

SOFTWARE PARA LA PREPARACIÓN DEL ENTRENADOR EN EL TRABAJO PSICOLÓGICO CON LOS LUCHADORES ESCOLARES

SOFTWARE FOR THE PREPARATION OF THE TRAINER IN THE PSYCHOLOGICAL WORK WITH THE SCHOOL FIGHTERS

Autores: MSc. Arnaldo Jesús Amaro- Quiñones.

Dr.C Yasser Russell- Suárez

MSc. José Luis González- Ramírez.

Universidad de Holguín

País. Cuba

RESUMEN

En estudios realizados en la formación de los estudiantes de la maestría dirigida por el Centro de Estudio de Actividad Física Terapéutica y Deportes de Combate (AFIT/COM), se han tratado argumentos teóricos relacionados con el estudio de la preparación psicológica de los luchadores escolares, a partir de las insuficiencias existentes se determinó la necesidad de la confección de un software para la preparación de los entrenadores de lucha para el trabajo psicológico con los atletas de la categoría escolar. En el proceso investigativo se utilizaron métodos en el orden teórico como el análisis y síntesis, histórico y lógico, inducción-deducción y en los empíricos: la encuesta, la entrevista y

la observación. La herramienta informática facilita la optimización en el proceso de planificación psicológica del entrenamiento deportivo, se toma como punto de partida las características y exigencias de la lucha olímpica. Desde un soporte teórico - metodológico y práctico se puede aplicar las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación en función de la preparación del entrenador de lucha en el trabajo psicológico con atletas escolares.

Palabras clave. Preparación psicológica, Lucha, software, preparación del entrenador, Nuevas tecnologías de la información y la comunicación

ABSTRACT

In studies carried out in the training of the students of the masters directed by the Center for the Study of Therapeutic Physical Activity and Combat Sports (AFIT / COM), theoretical arguments related to the study of the psychological preparation of school fighters have been addressed. From the existing insufficiencies the preparation of software for the preparation of the coaches of struggle in the psychological work with the athletes of the school category was determined. In the research process methods were used in the theoretical order such as analysis and synthesis, historical and logical, induction-deduction and in the empirical ones: the survey, the interview and the observation. This computer tool allows optimization in the process of psychological planning of sports training, taking as a starting point the characteristics and requirements of the Olympic fight. From a theoretical - methodological and practical support, the New Information and Communication Technologies can be applied in function of the preparation of the fight trainer in the psychological work with school athletes.

Key words: Psychological preparation, Fight, software, coach preparation, New

information and communication technologies

INTRODUCCIÓN

La Lucha Olímpica en Cuba constituye, uno de los principales paradigmas del movimiento deportivo cubano, tanto por los resultados históricos-competitivos logrados en el área internacional, como por la calidad integral de la formación y conducta de sus exponentes.

En la actualidad en las condiciones en que se desarrolla el entrenamiento deportivo cubano y sus modelos psicológicos, es fundamental la integración de las Nuevas tecnologías de la información y la comunicación (NTIC) en los sistemas de formación y desarrollo del deportista, a partir de que permiten optimizar recursos, tiempo y buscar una mayor lógica en la dinámica de trabajo de los entrenadores. A su vez, constituyen una herramienta para evaluar los procesos psicológicos que no siempre en la literatura aparecen las vías para hacerlo.

Han sido varias las investigaciones utilizadas como herramientas informáticas para la preparación del deportista, como antecedentes de la aplicación de las NTIC en el Centro de Estudio Nacional de Deportes de Combate, se pueden citar investigaciones desarrolladas por autores

como González (2009), quien propone un sistema informático para evaluar la preparación física de los taekwondistas juveniles del sexo masculino en Holguín; Pelegrín (2011) propone un Sistema informático para la gestión del proceso de entrenamiento deportivo en los deportes de combate y Rodríguez (2012) elabora un Software educativo de preparación teórica a taekwondistas escolares en la Escuela iniciación deportiva escolar.

El autor considera necesario distinguir que los dos primeros trabajos antes mencionados están concebidos para el uso de las NTIC en el proceso de control del entrenamiento deportivo y el tercero para el proceso de enseñanza aprendizaje de los contenidos teóricos del taekwondo en los estudiantes del preuniversitario.

