UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
"MANUEL FAJARDO"

FACULTAD DE VILLA CLARA
DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES

Estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador de voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de la provincia de Villa Clara.

Tesis presentada en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física

Autora: M.Sc. Mercedes de Armas Paredes

Villa Clara, Cuba
2010

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
"MANUEL FAJARDO"

FACULTAD DE VILLA CLARA
DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES

Estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador de voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de la provincia de Villa Clara.

Tesis presentada en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física

Autora: M.Sc. Mercedes de Armas Paredes

Tutores: Dra. C. Marta Cañizares Hernández
Dra. C. Magda Mesa Anoceto

Villa Clara, Cuba
2010

Agradecimientos

A las Doctoras Magda Mesa Anoceto y Marta Cañizares Hernández, mis tutoras, que confiaron en mi y me guiaron por los caminos de la investigación.

A los Doctores Carlos E. Rodríguez García y Carlos E. Terry Rodríguez por las excelentes oponencias realizadas en el acto de predefensa, que permitieron el perfeccionamiento de la memoria escrita.

A la M.Sc Alina Rodríguez por su incondicional colaboración y al M.Sc Ramón Manso.

A los Doctores Grisell González, Ernestina Bosch, Mª del Carmen Navarrete y Juan M. Perdomo.

A mis compañeros de Disciplina y del Departamento de Humanidades por su solidaridad y tolerancia.

A los profesores de Voleibol especialmente al Lic. Gerardo Nodarse y Aracelys La Rosa, por el afecto brindado y su apertura a la nueva experiencia.

A mi familia especialmente a mis hermanos Magy y Marquito y a mi hijo Javier, por estar atentos a todos mis reclamos.

A la Facultad de Cultura Física de Villa Clara, donde he desarrollado mi vida profesional.

A todos aquellos que en un momento de necesidad, me tendieron su mano y apoyo de manera incondicional.

Dedicatoria

A mi gran sol: mi hijo Javier
A mis padres queridos
A mis hermanos y sobrinos

SÍNTESIS

Las insuficiencias en el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara derivaron la necesidad de diseñar una estrategia dirigida a mejorar ese trabajo, el cual se convierte en una vía de preparación para ese entrenador en esa dirección del proceso pedagógico deportivo y una vía para estrechar los vínculos entrenador - psicólogo.

Se utilizaron diversos métodos y técnicas que posibilitaron establecer el marco contextual y teórico sobre el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo a partir de la revisión bibliográfica, diagnosticar el estado actual de ese tipo de trabajo en el contexto del estudio, determinar la estructura y contenido que asume la estrategia, y evaluar su diseño e implementación en la práctica.

La investigación aporta la concepción de las acciones metodológicas que satisfacen las necesidades de preparación de los entrenadores de voleibol para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar en la estrategia propuesta, y también enriquece la concepción del trabajo metodológico para el desarrollo de este tipo de preparación a partir de las precisiones teóricas que se realizan del término trabajo metodológico de la preparación psicológica.

ÍNDICE **Pág.**

INTRODUCCIÓN 1

CAPÍTULO 1. FUNDAMENTOS TEÓRICOS DEL TRABAJO METODOLÓGICO DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA DESDE LA FUNCIÓN DEL ENTRENADOR DEPORTIVO EN EL VOLEIBOL 11

1.1 La preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol 11

1.1.1 La preparación psicológica como componente de la preparación del deportista 11

1.1.2 Exigencias psicológicas del voleibol 17

1.1.3 La función del entrenador en relación con la preparación psicológica 20

1.2 El trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol 26

1.2.1 El trabajo metodológico en la formación permanente del entrenador deportivo. Breve reseña histórica 26

1.2.2 El trabajo metodológico como vía para elevar la preparación del entrenador deportivo 32

1.2.3 La preparación del entrenador de voleibol a través del trabajo metodológico de la preparación psicológica 38

CAPÍTULO 2. CONCEPCIÓN METODOLÓGICA DEL ESTUDIO Y DIAGNÓSTICO DEL TRABAJO METODOLÓGICO DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA DESDE LA FUNCIÓN DEL ENTRENADOR EN EL VOLEIBOL DE LA EIDE "HÉCTOR RUIZ". 42

2.1 Contexto del estudio 42

2.1.1 Población y muestra 43

2.2 Descripción y justificación de la concepción metodológica del estudio 43

2.3 Resultados del diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador de voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara 52

CAPÍTULO 3. UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN PARA LA MEJORA DEL TRABAJO METODOLÓGICO DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE VOLEIBOL EN LA EIDE "HÉCTOR RUIZ" DE VILLA CLARA. 68

3.1 Fundamentos de la estrategia 68

3.2 La estrategia propuesta 73

3.3 Evaluación de la estrategia 85

3.3.1 Evaluación de la estrategia por criterios de expertos 85

3.3.2 Evaluación en la práctica de la estrategia 85

Conclusiones 106

Recomendaciones 108
Bibliografía
Anexos

Introducción

Uno de los mayores retos que tiene el entrenador deportivo hoy día, consiste en asumir la dirección del complejo proceso de preparación deportiva, con especial énfasis, en la atención sistémica de sus componentes físicos, técnicos, tácticos, psicológicos, y teóricos.

Una interesante reflexión realiza Valdés, al enfatizar en el papel del entrenador deportivo en este ámbito, cuando expresa**:** *"el entrenador es el árbitro fundamental de cualquier relación multidisciplinaria en el entrenamiento deportivo dado que es el garante de la dirección pedagógica del proceso".* (Valdés, 1996: 33)

En este sentido García Ucha destaca: *"El deporte requiere de todas las ciencias y el entrenador necesita tener un dominio indispensable de ellas para poder comunicarse con diferentes especialistas"*. (García Ucha, 2004: 9)

Las diferencias individuales de los deportistas tanto durante el proceso de entrenamiento como en la competencia, y las implicaciones que tienen tanto los psicólogos como los entrenadores deportivos para una actuación eficaz, han sido objeto de investigación desde los comienzos de la Psicología del Deporte. De Ahí que existan criterios y maneras disímiles en cuanto a su aplicación.

A. Z. Puni, dejó sentadas pautas en relación con el papel del entrenador deportivo cuando planteó*: "El entrenador tiene un círculo determinado de cuestiones pedagógicas que se relacionan con la preparación psicológica con vistas a las competencias y entran en la esfera de su competencia. Entre otras están las tareas, los medios, los elementos metodológicos, la organización y la planificación de la preparación psicológica con vistas a las competencias".* (Puni, 1975: 8)

Para las ciencias constituyen objeto de análisis los campos de actuación de los diferentes profesionales y, en especial, de los profesionales de Psicología. No se trata de hacer psicólogos a los entrenadores deportivos sino de que estos manejen los aspectos psicológicos que dependen directamente de su accionar.

