

El entrenador deportivo y el proyecto de vida socioinclusivo de atletas

Laritz Raquel del Risco López

Universidad Ignacio Agramonte. Cuba. laritz.raisco@reduc.edu.cu <https://orcid.org/0000-0002-8603-2892>

Milena Jorge Ibarra

Universidad Ignacio Agramonte. Cuba. milena.jorge@reduc.edu.cu <https://orcid.org/0000-0002-3681-0772>

Yoetsy Fernández González

Universidad Ignacio Agramonte. Cuba. yoetsy.fernandez@reduc.edu.cu <https://orcid.org/0000-0002-1336-0334>

Recibido: 25/V/2023

Aceptado: 5/IX/2023

Publicado: 1/X/2023

Resumen: El artículo brinda un análisis del papel del entrenador que labora en los combinados deportivos, lo que se convierte en el reto fundamental para las exigencias y cambios en los modos de actuación de este en los espacios de entrenamiento, si se tiene en cuenta el rol en la proyección futura del atleta. En este proceso tiene su lugar la mediación en la creación y seguimiento al proyecto de vida del atleta desde una perspectiva socioinclusiva, el resultado final el atleta en el deporte. Desde estos aspectos se abre paso a un análisis teórico que pondera el valor que se le concede a la realización de proyectos de vida por parte de los atletas y que requiere la actuación del entrenador. En la investigación se emplearon el método analítico – sintético y el inductivo – deductivo. El análisis manifiesta la sistematización teórica realizada mediante consultas bibliográficas especializadas en la esfera deportiva y que destacan desde el trabajo en los combinados deportivos donde tiene lugar la iniciación deportiva.

Palabras clave: entrenador; proyecto de vida; deporte; inclusión socioinclusiva; atleta



The sports coach and the social and inclusive life project of athletes

Abstract: The article provides an analysis of the role of the coach who works in the sports centers, which becomes the fundamental challenge for the demands and changes in the modes of action of the coach in the training centers if his role in the future prospect of the athlete is taken into account. In this process, mediation takes place in the creation and monitoring of the athlete's life project from a social and inclusive perspective; the end results the athlete in sport. A theoretical analysis that weighs the value that is given to the realization of life projects by athletes and that requires the performance of the coach is carried out. Methods, such as analysis-synthesis and inductive-deductive, were used in the research. The analysis shows the theoretical systematization carried out through bibliographic consultations specialized in the sports field.

Keywords: coach; life project; sport; social and educational inclusion; athlete

O treinador desportivo e o projeto de vida sócio-inclusivo dos atletas

Resumo: O artigo oferece uma análise do papel do treinador que atua nas equipas desportivas, que se torna o desafio fundamental para as demandas e mudanças nos modos de atuação deste nos espaços de treinamento, se o papel na projeção futura do atleta for levado em consideração. Neste processo, a mediação ocorre na construção e acompanhamento do projeto de vida do atleta numa perspectiva sócio-inclusiva; o resultado final do atleta no desporto. A partir destas perspectivas, abre-se uma análise teórica que pondera o valor que é atribuído à concretização de projetos de vida pelos atletas e que exige a atuação do treinador. Na pesquisa, foram utilizados o método analítico-sintético e o método indutivo-dedutivo. A análise manifesta a sistematização teórica realizada por meio de consultas bibliográficas especializadas na esfera desportiva e que se destacam, a partir do trabalho nas equipas desportivas onde ocorre a iniciação desportiva.

Palavras-chave: treinador; projeto de vida; esporte; inclusão socioinclusiva; atleta

Introducción

El proyecto social cubano desde su plataforma política y su proyección social promueve el derecho a acceder al deporte de calidad, de forma gratuita, accesible para todos sin distinción

alguna, equitativa y de calidad, orientado hacia el pleno desarrollo integral de la personalidad. Es inclusivo por naturaleza.