El tema tratado constituye una problemática que abre paso a nuevos estudios, si se concibe el empleo de las NTIC como elemento a utilizar a favor del sistema de preparación del luchador desde la etapa escolar hasta el alto rendimiento. Es importante reconocer que en la actualidad resultan insuficientes las investigaciones dirigidas al uso de las NTIC en los procesos de preparación de los deportistas, con énfasis en el

entrenamiento de los luchadores y encaminadas al componente psicológico.

Sobre esta base, en el estudio teórico realizado se evidencia un predominio y jerarquización de la aplicación de software en función de las direcciones físicas, teóricas y tácticas del luchador, así como en otros deportes de combate, en detrimento de la preparación psicológica. A su vez, no se dispone de los indicadores y vías para la aplicación de un software en función de la preparación del entrenador para el trabajo psicológico con los atletas de lucha escolar.

A raíz de un diagnóstico desarrollado en el curso escolar 2017- 2018 en la Escuela de iniciación deportiva escolar (Eide) de Holguín, en el deporte de lucha, mediante la aplicación de instrumentos y técnicas científicas, se logró evidenciar las siguientes limitaciones: resulta insuficiente el tratamiento teórico, metodológico y en el orden evaluativo que se le ofrece al proceso de preparación psicológica de los luchadores; limitaciones en los indicadores, vías y formas para la aplicación de un producto informático en función de la preparación de los entrenadores para orientar el trabajo psicológico con los luchadores de la categoría escolar y no se aprovechan las potencialidades de las

NTIC como una herramienta metodológica para enfrentar su preparación en el componente psicológico del deporte lucha.

Estos criterios permitieron declarar el problema científico: ¿Cómo favorecer la preparación de los entrenadores de lucha de la categoría escolar para orientar el trabajo psicológico con el apoyo de las NTIC? Para su solución se propone un software orientado a la preparación del entrenador para el trabajo psicológico con los atletas escolares de lucha.

METODOLOGÍA

Para la realización de la presente investigación, se consideró como población a los 23 entrenadores de lucha de la provincia de Holguín. Se tomó una muestra intencional de 15 entrenadores, los que representan el 65,21 % del total. Su selección se orientó a partir de los siguientes criterios de inclusión:

- Pertenecer al municipio Holguín y laborar con la categoría escolar.
- Haber promovido atletas para eventos provinciales, nacionales y para la Eide de Holguín.

Los entrenadores presentan más de 12 años de experiencia pedagógica y de ellos, 13 son licenciados, 1 jefe de cátedra y solo

1 tiene la categoría científica de máster en deportes de combate.

El estudio se desarrolló en el curso escolar 2017-2018 y tuvo como objetivo valorar el tratamiento de los componentes de la preparación psicológica y las vías para su control desde la macroestructura de la preparación a los atletas escolares de lucha. Se orientaron cuatro fases que conforman la metodología seguida con el desarrollo de la investigación, ellas fueron: de diagnóstico, de elaboración del software, de aplicación del software y de evaluación de los resultados. Durante el proceso investigativo se emplearon los siguientes métodos y procedimientos:

Métodos del nivel teórico:

El análisis - síntesis se utilizó en la elaboración de los fundamentos teóricos y en el procesamiento de la información. El histórico - lógico permitió conocer los antecedentes, evolución y el desarrollo actual del tema estudiado, así como algunas propuestas realizadas por investigadores. La inducción- deducción facilitó el análisis del sujeto de investigación al aplicar la propuesta y realizar valoraciones sobre su efectividad.

Métodos empíricos:

La encuesta estuvo dirigida a conocer el estado de opinión acerca de la construcción de un software para la preparación del entrenador en el trabajo psicológico con los luchadores escolares. La entrevista en la obtención de información, la búsqueda de opiniones y los conocimientos de expertos; además de recopilar elementos para el análisis del sistema. La observación se aplicó con el objetivo de valorar el tratamiento a la preparación psicológica, en las etapas de la preparación del atleta escolar de lucha. La revisión de documentos permitió entender y recopilar los requerimientos funcionales del sistema. El criterio de especialistas facilitó la evaluación del nivel de pertinencia del software elaborado.