Diversos autores consideran la necesidad de que los entrenadores deportivos reciban una formación relacionada con la psicología del deporte. Riera (1985), Cantón (2002), Buceta (2004) y Dosil (2004), expresan que es imprescindible incidir en esa formación, en aras de que los entrenadores enriquezcan con mayor objetividad los contenidos psicológicos en los planes de preparación con la dosificación en tiempo y especificidad adecuados.

La preparación de los entrenadores deportivos en el desarrollo de su labor, incluye el dominio de las especialidades que fundamentan su práctica, el estudio de la metodología a emplear y el conocimiento de las particularidades del desarrollo de los deportistas, elementos esenciales en su formación profesional. Elevar el nivel de esta preparación requiere de una atención sistemática específica y a su vez integral, en la que la dimensión psicológica ocupa un lugar especial, por su gran incidencia en la consumación del resultado en la competición.

En Cuba, el diseño curricular de los planes de estudio de la carrera de Licenciatura en Cultura Física y de las diferentes figuras del postgrado se concibe para que el estudiante se apropie de los conocimientos y habilidades que le permitan asumir la responsabilidad que le corresponde en la preparación psicológica. No obstante, los entrenadores continúan delegando en el psicólogo la responsabilidad principal, limitándose el aprovechamiento de las potencialidades de su influencia sobre los deportistas.

También sucede que las tareas correspondientes a la preparación psicológica suelen ser consideradas por muchos entrenadores como una “carga” más y son pocos los que le dedican el tiempo y la especificidad necesarios a su planificación y ejecución.

La importancia del estudio y la atención de manera intencionada y científicamente argumentada por parte de los entrenadores deportivos de la preparación psicológica como parte del proceso pedagógico que es el entrenamiento deportivo, ha sido destacada por autores nacionales como Valdés (1996), García Ucha

(1997, 2004), Sainz de la Torre (2003), Russell (2005), y Cañizares (2008), entre otros.

La necesidad de investigar acerca de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo, se confirma con lo planteado por H. Valdés: "*… la intervención de los psicólogos en el deporte propiamente dicho, fue limitada y aún lo está en parte por varios factores. El papel de la Psicología se hace más visible a niveles más altos del rendimiento, a los cuales son pocos los equipos o deportistas que logran llegar. Para el deportista común se tiende a considerar suficiente el apoyo e intervención psicológica del entrenador". (*Valdés, 1996: 20).

El tratamiento de lo psicológico tiene que basarse en su integración como componente de un sistema, el cual se apoya en los recursos propios del entrenamiento deportivo y en todas aquellas acciones, tanto del entrenador como del psicólogo, que lo potencien.

En los Centros Provinciales de Medicina Deportiva existen psicólogos que atienden un número considerable de deportistas de diferentes deportes, por lo que su inserción en el trabajo psicológico no es de forma sistemática ni sistémica como lo requiere este componente de la preparación.

Entonces, resulta evidente la necesidad de encontrar las vías para el tratamiento de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo que, sin la utilización de recursos psicológicos más especializados que requieran la intervención directa del psicólogo, puedan contribuir a la preparación psicológica, lo cual exige el aprovechamiento óptimo de los recursos propios del entrenamiento deportivo.

Los diferentes estudios realizados por la autora, insertados en los proyectos de investigación de carácter nacional de las Reservas Deportivas Cubanas (1990-1994), el relacionado con el Perfeccionamiento de los Planes y Programas de Preparación de los Deportistas (1994-1999), y su propia práctica profesional como profesora de Psicología del Deporte por más de 30 años, permiten afirmar que los

entrenadores no atienden en toda su extensión este componente de la preparación.

Un conjunto de trabajos de culminación de estudios de la Licenciatura en Cultura Física y de maestrías realizados en diferentes etapas, y vinculados a los proyectos de investigación referidos, han abordado esta situación en deportes como gimnasia artística, remo, natación (1994), judo (1995), baloncesto (2002), fútbol y voleibol (2004), y gimnasia rítmica (2005). Estas investigaciones reportan un inadecuado tratamiento a la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo, y entre sus posibles causas se declaran las siguientes**:**

- En los documentos normativos del proceso de entrenamiento deportivo existen indefiniciones en torno al desarrollo de la preparación psicológica y su inclusión en el plan de preparación y a las funciones que desempeña cada uno de los profesionales que participan de este proceso.
- En los programas de los diferentes deportes estudiados lo referente a la preparación psicológica aparece de manera general. No existen indicaciones que conduzcan a que lo psicológico se integre de manera sistémica al resto de los componentes de la preparación.
- En los planes y programas de formación de entrenadores deportivos el contenido psicológico está presente, sin embargo no aparece con profundidad en los programas de otras disciplinas del ejercicio de la profesión. Su integración resulta difícil de acuerdo con su ubicación en el mapa curricular de la carrera. Por tanto, se ofrecen conocimientos sobre la ciencia psicológica pero no se logra el desarrollo de habilidades para operar con ellos.
- Las necesidades manifiestas por los entrenadores deportivos sobre el particular, en función de trabajar la preparación psicológica en la práctica, y en su relación con el psicólogo, no se han determinado y, por tanto, no se han atendido.

Estos trabajos develan las limitaciones que existen en el tratamiento de la preparación psicológica desde el accionar del entrenador deportivo dadas las

demandas del deporte actual y los requerimientos para considerarla como el resto de los componentes de la preparación del deportista.

Las orientaciones metodológicas resultado de los trabajos investigativos antes mencionados, consideradas como una alternativa para contribuir al desarrollo de la preparación psicológica de los deportistas, revelaron insuficiencias en su materialización en la práctica.

En el caso particular del voleibol esas orientaciones fueron incluidas en el Programa de Preparación del Deportista (2006). Un análisis de su implementación en la práctica en la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) "Héctor Ruiz" de Villa Clara (2007), mostró la necesidad de desarrollar acciones metodológicas para lograr esta materialización por parte de los entrenadores deportivos.

En el ámbito de la actividad pedagógica cubana se emplea el término "metodológico" para designar la gestión didáctica que implica organizar, planificar, desarrollar y controlar el proceso de formación.