En Cuba cuando se refiere a la inclusión desde la actividad deportiva, es en primer lugar hablar de derechos, que no solo se conocen, sino que se ejercen y disfrutan plenamente. Para que el enfoque inclusivo se asuma desde la política social tiene que estar obligatoriamente sustentado en la legislación.

La inclusión en el deporte encierra un conjunto de ideas que orientan y reconocen el derecho de todos a la actividad deportiva de calidad, independientemente de sus particularidades y características, lo que condicionan las variabilidades en su desarrollo. Es de destacar que se propicie la inclusión social como individuos plenos en condiciones de poder disfrutar las posibilidades que ofrece y contribuir al perfeccionamiento, con principales núcleos como: diferencia, diversidad, equidad, inclusión (social y educativa) y participación social. El entrenador juega un papel protagónico en los procesos que ocurren en la práctica deportiva.

Desde esta perspectiva, el deporte inclusivo, es la práctica conjunta de una actividad física de sujetos con y sin discapacidad. En la cual el entrenador debe ajustar el entrenamiento a las posibilidades de los practicantes. Lo que conlleva a mantener el objetivo de la especialidad deportiva que se trate.

Para ello, la orientación y seguimiento por parte del entrenador de un proyecto de vida elaborado de conjunto con los atletas, representa una materia de gran importancia a la hora de afrontar conflictos y construir relaciones colaborativas que permitan llevar a cabo una inclusión social en el deporte. Una limitante está asociada a que en ocasiones los entrenadores deportivos no poseen pleno conocimiento de cómo actuar ante el reto de intentar dar respuesta a la diversidad presente en las instalaciones deportivas. Lo que se constituye en barrera que dificulta la inclusión social de los deportistas.

Optar por el desarrollo de instalaciones deportivas que apuestan por la inclusión social y educativa, significa dotar de un valor añadido al proceso de enseñanza-aprendizaje del deporte. Por lo tanto, un combinado deportivo con una mirada inclusiva, es aquel en el que todo deportista tiene garantizado el acceso a la totalidad de las condiciones en cualquiera de las acciones formativas deportivas que se realizan por parte del personal de la instalación, además de garantizar



la participación de todos en su desarrollo. En este sentido, se deben orientar los contenidos y las sesiones hacia el desarrollo de valores y actitudes que potencien procesos de educación inclusiva en los deportistas.

Ante este panorama se considera pertinente revelar los argumentos relacionados con el desempeño del entrenador como mediador en la proyección de vida con perfil socioinclusivo del atleta desde los combinados deportivos.

Métodos

En la investigación se emplearon métodos del nivel teórico del conocimiento como:

- Analítico - sintético: que favorece la interpretación, proceso y sistematización de la información obtenida desde los aspectos teórico y empírico lo que facilite emitir los juicios y criterios.

- Inductivo - deductivo: que permite constatar las regularidades, especialmente las referidas a los elementos teóricos y metodológicos exigidos, llegar a generalidades.

- Se suma la consulta bibliográfica realizada. Artículos científicos, textos impresos y en soporte digital, resoluciones y circulares formuladas por el Ministerio de Educación y el Instituto Nacional de Deporte y Recreación (INDER); Publicaciones realizadas en Internet.

Resultados

El Estado orienta, fomenta y promueve la cultura física, la recreación y el deporte en todas sus manifestaciones, como medio de educación y contribución a la formación integral de los educandos. La actividad física y el deporte es un derecho conquistado, situado en el plano exacto: conectada, causante, habilitante del bienestar, el conocimiento y la plenitud del ser humano.

En Cuba el Estado crea las condiciones para garantizar los recursos necesarios dedicados a la promoción y práctica del deporte y la recreación del pueblo, así como para la preparación, atención y desarrollo de los talentos deportivos. El sistema nacional de educación garantiza la inclusión de la enseñanza y práctica de la educación física y el deporte como parte de la formación integral de la niñez, la adolescencia y la juventud.