Métodos matemáticos- estadísticos:

Se aplica la estadística descriptiva con distribución de frecuencia: para el procesamiento de los datos resultados de la aplicación de los instrumentos. Y como procedimiento el cálculo porcentual para valorar el nivel de conocimientos de los entrenadores y especialistas acerca de la preparación psicológica y de la aplicación de las NTIC en el ámbito del entrenamiento del luchador.

Análisis de la etapa factoperceptual.

Resultados del diagnóstico aplicado

Para el estudio diagnóstico se emplearon los siguientes métodos y técnicas científicas:

- Se aplicó una encuesta a los 15 entrenadores de lucha del municipio de Holguín, la cual se orientó al conocimiento de los entrenadores acerca de los componentes de la preparación psicológica y al empleo de las NTIC para su aplicación en el proceso de preparación del luchador.
- Se realizó el análisis y revisión de los programas de preparación del deportista de lucha, categoría escolar en función del tratamiento al proceso de preparación psicológica y el empleo de las NTIC con vistas al desarrollo del entrenamiento.
- Logra instrumentarse para la evaluación del nivel de pertinencia del software, una encuesta a los especialistas.
- Se aplicó una guía de observación estructurada, la cual estuvo dirigida a valorar el tratamiento a la preparación psicológica en las etapas de la preparación del atleta escolar de lucha.

Para la consecución del diagnóstico se siguió la siguiente guía metodológica:

1. Determinación de las dimensiones e indicadores que permitieron diagnosticar el tratamiento desarrollado por los entrenadores para orientar la preparación psicológica y las vías para establecer los procedimientos del control de esta preparación en la lucha categoría escolar: para su determinación se tuvieron en cuenta los criterios teórico - metodológico e indicadores asumidos en las investigaciones de Petrovsky (1980); Martínez (1997); Rubinstein (1964) ; Núñez (2001); Russell, L. (2005) y, así como se consideraron los criterios de algunos especialistas.
2. Selección y elaboración de los instrumentos que sustentan científicamente la obtención de la información adecuada del estado actual del aspecto analizado: para la elaboración de los métodos y técnicas se consideraron sus requisitos, su nivel de confiabilidad y validez científica.
3. Aplicación del diagnóstico: para su consecución se considera aplicar en la propia medida del desarrollo del entrenamiento, los métodos y técnicas, atendiendo al objetivo trazado.

4. Procesamiento e interpretación de los resultados: se asume una valoración cualitativa para la valoración de los resultados obtenidos, se recopila toda la información arrojada con la aplicación de los métodos y técnicas y se asume la aplicación de la estadística descriptiva.
5. Valoración final de los resultados de la revisión al Programa de preparación del luchador de la categoría escolar.

RESULTADOS

Componentes del software orientado a la preparación del entrenador para el trabajo psicológico con los atletas escolares

En la construcción del software para la preparación del entrenador en el trabajo psicológico con los luchadores escolares. Se utiliza el Proceso Unificado de Rational o (RUP), actualmente propiedad de International Business Machines Corporation (IBM, 2018), quien es una empresa multinacional estadounidense de tecnología y consultoría, basada en el Lenguaje Unificado de Modelado (UML), lenguaje gráfico para visualizar, especificar, construir y documentar un software; el cual se divide en las cuatro fases siguientes:

Fase de inicio:

- Se realiza el análisis de las necesidades de los entrenadores de lucha categoría escolar dirigido al proceso de preparación psicológica, donde se pudo observar las insuficiencias presentes en el deporte.
- Se parte del estudio bibliográfico desarrollado, se crean las bases para el control de la preparación psicológica a partir del perfil de exigencias de los luchadores escolares.
- Se establece un diseño que incluye los instrumentos de control de la preparación psicológica a partir del perfil de las exigencias del deporte.
- Se realiza un estudio sobre las pautas del diseño de interfaz adecuado

Fase de elaboración:

- Se depuran los instrumentos que serán utilizados en el software.
- Se refinan los requerimientos de diseño gráfico, sobre la base de las pautas de la preparación psicológica establecida.