Es necesario apuntar que lo metodológico implica un diseño funcional de cómo se va a operar con el conjunto de métodos, procedimientos y técnicas, o sea, se trata del funcionamiento interno de acciones metodológicas para lograr un fin y solucionar un problema de la teoría o de la práctica educativa. (Marimón, 2003)

Tanto Álvarez de Zayas (1999), como Horruitiner (2006), aluden al trabajo metodológico que se realiza en las universidades. No obstante, las definiciones dadas son válidas para cualquier nivel del proceso de enseñanza, como lo expresa Gutiérrez (2005) cuando plantea como trabajo metodológico *"al conjunto de actividades teóricas y prácticas encaminadas a la educación y a la enseñanza". (…)*

Considerar la preparación psicológica como un subsistema del proceso pedagógico de preparación del deportista conduce al razonamiento de que lo metodológico es inherente a todos los procesos relacionados con la preparación deportiva. Desde esta perspectiva la actividad metodológica caracteriza el sistema de trabajo de los entrenadores deportivos y se refiere a los caminos o vías para

favorecer la actuación consciente, en este caso del entrenador respecto a su proceder con la preparación psicológica.

En una exploración realizada en el contexto del estudio, se observa que el trabajo metodológico donde participan entrenadores y directivos presenta limitaciones desde el punto de vista organizativo, no logra su carácter sistémico, y no se comporta como una actividad cooperada, por lo que es una vía no aprovechada al máximo para preparar al entrenador deportivo en el ejercicio de su misión con calidad y eficiencia. En consecuencia, el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo se constituye en una vía también insuficientemente explotada para su preparación en este contenido.

Es necesario mencionar, además, que en esa exploración se observa también la existencia de limitaciones de conocimientos, habilidades y actitudes para desarrollar los procesos psicológicos que predominan en los componentes de la preparación del voleibolista.

La descripción del problema resume una **situación problemática** dada por insuficiencias en el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara.

De ahí deriva el **problema científico** siguiente**:**

¿Cómo mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de la provincia de Villa Clara?

El **objeto de estudio** de esta investigación es el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol y el **campo de acción** es la preparación del entrenador de voleibol a través del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su función.

El proceso investigativo se orienta por las siguientes **interrogantes científicas:**

- ¿Cuál es marco teórico y contextual que sirve de guía a la investigación?

- ¿Cuál es la situación actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara?
- ¿Qué estructura y contenido asume la propuesta científica para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de la provincia de Villa Clara?
- ¿Qué resultados se obtienen de la evaluación del diseño de la propuesta científica y de su implementación práctica?

Las respuestas a las interrogantes científicas permiten dar cumplimiento a los objetivos siguientes:

Objetivo general:

Diseñar una estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol en la EIDE “Héctor Ruiz” de la provincia de Villa Clara.

Objetivos específicos:

- Establecer el marco contextual y teórico sobre el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo a partir de la revisión bibliográfica.
- Diagnosticar el estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol en la EIDE “Héctor Ruíz” de la provincia de Villa Clara.
- Determinar la estructura y el contenido que asume la estrategia para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol en la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara.
- Evaluar el diseño de la estrategia y su implementación en la práctica.

Para dar cumplimiento a los objetivos, y consecuentemente, ofrecer respuestas a las interrogantes se utilizaron diferentes **métodos y técnicas de investigación**, como el método analítico-sintético para penetrar en la esencia de cada una de las partes que componen la estrategia, y posteriormente con el uso de la síntesis para establecer los nexos entre ellas y descubrir relaciones esenciales. La inducción-deducción para la integración de cada una de las etapas y acciones de la estrategia desde sus partes al todo integrador y viceversa.

También se utilizó el método histórico-lógico, cuya aplicación permitió estudiar el desarrollo lógico histórico de los principales criterios sobre el contenido del trabajo metodológico, y en particular en relación con la preparación psicológica para conocer la organización del mismo en la preparación de los entrenadores.

El enfoque sistémico se aplicó con relieve para la organización del contenido de las acciones metodológicas de la estrategia propuesta.

Mediante el análisis documental se exploró la concepción de la preparación psicológica desde los documentos normativos como el programa de preparación del deportista, los planes de entrenamiento de los entrenadores deportivos y los planes de formación de los Licenciados en Cultura Física.

La observación, entrevista, encuesta y triangulación permitieron el diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el voleibol en la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara.

Se utilizó el método de evaluación mediante el criterio de expertos y el experimento pedagógico, este último posibilitó una evaluación de la implementación en la práctica de las acciones metodológicas de la segunda etapa de la estrategia.

Se utilizan procedimientos estadísticos como distribuciones empíricas de frecuencias y la prueba de rangos señalados de Wilcoxon para comprobar la significación de los cambios en la situación experimental. Los datos susceptibles de medición fueron procesados por el software SPSS para Windows versión 17.0.

Entre las **contribuciones teóricas** de la investigación se encuentra la concepción de las acciones metodológicas que satisfacen las necesidades de preparación de los entrenadores de voleibol para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar en la estrategia propuesta. Esas acciones son sustentadas desde la perspectiva de la formación permanente del entrenador deportivo, respondiendo a los lineamientos de trabajo metodológico, y caracterizadas por la actividad cooperada entre los propios entrenadores y entre los entrenadores y la psicóloga del deporte para el desarrollo de la preparación psicológica en el proceso pedagógico deportivo.

Las precisiones teóricas del término trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo constituyen un enriquecimiento de la concepción del trabajo metodológico para el desarrollo de este tipo de preparación psicológica en el proceso pedagógico deportivo.

Las contribuciones descritas avalan la ***novedad científica*** de la investigación que radica en concebir con un enfoque estratégico y como actividad cooperada la preparación del entrenador de voleibol a través del trabajo metodológico en esa dirección tan necesitada y poco favorecida en su implementación en la práctica cotidiana de la preparación deportiva como es la preparación psicológica.

La estrategia diseñada constituye un **aporte de significación práctica**, pues tiene como propósito esencial la proyección del proceso de transformación del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador a partir de un estado real hasta un estado deseado. Parte de un diagnóstico de necesidades a satisfacer, y se proyectan y ejecutan sistemas de acciones intermedias, progresivas y coherentes que permiten alcanzar de forma paulatina los objetivos propuestos.

Otro **aporte de significación práctica** es la vía que se proporciona para estrechar el vínculo psicólogo-entrenador en el primer nivel de la pirámide del deporte de alto rendimiento, dada en las acciones metodológicas de la estrategia propuesta.

El desarrollo de la tesis se estructura en tres capítulos. El primer capítulo presenta los fundamentos teóricos del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del profesor deportivo en el voleibol e incluye los conceptos que se utilizarán en el desarrollo de la investigación; además se tienen en cuenta las *posiciones teóricas* que se asumen para enfrentar el problema.

En el segundo capítulo se exponen los elementos referidos al diseño metodológico de la investigación, y se ofrecen los resultados del diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica del voleibolista desde la función del entrenador deportivo.