Para Lorente (2020) las excelencias proclamadas (sobre todo desde ámbitos de la educación física y el deporte) acerca de la idoneidad de las actividades deportivas como vehículo de formación en valores físicos, síquicos, espirituales y sociales, obligan, en mayor medida, a ubicar

las actividades deportivas de los escolares dentro de una estrategia educativa integral. Esta inserción del deporte escolar en el modelo educativo debe contemplarse en la regulación normativa del deporte escolar. Y deben establecerse las garantías suficientes para que, desde cada comunidad educativa, se puedan precisar los objetivos que se quieren conseguir a través del deporte. La idea es generar un ambiente de inclusión mediante el deporte, ya que practicarlo no supone sólo una actividad física. El deporte permite obtener valores, una disciplina y sobre todo un desarrollo personal y social.

Un elemento importante es que según García (2007): "La mediación de los entrenadores es trascendental en la incorporación, formación y desarrollo de los atletas para incrementar sus rendimientos y hasta en efectos contraproducentes al deporte, como es el abandono por los participantes." Uno de los aspectos señalados en el rol del entrenador, es que su desempeño está mediado por la capacidad para reaccionar ante las características y requerimientos de sus atletas y, como es lógico, dentro de esa interacción los deportistas van a reaccionar a la conducta del entrenador, por lo que este debe de prever y actuar en consecuencia con la complejidad de los factores que intervienen en su labor. Este autor en sus estudios construyó una serie de propuestas que definen las tareas que debiera ejercer un entrenador en el marco del deporte actual.

Es significativo, apoyar los esfuerzos para educar y desarrollar mediante el proyecto de vida la planificación del futuro de los atletas. Estas son iniciativas que combinan el desarrollo cultural con la práctica deportiva y la promoción de espacios deportivos para el fomento de la convivencia. Estos aspectos, representan nuevas formas de trabajar desde la actividad física y deportiva más igualitaria y comprometida con el entorno social y cultural y por ende socioinclusivo. Para D' Angelo (2000) la formación para el desarrollo integral de los proyectos de vida supone, efectivamente, la interrelación de los aspectos físicos, emocionales, intelectuales, sociales y espirituales del individuo en la perspectiva de la configuración del campo de las situaciones vitales bajo el prisma crítico-reflexiva creativo de su acción en las diferentes esferas de la vida. En esta línea de pensamiento, Reina (2010) es del criterio que en la elaboración de un proyecto de vida es importante la capacidad, habilidad y posibilidades reales que posee el individuo en el logro de sus objetivos generales, el carácter movilizador de las necesidades implicadas en la consecución de estos fines deseados.



La elaboración de esta proyección, según Domínguez (2006) aunque se gesta desde edades tempranas del desarrollo, se estructura a nivel de formaciones motivacionales complejas en la juventud, expresándose en los ideales y la concepción del mundo.

A pesar de que existen distintas concepciones en torno a la determinación de los límites entre la adolescencia y la juventud como diferentes etapas del desarrollo ontogenético se concibe, en líneas generales, la juventud entre 17 a 21 años para los varones y 16 a 20 años para las hembras. Todo esto está en función del logro de la independencia y la culminación de los estudios, ya que los límites de las diferentes etapas constituyen y se construyen de aspectos psicológicos y sociales también.

Para Domínguez (2006), esta etapa de plenas potencialidades para la personalidad, que se caracteriza por su capacidad de autodeterminación, es un resultado de todo el proceso de su educación, la cual debe dirigirse desde las edades tempranas a la formación de la personalidad como individualidad, como sujeto activo y reflexivo, consciente de sus posibilidades y comprometido con su realidad. Un rasgo que tipifica la etapa de la juventud es la formación de los planes de la vida.

Para Vygotsky (1986), la situación social del desarrollo en esta etapa, conduce al proceso de autodeterminación de la personalidad, en consonancia con las tareas y exigencias que el joven debe cumplimentar. La posibilidad de alcanzar este nivel de regulación también dependerá de las condiciones de vida y educación en las que haya transcurrido el desarrollo de la personalidad, de si dichas condiciones han preparado al sujeto para actuar en base a propósitos conscientemente adoptados, que mediatizan las contingencias situacionales.