Fase de construcción:

- Se realizan pruebas del software, diseño del sistema instruccional, comunicacional y gráfico, contra los criterios de evaluación previamente establecidos. Donde se utilizó como herramienta principal el Mediator 8.0

que es la plataforma en la que está sustentada este software, así como Adobe Photoshop para la implementación gráfica de las interfaces.

Fase de transición:

Se realiza la evaluación del producto por parte de los usuarios (entrenadores y directivos del deporte). En esta etapa se da una versión de prueba a los usuarios para que determinen si a partir de las funcionalidades de este software el mismo le es factible para el trabajo psicológico.

El software titulado “Media Trainer de Lucha deportiva”, le facilita el trabajo en la planificación de la preparación psicológica del proceso de entrenamiento deportivo a los entrenadores de la Eide provincial de Holguín, el cual fue implementado a decisión de los mismos para profundizar sobre el desarrollo alcanzado por los atletas y poder realizar una planificación adecuada de las sesiones de entrenamiento, particularizando a partir de la personalización del entrenamiento.

Estructura del software

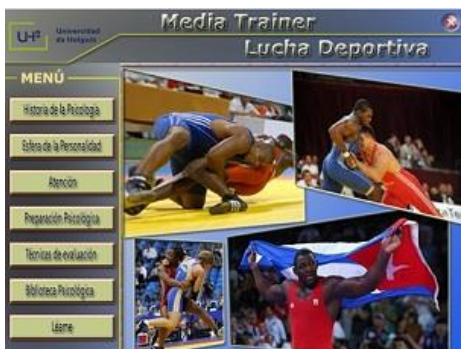


Fig. 1. Portada del Software

Funcionamiento del software

El software consta con un menú inicio compuesto a su vez por 7 botones. Donde en el primero "Historia de la Psicología" (Ver anexos, fig. 1), se tratan los siguientes temas:

- Los antecedentes, origen, evolución y desarrollo de la psicología a nivel mundial
- Historia de la Psicología del Deporte en Cuba
- Los temas fundamentales que han caracterizado a la Psicología del Deporte en Cuba.
- Especificidad de la Preparación psicológica de los deportistas cubanos, entre otros. (Ver anexos fig. 1 y fig. 2)

El segundo botón "Esfera de la personalidad", (fig. 2), al darle clic o ser presionado muestra las esferas de la

personalidad, dentro de cada una de ellas, hay una dinámica lógica e intuitiva de contenidos, de los que el entrenador de lucha puede nutrirse y llevarlos al entrenamiento. Este vínculo ofrece información completa y detallada de cómo es el funcionamiento de la psiquis y de cómo son los procesos psicológicos por los cuales pasan los atletas en los diferentes momentos, tanto del entrenamiento como de las competiciones. Ello es una herramienta clave para poder realizar la individualización del entrenamiento a partir de las características personales de los atletas y llevarlo a un óptimo desempeño en la planificación psicológica en el entrenamiento deportivo.

El tercer botón "Atención", está enfocado a brindarle al entrenador el cómo funciona el proceso de atención psicológica de los atletas. Tiene como contenidos los conceptos, tipos y características de la atención como proceso psicológico, es por ello que su función es reforzar el resto de los procesos psíquicos del deportista, para garantizar la eficiencia de los mismos y con ello, la actividad que estos regulan. (Ver anexos, fig. 3)

El cuarto botón "Preparación psicológica", (Ver Anexos fig. 4), aquí se hace énfasis a:

- Cuáles son las exigencias que plantea la lucha a la preparación del entrenador para el trabajo psicológico con los atletas escolares. Dentro de estas exigencias están los criterios dados por diferentes autores.
- El proceso de preparación psicológica en los luchadores escolares. Se expone el perfil de exigencias de los atletas de lucha de la categoría escolar, así como las características psicológicas de estos atletas.
- Cuál es la estructura de la planificación a la hora de realizar la preparación psicológica con dichos atletas.

El quinto botón "Técnicas de evaluación", (Ver anexos, fig. 5), se muestran las diferentes técnicas de evaluación o test, que el entrenador puede efectuarle a los atletas. Un variado número de técnicas sobre los distintos procesos cognoscitivos que les permitirían a los entrenadores, conocer el estado actual psicológico de sus atletas y así poder realizar una

mejor planificación de esta preparación dentro del sistema de entrenamiento deportivo.