En el tercer capítulo se presentan los fundamentos de la estrategia, la estructura y el contenido de esta, así como los resultados de la evaluación de su diseño y de su implementación en la práctica.

Capítulo 1. Fundamentos teóricos del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol

Este capítulo en sus inicios aborda la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol, para referirse posteriormente al trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en este deporte. Se trata la preparación del entrenador de voleibol a través del trabajo metodológico de la preparación psicológica, destacando su enfoque estratégico y las potencialidades del trabajo cooperado en este tipo de preparación.

1.1 La preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol

Este epígrafe, primero trata la preparación psicológica como componente de la preparación del deportista, de manera general, para continuar con las exigencias psicológicas del voleibol y referirse a las particularidades de la situación social del desarrollo en que se encuentra el deportista, lo cual responde a la necesidad práctica de tener en cuenta estos aspectos para poder iniciar un trabajo científico y metodológico de carácter sistemático en relación con la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo. Finaliza el epígrafe con el abordaje de la función del entrenador en el desarrollo de la preparación psicológica de sus deportistas, y se precisa entonces lo relacionado con la utilización de los recursos propios del entrenamiento por el entrenador de voleibol en la preparación psicológica.

1.1.1 La preparación psicológica como componente de la preparación del deportista

Entre los grandes desafíos que demanda hoy día la práctica del deporte de alto rendimiento se encuentran los relacionados con las exigencias provocadas por el desarrollo científico-técnico y la mercantilización del deporte moderno, que enfrentan entrenadores deportivos y deportistas para superar lo alcanzado. De ahí

la importancia de buscar alternativas desde las ciencias aplicadas para afrontar esta problemática, sin perder de vista el carácter humanista que debe distinguirla.

Así, entre las ciencias aplicadas se encuentra la Psicología del Deporte, que en la actualidad está reconocida en todo el mundo, y por sus características se considera como una rama especial de la ciencia psicológica.

Los primeros estudios sobre Psicología del Deporte datan de principios del siglo XX, y provienen principalmente de tres lugares: la ex Unión de Repúblicas Socialistas Soviéticas, Alemania y Estados Unidos, países que han obtenido a lo largo de la historia trascendentales resultados deportivos enmarcados fundamentalmente en los Juegos Olímpicos de la Era Moderna.

Se pueden mencionar las aportaciones de psicólogos norteamericanos, como las de C. Griffith (1918-1928), quien dedicó buena parte de su trabajo a la investigación experimental en laboratorio (tiempos de reacción, habilidades motrices, aprendizaje,...). Destacan, además, los estudios W. Johnson (1949), J. D. Lawther (1951), B. Ogilvie y T. Tutko (1966).

En los ex países socialistas, especialmente en la Unión Soviética a partir de los años 1920-1925, se destacaron como psicólogos de orientación marxista en el estudio de los fenómenos deportivos: P.A. Rudik, A.Z. Puni, A. Nechaev, Z. Chumariov, entre otros. (Russell, 2005)

De 1945 hasta 1957 se trabaja en la introducción de principios metodológicos aplicados al área del aprendizaje motor, la personalidad y la preparación psicológica. En los años sesenta el tema del estudio fue la preparación psicológica del deportista para las competencias.

El año 1965 representa el momento en que se produce en Roma el I Congreso Mundial de Psicología del Deporte, lo que marca un importante y trascendental momento en la historia de esta ciencia. A partir de ahí, se crean organizaciones científicas especializadas tanto en Europa como en Estados Unidos y otros países, y se sistematizan estos congresos a nivel regional e internacional.

Para muchos las Olimpiadas de 1984 en Los Ángeles sirven como punto de referencia para hablar de una introducción relevante de la Psicología del Deporte en el movimiento deportivo olímpico. Y en especial su empleo por la ex URSS, Alemania Democrática, y Estados Unidos.

El surgimiento de la Psicología del Deporte en Cuba como rama especial de la Psicología y como ciencia auxiliar de las ciencias del deporte, ocurre en la década de los setenta. Como miembro de la comunidad socialista Cuba recibió una gran influencia desde el punto de vista científico en el área del deporte lo que conllevó a su desarrollo.

En Cuba la Psicología del Deporte emerge en el empeño por el desarrollo y consolidación de su movimiento deportivo como una fuerza más que contribuye a asegurar el proceso pedagógico y educativo del deportista y sus resultados en entrenamientos y competencias. (García Ucha, 1999)

Entre las tareas que ha de acometer está el perfeccionamiento y actualización de los procedimientos y sistemas de preparación psicológica, los cuales incluyen a nivel mundial dos aspectos importantes**:** Control psicológico del entrenamiento deportivo y sistemas de intervención y entrenamiento psicológico de los atletas.

Los clásicos del entrenamiento deportivo representados por Ozolin (1983), Harre (1983), Matvéev (1983) y Platonov (1983), hasta los más contemporáneos, entre ellos Verjoshanki (1992) y Forteza (1994) han planteado que el proceso de entrenamiento deportivo es pedagógico por su esencia y su propósito fundamental es la preparación deportiva.

Dichos autores consideran que los componentes fundamentales de la preparación deportiva son**:** la preparación física, la preparación técnica, la preparación táctica, la preparación teórica y la preparación psicológica. De esta manera se ha reconocido el papel de la preparación psicológica dentro de este sistema, el cual cobra cada vez mayor importancia y significación.

El tratamiento de la preparación psicológica dentro del proceso pedagógico de entrenamiento deportivo ha transitado por diferentes momentos, determinados por el propio desarrollo de la Psicología General y la del Deporte en particular.

Uno de los ámbitos de participación de la Psicología que mayor interés ha suscitado, por su repercusión en los resultados deportivos lo es la preparación psicológica. Las ideas acerca de la preparación psicológica desarrolladas por A. Puni (1974) y P. Rudik (1974), y continuadas por B. Gorbunov (1988) y A. Rodionov (1990), aunque con algunos matices diferenciales, giran alrededor de la formación del estado de "predisposición psicológica" para la competencia, teniendo como punto de partida el sistema que estructura la preparación psicológica en tres tipos básicos: General, Especial y Directa.

La preparación psicológica resulta compleja al involucrar los procesos, cualidades, propiedades y estados psicológicos de la personalidad del deportista, con las características peculiares de cada tipo de deporte, de sus exigencias, y las particularidades estructurales, organizativas y funcionales de los períodos y etapas del proceso del entrenamiento y la competencia.

Estos psicólogos conciben la preparación psicológica esencialmente dirigida a la creación del estado de predisposición psíquica para la obtención de elevados resultados deportivos en las competencias.