El mercado laboral demanda una elevada calificación y especialización, lo que retrasa la incorporación plena de los jóvenes a la vida laboral y también al matrimonio. Esto explica que los objetivos, metas y deseos profesionales se jerarquicen sobre otros, y a su vez, los proyectos encaminados a la creación de la familia propia se posterguen. Esta jerarquización de los proyectos se observa en la mayoría de los jóvenes, independientemente de su posición social: trabajadores estatales y por cuenta propia, estudiantes y jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo. Esto indica que la posición interna del joven, como resultado de todo su desarrollo anterior y de las características de su “situación social del desarrollo”, condiciona en buena medida el contenido de los proyectos futuros hacia las esferas esenciales de la vida en esta etapa del desarrollo humano.

Los objetivos, aspiraciones y metas que integran los principales proyectos futuros de los jóvenes se asocian a esferas tales como la profesión, el estudio, el trabajo, la familia, la realización personal, el empleo del tiempo libre y la búsqueda de caminos que les permitan satisfacer sus necesidades materiales.

El carácter activo del sujeto, en la proyección de su futuro, se evidencia en las diversas estrategias que asume para enfrentar las dificultades o potenciar las posibilidades del entorno en favor del logro de sus objetivos, metas y deseos.

El nivel de estructuración de los proyectos, su temporalidad, la elaboración y factibilidad de las estrategias que diseña el joven para lograrlos, así como su implicación activa en el proceso que conduce a la obtención de los objetivos deseados, constituyen importantes contenidos y mecanismos psicológicos distintivos de la personalidad sana y madura.

Una posición que se incorpora, aunque distinta, es la que adopta Ruiz (2011), quien propone, elaborar proyectos personales de vida con jóvenes a partir de historias de vida y de un modelo de toma de decisiones que fortalezca aspectos personales, laborales y profesionales. Por lo que es importante incentivar en esta etapa del desarrollo la toma de decisiones.

Coincidente lo planteado por Lomelí et al. (2016) al referir que los proyectos de vida son el resultado de la articulación entre la toma de decisiones racional y emocional. O sea, no solo se debe a un proceso estrictamente cognitivo, sino que está influenciada por las condiciones personales de cada individuo; refieren las emociones, sensaciones, sentimientos, temperamento, necesidades, intereses. Asocian la proyección de la vida futura con la capacidad para elaborar las metas y los objetivos en el ámbito personal, social, cultural, laboral y moral.

Para Domínguez (2006) esto significa que el joven adopte una decisión conscientemente fundamentada y elabore una estrategia encaminada al logro de objetivos mediatos, que regulan el comportamiento presente en base a lo decidido. Esta toma de decisión debe ser resultado de la valoración que realiza el joven de sus intereses y capacidades, de las posibilidades objetivas de hacer realidad sus aspiraciones y de los principales requerimientos de la sociedad. Solo combinando acertadamente estos criterios, podrá encontrar la vía más adecuada de realización personal en esta esfera.



Según Castañeda y Niño (2007), debe acompañarse, en la reflexión sobre cómo el mundo profesional le abre perspectivas de vida a nivel personal, familiar, social, cultural y económicas, en las que tendrá que evaluar la coherencia entre su rol profesional y su sentido humano. Elemento importante la formación humanista que caracteriza la educación. Posición que refuerza la necesidad de promover el autoconocimiento y el conocimiento como puntos de partida y escenarios que desafían a los atletas a tomar decisiones, articuladoras y coherentes.