En el sexto botón "Biblioteca Psicológica", (Ver anexo, fig. 6), el entrenador tendrá un resumen de contenidos y literaturas actualizadas sobre la preparación psicológica, facilitándole la información necesaria para realizar una correcta planificación de la preparación psicológica, partiendo de las especificidades de cada atleta.

El séptimo botón "Léame", (Ver anexo, fig. 7), al acceder aquí el usuario tendrá las especificaciones y requerimientos mínimos necesarios para la utilización del software. Cuenta, además, con un manual de ayuda que le permitiría un mejor desempeño a la hora del trabajo con la herramienta informática.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Valoración del nivel de pertinencia del software orientado a la preparación del entrenador de lucha para el trabajo psicológico con los luchadores escolares. Resultados del criterio de especialistas

En el proceso de selección de los especialistas se tuvo en cuenta que los mismos fueran los más indicados para emitir criterios acerca del nivel de pertinencia del software informático elaborado y su significación en la aplicación práctica, a partir de valorar los siguientes indicadores:

1. Experiencia de los especialistas
2. Conocimiento del tema de investigación vinculado con la informática y la producción de software en la formación y superación profesional
3. Actualidad laboral relacionada con el área de la informática y la creación de software
4. Nivel científico y práctico en el área investigada.

En el proceso de investigación se logró consultar un total de 28 especialistas con más de 15 años de experiencia pedagógica, de los cuales 4 son doctores en ciencias de la Cultura Física, 5 están calificados con títulos de másteres en ciencias, 4 son especialistas en el área de las NTIC de la Facultad de Cultura Física y

del Pedagógico de Holguín y 15, entrenadores con experiencias en los deportes de combate y en la lucha específicamente.

A los especialistas se les aplicó una encuesta, en la que se solicita realizar una evaluación del software informático, a partir de categorías evaluativas de: muy alto, alto, aceptable, bajo y muy bajo a los indicadores propuestos.

Se les entregó un documento científico-metodológico, que consta de un objetivo general, los contenidos que posee el propio software, el cual contiene etapas y momentos de la preparación psicológica orientada al luchador, de acuerdo con las exigencias de este deporte, así como técnicas de evaluación. El documento fue entregado y revisado por los especialistas, quienes emitieron sus opiniones y recomendaciones en cuanto a los aspectos nivel científico del software, enfoque didáctico, importancia de esta herramienta y posibilidades de aplicación.

En la siguiente tabla 1 se resumen los resultados de la consulta a los especialistas.

Tabla 1. Resultados de la consulta a los especialistas

Indicadores	Muy alto	%	Alto	%	Aceptable	%	Bajo	%	Muy bajo	%	Total	%
Nivel científico	7	25	11	39,28	10	39,28	0	0,00	-	0	28	0
Enfoque didáctico	3	10,71	18	64,28	7	25	0	0,00	-	0	28	0
Importancia	19	67,86	6	21,42	3	10,71	0	0,00	-	0	28	0
Posibilidades de aplicación	14	50,00	8	28,57	5	17,85	1	0,00	-	0	28	0

Se realizó el análisis de los resultados y se evidenció en el indicador *nivel científico del software* que la calificación de muy alto por 7 profesores, lo que representa un 25 %; 11 de alto, para un 39,28 y 10 de aceptable, para un 35,71%, representa para estos tres parámetros el 100%. LO antes expuesto evidencia su aceptación desde el punto de vista científico.

En el *enfoque didáctico*, 3 especialistas lo consideraron de muy alto, para un 10,71%; 18 de alto, para un 64,28 % y 7 de aceptable, para un 25%. Este indicador fue evaluado de muy positivo para la investigación.

En el aspecto de la *importancia*, 19 expertos lo evalúan de muy alto, para un 67,86%; 6 de alto, para un 21,42%, y 3 de aceptable para un 10,71%. El 100% del total de los encuestados reconocieron la

existencia del software como muy significativo.