Por su parte los psicólogos cubanos parten de la posición de los soviéticos y consideran que la preparación psicológica está dirigida a la formación del estado de predisposición psíquica, las particularidades de la personalidad del deportista, las exigencias psicológicas de la actividad y el contexto pedagógico en que se desarrolla. Entre ellos se encuentran Valdés (1996) *máximo nivel de rendimiento*, García Ucha (1997) *estado óptimo*, Sainz de la Torre (2003) *estado ideal de rendimiento* y Cañizares (2009) *disposición requerida*.

En función de la lógica del análisis que ocupa, en el trabajo se le da especial relevancia, a la comprensión de lo psicológico dentro del proceso de

entrenamiento deportivo, como lo ofrecen Puni (1969), Rudik (1974), Valdés (1993), Riera (2002), Sainz de la Torre (2003) y Russell (2005).

La definición ofrecida por H. Valdés: “La preparación psicológica es un subsistema del sistema de preparación del deportista diseñado para contribuir al perfeccionamiento de las particularidades psicológicas que son un factor importante en la realización eficiente del entrenamiento deportivo y la obtención de buenos resultados competitivos” (Valdés, 1996: 143) (…) “resalta por su profundo carácter pedagógico debido al cual resulta inseparable de la planificación, organización y control del entrenamiento deportivo” (Valdés, 1993: 377), a juicio de la autora posee puntos coincidentes con los de Puni (1969), fundamentalmente en lo relacionado con su profundo carácter pedagógico, al considerar este último que la preparación psicológica es psicológica y pedagógica a la vez, la primera porque conduce a la creación en el proceso de entrenamiento deportivo conjuntamente con la preparación física, técnica, táctica y teórica y a la predisposición psíquica del deportista para actuar en cada competencia; lo segundo, porque va a la búsqueda de vías y medios que aseguren la predisposición psíquica para las competiciones en el proceso de aprendizaje y preparación del deportista.

El análisis realizado permite reconocer que la preparación psicológica es un proceso pedagógico que presupone acciones dirigidas al desarrollo y perfeccionamiento de las particularidades psicológicas imprescindibles para la actuación deportiva, que está presente en el entrenamiento y la competencia, así como su necesaria vinculación con la planificación y organización del proceso de entrenamiento.

De este análisis se deriva la necesidad de explicitar las funciones del entrenador y el psicólogo, lo cual facilitaría una mayor comprensión de este proceso y de las características para su concreción en la práctica pedagógica.

La autora considera importante destacar la dirección del entrenador, encargado de orientar, diseñar, evaluar y controlar el proceso, así como la necesaria relación

entre este y el psicólogo, aspecto esencial que permitirá encontrar herramientas necesarias para enfrentar las diferentes situaciones y exigencias que desde el punto de vista psicológico se le presenten.

Al concebirse el carácter pedagógico de la preparación psicológica, proporciona un punto de partida que representa una herramienta indispensable para el trabajo diario de los entrenadores deportivos. Así les brinda una comprensión de los complejos fenómenos que tienen lugar en el entrenamiento y, por lo tanto, un fundamento teórico, metodológico y práctico para planificar, organizar, dirigir, desarrollar y evaluar su práctica profesional.

Todo ello constituye un requisito para que el entrenador deportivo pueda potenciar de manera científica e intencional –y no empírica o intuitivamente – la preparación psicológica desde el resto de los componentes de la preparación del deportista; es decir, que logre su preparación integral no solo como deportista sino también como ser humano.

Es pertinente plantear que la preparación psicológica, al igual que el resto de los componentes de la preparación del deportista, debe concretarse desde los primeros eslabones de la pirámide del alto rendimiento. De este modo se asegura la asimilación de recursos más complejos en dependencia de la edad y del grado de especialización deportiva que se alcance en el tránsito por cada una de las categorías deportivas.

Todo lo anterior fundamenta el lugar que ocupa la preparación psicológica dentro del contexto de la preparación del deportista, para lo cual resulta necesario ubicarla no desde el punto de vista general, sino considerar que en sí misma está estrechamente vinculada a los demás componentes, los cuales mantienen su autenticidad a partir de la definición de sus correspondientes sistemas de conocimientos, habilidades y valores que se expresan en la unidad de lo instructivo y lo educativo en el entrenamiento deportivo, atemperado a las exigencias de un deporte concreto, en este caso el voleibol.

Con estos presupuestos la autora comenzó en el año 1994 a realizar estudios sobre el tratamiento a la preparación psicológica en diversos deportes.

1.1.2. Exigencias psicológicas del voleibol

El voleibol, considerado como el "juego de los súper reflejos" por la rapidez y riqueza técnico-táctica que lo distingue, es un deporte de oposición-cooperación como todos los juegos deportivos, y se diferencia por no existir contacto físico entre los jugadores y la especificidad de sus reglas.

Por ser un deporte de conjunto en el voleibol está presente lo planteado por Puni: "*En los deportes de equipo se manifiesta el estado de predisposición psíquica por el pensamiento colectivo de un determinado número de personas, agrupadas en su actividad y aspiraciones por una idea, por un objetivo único y por un único motivo de gran importancia social. Al mismo tiempo se conserva la individualidad original de cada miembro del colectivo por lo cual es necesaria la organización dirigida del pensamiento de cada uno de ellos.* (Puni, 1969: 21)

Relacionado con lo anterior Rudik apunta: *"En los juegos deportivos todas las acciones de los jugadores están orientadas a conseguir la victoria y se realizan con la máxima energía, desarrollan en los atletas rasgos positivos de la personalidad, como son: una enorme voluntad de victoria, la audacia, decisión, capacidad para supeditar los intereses personales a los del colectivo, ya que no gana ni pierde un jugador en particular sino el equipo".* (Rudik, 1974: 24).

Por su parte, Gutiérrez (1999) destaca en los juegos deportivos: la elevada carga psíquica que provocan varios factores como son**:** el número de jugadores que intervienen, tanto los rivales como lo del mismo equipo, las diferentes reacciones emocionales antes y durante el juego, los imprevistos casuales que se traducen en barreras psicológicas para el deportista; las influencias del arbitraje, de los espectadores que imprimen una carga psicológica de la que no escapan los equipos en general y los jugadores en particular.

Como se expresó anteriormente los juegos deportivos son deportes muy dinámicos, en los que la interacción armónica de los miembros juega un papel

decisivo para obtener altos resultados deportivos. También se requiere de una elevada preparación psicológica para dar respuesta rápida y efectiva a las cambiantes y rápidas condiciones del juego.