Por una parte, el plan de la vida surge como resultado de la generalización y ampliación de los objetivos que se plantea el individuo, de la integración y la jerarquización de sus motivos y del proceso de formación del núcleo estable de las orientaciones valorativas, que subordinan a sí mismas las aspiraciones transitorias, particulares. Por otra parte, tiene lugar un proceso de concreción y de diferenciación de los objetivos y motivos. O sea, trasciende hacia un ideal como modelo abstracto y a veces inaccesible, y se concreta paulatinamente un plan de actividad más o menos realista y orientada hacia la realidad. El plan de la vida es un fenómeno de orden social y ético al mismo tiempo.

Discusión

Según la experiencia de los autores y la sistematización teórica, se debe tener en cuenta el papel del entrenador como portador de los recursos educativos, didácticos y tecnológicos que pone a disposición del atleta para la realización y obtención de su proyección de vida hacia el perfil deportivo y a la vez socioinclusivo. Los entrenadores son facilitadores del desarrollo integral y de las potencialidades del atleta, además les corresponde mediar en la definición del proyecto de vida personal y profesional acorde a las características personales y las demandas sociales.

El entrenador, debe responder a una serie de cualidades: maestro, poseer conocimientos científicos, disciplinario, conocedor de las diferencias individuales, motivador, buen comunicador y observador, empático, ejemplo, creativo, liderazgo, estrategia.

Es el entrenador el encargado de la transmisión de la experiencia, de colaborar con el atleta en la organización del trabajo, del aprendizaje continuo. Además, de la aplicación de técnicas y controles, tolerancia al estrés, puntualidad, disciplina, trabajo en equipo, colaboración, calidad, eficiencia, eficacia. Manejo de las emociones, creatividad, habilidades interpersonales, servicio, compromiso y sentido de pertenencia, planeación, ejecución y evaluación de procesos que realizan en función de potenciar el rendimiento.

Sus funciones principales están en correspondencia con la planificación, la organización y la coordinación de las acciones y actividades a desarrollar con los atletas. Lo que equivale a un proyecto de vida basado en la equidad e igualdad de oportunidades y de participación activa. De modo que promueva el alcance de objetivos socioeducativos y deportivos de los atletas.

Los entrenadores deportivos desarrollan la capacidad, la técnica y el rendimiento de los atletas profesionales o aficionados. Enseñan a los atletas o equipos como mejorar las habilidades que necesitan para tener éxito en su deporte. Su papel es crear las condiciones adecuadas para el aprendizaje y encontrar las formas de mantener la motivación de dichos atletas. Es importante, además, la ayuda en la preparación de programas de entrenamiento, el desarrollo de las habilidades y predecir el rendimiento.

De conjunto con el atleta, debe establecer los reglamentos y parámetros que se deberán cumplir en el desarrollo deportivo donde se tenga en cuenta su rendimiento y los procesos inclusivos. Es fundamental que el entrenador tenga conocimiento para la formación de la aptitud física y psicológica de los atletas, de este modo proporcionar las mejores condiciones prácticas posibles para maximizar su rendimiento.

Para ello es importante la aceptación por los atletas de la mediación de los entrenadores en la elaboración de sus proyectos personales de vida, se requiere que éstos y del accionar de la institución deportiva de modo, propicien el logro de aprendizajes y rendimiento deportivo y su permanencia en el área, o sea, dar tratamiento a su orientación vocacional hacia el deporte.

En este orden de pensamiento, debe crear una visión y una estrategia basada en las necesidades y las etapas de desarrollo de los atletas y el contexto organizacional y social, además maximizar el entorno en el que se debe tener presente las condiciones de las instalaciones, los recursos, las prácticas deportivas y la gestión de otros entrenadores y personal de apoyo.

El desafío en la práctica deportiva remite al entrenador a lograr de conjunto con el atleta una proyección de vida, por lo que es necesario asumir la inclusión centrada en la atención a la diversidad, lo que exige un ajuste en las habilidades y capacidades del atleta.

