, Potosí.
2. Adine Fernández, F. (2004) *Didáctica teoría y práctica*, Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
3. Almiral Borrero, J. (1990) *Los colectivos de asignaturas disciplinas y Años, su integración y funcionamiento en la facultad de Holguín*. Holguín: ISCF
4. Álvarez de Zayas, C. (1999) *Diseño curricular*. La Habana: Editorial Academia.
5. Asness, W. H. (1986). *Importancia de los métodos y procedimientos pedagógicos*. La Habana.
6. Casarini, M. (1999) *Teoría y diseño curricular*. México: Editorial Trillas.
7. Crespo, M. (1994) *Metodología de la enseñanza del tenis. Workshop suramericano para profesores de tenis*. Lima.
8. Dirección de Práctica Docente (1989). *Orientaciones conceptuales sobre las*

entidades laborales de carácter docente en la red del ISCF. La Habana, ISCF.

9. González Maura, V. (2000). *Pedagogía no Directiva: La enseñanza centrada en el estudiante.* La Habana: ISCF

10. González Valdez, A. (1990). *Cómo propiciar la creatividad.* Ciudad de la Habana: Editorial Ciencias Sociales.

11. Herman R. y Gabriele, F. (1990) *Aprendizaje deportivo metodología y Didáctica.* Barcelona: Editorial Martínez Roca

12. Instituto Superior de Cultura Física. (1997) *La Práctica laboral investigativa: Núcleo central de la extensión universitaria.* La Habana.

13. Núñez Jover, J. (1999) *La Ciencia* (documento digitalizado en disquete), La Habana: Editorial Científico- Técnica.

14. Ralil, N. L. y Clausen, M. E. (1987) *Planeamiento de la formación profesional: Un modelo pedagógico.* Montevideo: Editorial Cinterfor.

15. Skatling, N. M. (1981). *Perfeccionamiento del proceso de*

enseñanza. Ciudad de la Habana: Editorial Pueblo y Educación.

16. *Teoría general del entrenamiento deportivo* (2000). Barcelona: Editorial Paidotribo.

17. Torres F, L. (2000). *La Práctica Laboral Investigativa núcleo central de la extensión universitaria. Dirección de formación práctico – docente.* La Habana: ISCF.

18. Verkoschanski, J. (1988). *Effective trainieren. Neue Wege zur Planing und Organisation des Trainingsprozesses,* Berlín: Sportverlag,

Recibido: 22092011

Aprobado:22112011

Datos de los autores:

MSc. Michel Pérez- García, Profesor Asistente.

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Facultad Holguín.

E-mail: michel@cultfis.holguin.inf.cu

MSc. Yuneý Céspedes- Batista, Profesor Asistente.

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Facultad Holguín