Medvedev (1988: 60) plantea: "*el voleibol, como juego deportivo, se caracteriza por un alto grado de saturación emocional y las particularidades psicológicas de la actividad del voleibolista están determinadas por el carácter de las acciones de juego y por las particularidades objetivas de la lucha competitiva*". Este autor destaca, además, las exigencias psicológicas siguientes:

1. Elevado desarrollo de la percepción visual para ver la posición y el desplazamiento de los jugadores en el terreno, el movimiento ininterrumpido del balón, y los rápidos cambios de la situación del juego como componente esencial de las percepciones especializadas que le son inherentes.
2. Rapidez de reacción para responder al carácter súbito e instantáneo de las acciones con precisión, así como a los movimientos relacionados con la velocidad de vuelo del balón.
3. Percepciones especializadas como el sentido del tiempo, del balón, de la red, del compañero, de la velocidad y de la distancia que le permitan discriminar con gran rapidez y agudeza los movimientos y desplazamientos de los compañeros y contrincantes, la velocidad del vuelo del balón, su peso y sus colores.
4. Alto nivel de desarrollo de la atención y sus características debido a la alta velocidad de vuelo del balón, rápido desplazamiento de los jugadores y rápido e inesperado cambio de las situaciones del juego.
5. El pensamiento táctico del voleibolista está incluido en la misma acción, y se relaciona con la búsqueda del movimiento correcto y su ejecución. Requiere un alto grado de las ideas temporales y espaciales y del nivel de operatividad en la evaluación de la situación y la toma de decisiones, que permitan la anticipación.

6. En lo referente a lo afectivo, debido a los altos niveles de saturación emocional, los estados emocionales oscilan todo el tiempo en dependencia de los resultados que se logran en el juego.
7. Requiere grandes esfuerzos volitivos determinados por la variedad y cantidad de dificultades objetivas y subjetivas que se ha de vencer.
8. Al ser un juego colectivo, el éxito de las acciones se logra mediante los esfuerzos colectivos de todos los miembros del equipo.

Las exigencias anteriormente planteadas coinciden en su contenido con las planteadas por Vanek (1994) y Sabas (1994), y se asumen en esta investigación como las exigencias que se deben tener en cuenta para la propuesta.

Para lograr un desarrollo psicológico en correspondencia con las demandas del voleibol contemporáneo, se hace necesario valorar los procesos que intervienen en la preparación psicológica, tanto los cognoscitivos, los afectivo-motivacionales y los volitivos como los socio-psicológicos; y analizar, en especial, la contribución de cada uno de ellos, pues se debe tener en cuenta que, aunque están presentes en todas las etapas por las que transcurre el proceso de preparación del voleibolista, unos u otros pueden adquirir un papel predominante en determinado momento.

En la presente investigación se asumen los sustentos teóricos y metodológicos expuestos en el actual programa de preparación que al caracterizar al voleibolista cubano expresa: "*Nuestros voleibolistas son esforzados por excelencia, su voluntad para entrenar bajo cualquier circunstancia y su compromiso con la patria se desarrolla desde las más tempranas edades en el barrio y la escuela, nuestro juego se destaca por la capacidad de combinar las formas de juegos lenta y rápida fundamentada, sobre todas las cosas, en nuestra preparación física, incluso la belleza del movimiento técnico se subordina a su soporte físico"*. (Navelo, 2006: 7)

El voleibol en las escuelas de iniciación deportiva comprende las categorías siguientes**:** (Programa de Preparación del Deportista, 2006)

- 12-13 años femenino y 13-14 años masculino. Representa una etapa importante en el desarrollo gradual y perspectivo del joven voleibolista.
- 14-15 años femenino y 15-16 años masculino. En esta etapa se consolidan y perfeccionan elementos decisivos para el futuro voleibolista.

Por esta razón, se hace necesario además, tener en cuenta al analizar las exigencias psicológicas, las particularidades de la situación social del desarrollo en que se encuentra el deportista y que se constituya para el entrenador deportivo en otro elemento a tener en cuenta para, desde su accionar, poder contribuir a la preparación psicológica.

Se asume la definición vigotskiana que plantea: *"la situación social del desarrollo constituye aquella combinación especial de los procesos internos del desarrollo y de las condiciones externas, que es típica en cada etapa y que condiciona también la dinámica del desarrollo psíquico durante el correspondiente período evolutivo y las nuevas formaciones psicológicas, cualitativamente peculiares, que surgen hacia el final de dicho período"* (Bozhovich, 1976: 123)

De acuerdo con los fines de esta investigación, la preparación psicológica debe ajustarse a las exigencias del entrenamiento deportivo, atendiendo a las características psicológicas de la edad del deportista, a las exigencias del deporte en cuestión, y a las condiciones de la etapa de preparación del macrociclo de entrenamiento. Estos son los aspectos que determinan su expresión en el contexto de la preparación del voleibol.

1.1.3 La función del entrenador en relación con la preparación psicológica

Sobre el papel del entrenador deportivo en la preparación psicológica Puni señala: "… *debe ser un especialista psicológicamente formado para estructurar el proceso de la enseñanza y de la educación sobre bases psicológicas."* (Puni, 1975: 8)

Sobre esta cuestión expresa su posición al señalar: "*El entrenador tiene un círculo determinado de cuestiones pedagógicas que se relacionan con la preparación psicológica con vistas a las competencias y entran en la esfera de su*

competencia. Entre otras están las tareas, los medios, los elementos metodológicos, la organización y la planificación de la preparación psicológica con vistas a las competencias. Estas cuestiones se solucionan sobre la base de un fondo de conocimientos psicológicos, en particular de los conocimientos sobre los estados psicológicos, el estado de la disposición psicológica con vistas a las competencias, aspectos estos que deben ser dominados por el entrenador y el deportista". (Puni, 1975: 9).

En este sentido coincide con Gorbunov (1988: 85) cuando expresa: "*todo proceso de educación en el deporte se realiza no sólo por el entrenador sino más a menudo bajo su dirección, cuando él atrae a los especialistas para cumplir con este objetivo*. Más adelante apunta: (...) *la buena preparación psicológica del entrenador, la acumulación y el perfeccionamiento de sus conocimientos psicológico-pedagógicos es una de las vías principales para cumplir las tareas específicas del entrenamiento"* (...) "*Para que esa dirección sea correcta e inteligente, el propio entrenador debe estar psicológicamente preparado y educado. La importancia de este problema no provoca duda a nadie. Pero, hasta ahora, no está claro todavía cómo resolverlo en el sentido organizativo y metodológico".*

Quedan pues, a juicio de la investigadora, expuestas razones de vital importancia para esta tesis por el mencionado autor, dadas por el reconocimiento del papel del entrenador en la preparación psicológica, algo que no es privativo del especialista en Psicología.