De esta manera, es importante que utilice sus deficiencias no como barreras, sino como potencialidades que le permiten el autoconocimiento, con el fin de conseguir el propósito y convertir el deporte en un elemento de realización personal, que remita a los atletas a definir



conscientemente las opciones que puede tener para conducir su vida y alcanzar el destino que se propone. De este modo, aprovechar todos los recursos que la vida ofrece a lo largo del camino. Así, poder llegar más fácil a las metas trazadas.

El constante desarrollo en el campo de los deportes adaptados a una mirada socioinclusiva, ha posibilitado visualizar y poner en práctica distintas estrategias de integración en el combinado para los atletas. En este orden de ideas, los entrenadores no deben olvidar la utilización de proyectos socioinclusivos, donde el atleta más avanzado colabore, ayude a aquellas compañeras y compañeros que necesitan apoyo durante los juegos y actividades físicas que se proponen.

Una estrategia que resulta muy beneficiosa en el trabajo con personas con movilidad reducida o dificultades de visión; la flexibilización del currículum debe convertirse en otro de los objetivos a la hora de plantear actividades, modificando las reglas y normativas de los deportes y juegos deportivos propuestos en los entrenamientos, teniendo en cuenta de esta forma toda la diversidad presente en el combinado deportivo; además, el fomento de actitudes positivas hacia la diversidad y las diferentes capacidades físicas de compañeras y compañeros, es un objetivo primordial que se puede trabajar desde los juegos de cooperación o de cooperación-oposición en equipo.

Del mismo modo, fomentar en el proyecto de vida, el uso de acciones que cubran las expectativas de los atletas. Por lo que es importante, organizar actividades que tengan como objetivo su sensibilización y capacitación. Debe ser capaz de evaluar la eficiencia y el impacto de los programas y actividades deportivas y recreativas ofrecidas en la institución.

Otro elemento importante a tener en cuenta en la realización del proyecto de vida es la estimulación moral, un eslabón esencial que compromete al deportista a mejorar sus resultados tanto deportivos como académicos y sus proyecciones hacia metas futuras.

Un aspecto clave es la interacción y el diálogo para intentar conjuntamente conocer, investigar y buscar posibles respuestas a las situaciones vitales en relación a los entrenamientos, las aspiraciones y metas de los atletas. Evidentemente este presupuesto exige la puesta en práctica de estrategias de interacción, diálogo y de trabajo cooperativo, para la búsqueda de una propuesta educativa inclusiva.

En la esfera deportiva se debe motivar a los atletas en la orientación hacia las actividades que realizan como futuros profesionales del deporte, incentivándolos, aportando experiencias de atletas retirados, figuras relevantes del deporte y glorias, que son ejemplos de tenacidad y entrega.

Al respecto, no debe limitarse a preparar al atleta para la elección de la carrera deportiva, sino que debe contribuir también a la formación integral de la personalidad; a lograr una concepción del mundo, autoconocimiento de sí mismo, autoconfianza en la toma de decisiones. También a explotar otras áreas del conocimiento que sean de su agrado y para las cuales tenga aptitud.

Para los autores del artículo, el entrenador debe utilizar como principio fundamental en la práctica del deporte la eliminación de barreras en la participación de todos los atletas y no solo de aquellos que prometan un rendimiento y un potencial, sino también lograr que sus atletas cumplan con los vencimientos de objetivos, que es una manera de evidenciar las potencialidades y el desempeño para su vida futura.

Pues es el guía para una adecuada autodeterminación de la profesión del atleta, de ahí la importancia que tiene el entrenador de crear un clima de confianza con sus atletas conocer sus necesidades y motivos para realizar un trabajo diferenciado y exitoso con sus educandos para desempeño futuros. Aprovechar todos los recursos del entorno para ayudar y acompañar en la proyección personal de vida de su atleta. En este sentido, lograr la autodeterminación y confianza en sí mismo como cualidad que se desarrolla en virtud de un proceso en base al rendimiento deportivo y que requiere de la preparación de los entrenadores para que puedan diseñar las situaciones y estrategias para la práctica deportiva.