En el indicador *posibilidades de aplicación*, 27 personas de 28 lo evaluaron entre muy alto, alto y aceptable, lo que representa el 96,42 %, solo una persona lo evaluó de bajo, representando un 3,6 %, lo que demuestra las potencialidades que tiene el Software diseñado para llevarlo a la práctica.

Las 28 personas encuestadas, evaluaron de muy alto, alto y aceptable la *importancia del software*, este análisis permite afirmar que es de gran interés el tema, y que es posible emplear este en la preparación psicológica de los atletas. Los juicios especializados en torno a la herramienta, son concluyentes al adjudicarle a esta, una categoría de “Muy Adecuado”, lo cual indica las potencialidades que ofrece para

la preparación de los entrenadores de lucha deportiva de la provincia de Holguín, en la categoría escolar.

En sentido general, los 28 especialistas consideraron de pertinente el software informático y sugieren a los investigadores incluir otras pruebas para poder aplicarlo en topes y competencias en función de tener un mejor control de la preparación psicológica de los atletas para realizar adecuaciones de los planes individuales. De todo el análisis anterior se infiere, que el software propuesto es viable para su puesta en práctica.

CONCLUSIONES

El software elaborado orientado a la preparación del entrenador para asumir el trabajo psicológico con los atletas escolares, presenta una estructura sustentada en la herramienta Mediator 8.0 y se compone por las etapas de la preparación psicológica orientada al entrenamiento de los atletas escolares de lucha, además contiene un grupo de técnicas de evaluación de los procesos cognitivos, afectivos motivacionales; aspectos que aseguran la preparación del entrenador para contribuir a la formación de los deportistas.

La aplicación del criterio de los especialistas para determinar la pertinencia y la significación práctica del software diseñado, presenta rigor científico, posibilidades de aplicación y la confirmación científica para su posible implementación en el proceso de preparación de los entrenadores de Lucha para el trabajo psicológico con los atletas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

González, J. (2009) *Sistema informático para evaluar la preparación física de los taekwondistas juveniles del sexo masculino de la provincia de Holguín*. Holguín (Tesis de maestría. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte) Centro de Estudio de Deportes de Combate.

International Business Machines Corporation (IBM) (2018) *Proceso Unificado de Rational o (RUP)*. Recuperado de <http://programaonline.net>

Martínez (1997) *La investigación cualitativa etnográfica en Educación*. México: Trillas S.A

Núñez, C. R. (2001). *Plan psicopedagógico para la preparación volitiva de taekwondokas*. (Tesis de doctorado) Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”, La Habana, Cuba.

Pelegrín Carrión, S. (2011) Sistema informático para la gestión del proceso de entrenamiento deportivo en los deportes de combate. *Deporvida*, 9 (17), 33-48. Recuperado de <https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/174/206>

Petrovsky, A.V. (1980) *Psicología general*. Moscú: Editorial Progreso.

Rodríguez Brea, A. (2012) *Software educativo de preparación teórica a taekwondistas escolares en la Escuela Iniciación Deportiva Escolar*. (Tesis de maestría, Universidad de Ciencias de la cultura Física y el Deporte) Centro de Estudio de Deportes de Combate, Holguín.

Rubinstein, S. L. (1964) *El Desarrollo de la psicología. Principios y métodos*. La Habana: Ed. Nacional de Cuba.

Russell, L. (2005) *Modelo de planificación de la preparación psicológica del deportista*, (Tesis de maestría)

Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”, La Habana, Cuba.

Datos de los autores

Arnaldo Jesús Amaro Quiñones
Profesor Instructor
Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física y Deporte.
aamaroq@uho.edu.cu

Yasser Russell Suárez
Profesor Titular
Doctor en Ciencias de la Cultura Física
Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física y Deporte
yrussell@uho.edu.cu

José Luis González Ramírez
Máster en Deportes de Combate
Profesor Auxiliar
Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física y Deporte
jlgonzalez@uho.edu.cu

ANEXOS



Fig. 1. Opción historia de la Psicología



Fig. 2. Opción Esfera de la personalidad



Fig. 3. Opción Atención



Fig. 4. Opción Preparación psicológica



Fig. 5. Opción Técnicas de evaluación



Fig. 6. Opción Biblioteca psicológica



Fig. 7. Opción Léame