Por su parte Dzhamgarov, en consonancia con lo anterior, expresa: "en el transcurso del proceso de entrenamiento, al resolver tareas educativas y de enseñanza, el entrenador realiza la preparación general, física, técnica, táctica y psicológica" (Puni y Dzhamgarov, 1990: 149).

En esta misma línea de análisis se ubica Valdés cuando expresa: *"El entrenador es el árbitro fundamental de cualquier relación multidisciplinaria en el entrenamiento deportivo dado que es el garante de la dirección pedagógica del*

proceso. Pero, para poder cumplir su función necesita conocer cuáles son estos problemas y qué aporte puede brindar cada ciencia a su solución". (Valdés, 1996: 33)

Como puede observarse en los planteamientos anteriores se reconoce la importancia de la función del entrenador en la preparación psicológica, es decir, los autores antes citados, entre otros muchos, han considerado que a pesar de las especificidades de este componente de la preparación del deportista que requiere de la intervención de un psicólogo, no quiere decir ni mucho menos que los entrenadores no deban asumir una serie de tareas en este sentido. Pero también es cierto que es un problema aún no resuelto.

Por tales motivos otros autores hacen alusión a esta situación, lo cual se puede apreciar en Sainz de la Torre cuando señala: *"hasta que no se comprenda bien que la preparación psicológica no es más que llevar a cabo el trabajo del entrenamiento desde el punto de vista multifacético (metodológico, morfo-funcional, bioquímico, biomédico,…) teniendo en cuenta los componentes psicológicos que se encuentran en la base de la regulación exitosa de las acciones del deportista, siempre se verá como una tarea "extra" y así no rendirá los frutos para lo cual fue creada"*. (Sainz de la Torre, 2003: 11).

En la sistematización teórica realizada por Russell (2005), se expresa en lo relacionado con la preparación psicológica, que ésta representa un subsistema del sistema de preparación del deportista, diseñado para contribuir al perfeccionamiento de las particularidades psicológicas que resultan un factor importante en la realización eficiente del entrenamiento deportivo y la obtención de buenos resultados competitivos.

En este posicionamiento al cual se adscribe la autora, se coincide con los ya expresados por Valdés (1996), Riera (2002) y Sainz de la Torre (2003). Quienes ponen de manifiesto la subordinación de lo psicológico a lo pedagógico en el proceso de entrenamiento, y, plantean, que el entrenador tiene responsabilidades en relación con la preparación psicológica. También estos autores junto a otros

como Puni (1969), Riera (1985), Gorbunov (1988), Rudik (1990), Rodionov (1990) y Buceta (1998), han planteado diversas formas de concebir la preparación psicológica desde esta perspectiva.

Las variadas vías de enfrentar esta problemática han conducido a la diversidad de posiciones con orientaciones teóricas, metodológicas y didácticas en la elaboración de planes, esquemas y modelos, para tratar la preparación psicológica. Sobre esta cuestión afirma Russell (2005) que uno de los problemas de mayor trascendencia es el relacionado con el tratamiento de los contenidos psicológicos implicados en la planificación, debido a lo difícil que resulta su concreción en el orden operacional a diferencia de los restantes componentes de la preparación del deportista.

Derivado del análisis anterior, es necesario precisar que el entrenador deportivo, aun cuando cuente con el apoyo de un psicólogo, tiene una alta responsabilidad en la preparación psicológica al igual que con el resto de los componentes, a pesar de que en ocasiones le resulte difícil determinar con claridad cómo realizarla.

Se corrobora la necesidad de tener en cuenta, tanto desde el punto de vista teórico como práctico, lo relacionado con la preparación psicológica desde el accionar del entrenador deportivo y, por tanto, considerar la función orientadora que emana del papel profesional, del entrenador como pedagogo.

La preparación psicológica asumida desde esta concepción exige para su materialización de procedimientos metodológicos adecuados por parte del entrenador deportivo en el proceso de enseñanza de los ejercicios que forman parte de la preparación física, técnica y táctica del deporte, así como la realización de todas las tareas que en su interacción se dirigen a la creación, el mantenimiento y la recuperación del estado de disposición psíquica del deportista para participar en la competencia y luchar por alcanzar el mejor resultado.

Por tanto, la preparación psicológica que se realiza en el proceso de entrenamiento, depende en gran medida de los medios empleados en su desarrollo.

Lo anterior se fundamenta a partir de lo expresado por Valdés: *"la influencia de la Psicología se logra tanto por la estructura y medios del entrenamiento –los cuales utiliza el entrenador– como por las técnicas psicológicas que trascienden a estos y que sí requieren de la intervención del psicólogo".* (Valdés, 1996: 35).

Al analizar qué se entiende por medios del entrenamiento deportivo Harre plantea**:** *"Los ejercicios físicos son el medio más importante para lograr un aumento de rendimiento. Deben responder a los objetivos y tareas del proceso de entrenamiento y no se deben escoger ni aplicar arbitrariamente".* (Harre, 1983: 84)

Por su parte Platonov considera que: "*... La composición de los medios de la preparación deportiva se forma considerando las particularidades del deporte concreto que es el objeto de la especialización deportiva (…) Los medios de entrenamiento deportivo se dividen también en función de la finalidad de su acción. Cabe destacar los medios relacionados con el perfeccionamiento de los diferentes aspectos de la preparación: técnica, táctica,…. Y asimismo, los dirigidos al desarrollo de las diferentes cualidades motrices y al aumento de las posibilidades funcionales de algunos órganos y sistemas del organismo.* (Platonov, 1991: 236-237).

En el *Glosario de Términos y Definiciones de la Cultura Física y el Deporte*, (S/F: 85) se define como medios de entrenamiento deportivo a*: "los ejercicios de entrenamiento, competencias y algunos otros medios complementarios, que incrementan el efecto de entrenamiento o que aceleran el proceso de recuperación de las fuerzas".*

Russell (2005: 101) considera que *"los medios y procedimientos comprenden diferentes sistemas de ejercicios y sus combinaciones correspondientes, que son esencialmente utilizados en las sesiones y clases de entrenamiento con vistas al desarrollo multifacético del deportista".*

Al reconocer la importancia de los medios del entrenamiento para la preparación psicológica, Valdés apunta que eso significa reconocer la importancia que tienen los métodos y medios pedagógicos, dada su influencia en la personalidad del deportista, por lo que el entrenamiento puede y debe disponerse buscando obtener objetivos psicológicos además de los propiamente pedagógicos, lo que subraya el papel del entrenador como responsable de la preparación psicológica del deportista y también de los factores objetivos que inciden en el deportista como los métodos y medios, entre los cuales se encuentra también el fogueo competitivo que sitúa al deportista en condiciones estresantes. (Valdés, 1996)

Respecto a lo anterior, también se pronuncian en este sentido Riera (1985), Buceta (1998), Garcés de los Fayos (2002) y Sainz de la Torre (2003), autores que reconocen la importancia de la interacción entre los componentes de la preparación del deportista y el psicológico, lo que sin dudas deja una importante brecha a los entrenadores en relación con su accionar sobre este componente.