Por tanto, se considera que en esa relación de ayuda y acompañamiento se establece el proceso de la educación de la personalidad del atleta en un contexto y condiciones determinadas, dirigido al desarrollo de la autodeterminación personal y deportiva. Elementos claves de su proyección de vida.

En este contexto es importante que el atleta no solo tenga un papel protagónico y se involucre como un ser activo y consciente en la elección deportiva; sino además logre con autonomía darle un sentido a su vida desde la perspectiva de la práctica del deporte. Así, se pondera la importancia de la elaboración de los proyectos personales de vida, como medio para estos fines.



En este acompañamiento el entrenador debe facilitar las experiencias demostrativas a través del propio proceso de autoconocimiento físico intelectual y conocimiento del deporte. Esto le permite al atleta aprender a diferenciar sus necesidades e intereses, las actitudes y las aptitudes, de tal modo que la elaboración de sus proyectos de vida sea una consecuencia de esa sucesión de prácticas. Todo relacionado con la competitividad en la ejecución del deporte que establece coherencia de forma directa con el logro de un desempeño idóneo o exitoso, como máxima aspiración, y proyección futura.

Es necesario, además, establecer relaciones positivas con los atletas y otras personas asociadas con el programa deportivo, incluido el personal del combinado. Por último, la evaluación y la reflexión sustentan un proceso de aprendizaje continuo y por ende lleva al desarrollo profesional. Además, que pondere el derecho a la actividad deportiva de calidad, independientemente de las particularidades y características que establecen el desarrollo del atleta, sus dificultades y barreras.

Conclusiones

El proyecto de vida socioinclusivo representa para el atleta una dimensión abarcadora de su desarrollo personal integral. El entrenador se convierte en el facilitador, articulador y orientador de esta proyección socioinclusiva. El atleta con un proyecto de vida socioinclusivo es capaz de aprovechar todas las oportunidades sociales que se le presenten para su desarrollo y éxito y ayudar a sus compañeros en la obtención del mismo.

Referencias

- Castañeda, A. E. y Niño, J. A. (2007). Procesos y procedimientos de orientación vocacional profesional / laboral / desde una perspectiva sistémica. *Hallazgos*, 2(4).
https://www.researchgate.net/publication/277887662_PROCESOS_Y_PROCEDIMIENTOS_DE_ORIENTACION_VOCACIONAL_PROFESIONAL_LABORAL_DESDE_UNA_PERSPECTIVA_SISTEMICA
- Domínguez, L. (2006). Edad Juvenil. En *Psicología del desarrollo. Adolescencia y juventud. Selección de lecturas*. (p. 476). Editorial Ciencias Médicas.
- García Ucha, F. E. (2007). Psicología del deporte aplicada al rol del entrenador. Asociación de Psicología del deporte Argentina. <http://www.psicologiadeldeporte.space/p+Garcia-Ucha-El-rol-del-entrenador.pdf>

- Lomelí Parga, A., López Padilla, M. y Valenzuela González, J. (2016). Autoestima, motivación e inteligencia emocional: Tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación media. *Revista Electrónica Educare*, 20(2), 1-22. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>
- Lorente B. (2020) Pedagogía del entrenamiento deportivo adaptado a escolares. Educación en valores. [bizkaia.eus](https://www.bizkaia.eus) <https://www.bizkaia.eus> › *Kultura* › *kirolak* › *pdf*
- D' Angelo Hernández, O. S. (2000) Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. *Revista Cubana de Psicología*, 17 (3). <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v17n3/08.pdf>
- Reina Rodríguez, O. (2010). *Los proyectos futuros de la motivación: Una mirada desde la Psicología*. <https://www.eumed.net/rev/cccss/08/orr.pdf>
- Ruiz, R. (2011). Proyecto de vida, relatos autobiográficos y toma de decisiones. *Teoría y Praxis Investigativa*, 6 (1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3725825>
- Vygotsky, L. S. (1986). *Obras Completas* t. IV. Ed. Aprendizaje Visor, Moscú