En esta tesis se asume que constituyen *recursos propios del entrenamiento deportivo*, los ejercicios que permiten llevar a cabo la preparación física, técnica, táctica y otras acciones necesarias que parten principalmente de la labor del entrenador deportivo como son la adecuada planificación del entrenamiento, la precisión de sus objetivos, la correcta asimilación de las cargas, su control periódico, la disciplina. En síntesis son todas aquellas acciones que desarrolla el entrenador para realizar la preparación deportiva y que tienen una repercusión en el desarrollo psicológico del deportista.

Al plantear la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo, es importante destacar que esta posición considera la contribución que a este componente realiza el entrenador y así como que la preparación psicológica no se agota con la realizada por el entrenador deportivo. De ahí la importancia y necesidad de un psicólogo y de su papel en la preparación psicológica.

1.2 El trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol

En este epígrafe se le dedica un espacio al trabajo metodológico en la formación permanente del entrenador deportivo, y se realiza una breve reseña histórica para así analizar el trabajo metodológico como vía para elevar la preparación del entrenador deportivo en el tratamiento del componente psicológico en el proceso de entrenamiento deportivo.

Para concluir, se realizan precisiones conceptuales del término trabajo metodológico de la preparación psicológica y se incursiona en la preparación del entrenador de voleibol a través del trabajo metodológico de la preparación psicológica, destacando el enfoque estratégico que debe caracterizarla y las potencialidades del trabajo cooperado en este tipo de preparación.

1.2.1 El trabajo metodológico en la formación permanente del entrenador deportivo. Breve reseña histórica

Con el triunfo revolucionario en 1959, la creación del organismo INDER en el año 1961 y la Escuela Superior de Educación Física en 1962, se inicia en Cuba la materialización de los esfuerzos de superación y formación de los recursos humanos de la Cultura Física, que en sus inicios se logró a través de las Escuelas Provinciales de Educación Física (EPEF). Otro paso de avance lo constituye la creación en 1973 del Instituto Superior de Cultura Física (ISCF), para la formación del nivel superior de Licenciados en Cultura Física.

La creación de estas instituciones educativas trae consigo la necesidad de superación continua del personal docente y con ello aparece el trabajo metodológico, que ha sido una de las vías empleadas con tal propósito.

El trabajo metodológico en las instituciones de la enseñanza deportiva cubana ha transitado por diferentes etapas, las cuales responden a los cambios educativos y las necesidades de preparación de los docentes para adecuarse a estos cambios y lograr las aspiraciones planteadas por el Sistema Nacional de Educación.

En la etapa comprendida entre 1959 y 1972 no se hablaba en Cuba de trabajo metodológico, más bien se utilizaba el término ayuda técnica a maestros en correspondencia con su preparación científica y pedagógica. Al producirse la primera graduación de la Escuela Superior de Educación Física (ESEF), se hace necesario concebir vías de superación continua de estos egresados, pero al igual que en la educación general no es hasta después de 1972, con el llamado del Comandante en Jefe: "Realizar una verdadera revolución en nuestra educación significa, además, un vuelco en todo el trabajo educacional lo que incluye la revolución en los métodos, técnicas y procedimientos empleados de manera que nuestro trabajo se corresponda con las necesidades siempre crecientes de una revolución socialista''. (Castro,1972).

Surge así el Plan de Perfeccionamiento para el Sistema Nacional de Educación como política del sistema socialista, ya que se trataba de que el sistema, en su organización, planificación, contenido, estructura, se adecuara a las exigencias de ese desarrollo, para una verdadera contribución al logro de la formación comunista de las nuevas generaciones.

Como parte del perfeccionamiento comenzaron a desarrollarse anualmente los Seminarios Nacionales para Dirigentes e Inspectores del Ministerio de Educación (MINED) en los cuales se orientaba y debatía la política educativa del país, se divulgaban temas de interés pedagógico y psicológico; al mismo tiempo se difundían las experiencias de avanzada resultado del trabajo de maestros, profesores y cuadros, lo que además era publicado y llegaba a cada centro docente.

Es en este contexto donde se comienza a emplear en Cuba el término trabajo metodológico como actividad encaminada a superar la calificación profesional de los maestros, profesores y dirigentes de los centros docentes para garantizar el cumplimiento de las tareas planteadas ante el sistema de educación en una etapa de su desarrollo. (MINED, 1974)

Se expone que las actividades metodológicas son aquellas que se dedican a la creación de los propios métodos y el contenido de la enseñanza y la actividad encaminada a enseñar estos a las personas que van a llevar a cabo el proceso docente educativo. (MINED, 1974)

El 30 de Noviembre de 1976 se promulga la ley del número 1323 de Organización de la Administración Central del Estado, que en su artículo 71, inciso (ch) atribuye al MINED la función de asesorar técnicamente la aplicación de los principios normativos referentes al trabajo docente-educativo y metodológico, por tal motivo fue necesario reglamentar los principios normativos sobre los cuales debía realizarse el trabajo metodológico con vistas a garantizar su efectivo cumplimiento.

Así se dicta la Resolución Ministerial No. 300/79 del MINED, que contiene el primer reglamento para el desarrollo del trabajo metodológico en los niveles nacional, provincial, municipal y de escuela. En ella se precisan los fundamentos conceptuales del trabajo metodológico, sus objetivos y vías; también establece las funciones y la responsabilidad de los niveles de dirección del organismo educacional, a la vez que, se aborda su planificación y organización en cada uno de estos niveles.

En la referida resolución se asume que “el trabajo metodológico en la escuela lo constituyen las actividades encaminadas a perfeccionar la preparación del personal docente, a la elevación de su calificación y maestría en los aspectos político-ideológico, científico-teórico y pedagógico metodológico; así como las relacionadas con la aplicación práctica de los métodos y procedimientos más efectivos de la enseñanza y la educación que garanticen la calidad de los resultados del proceso docente educativo”. (RM 300/79 del MINED).

Se proponen como formas del trabajo metodológico en la referida resolución: la preparación metodológica, la autopreparación, la autosuperación y la visita a las clases. A su vez, dentro de la preparación metodológica incluyen las formas siguientes: divulgación de experiencias pedagógicas de avanzada, conferencias, seminarios, jornadas pedagógicas.

Se consideran procedimientos fundamentales a aplicar en la preparación metodológica: clases metodológicas, clases demostrativas, clases abiertas, asesoramiento a profesores noveles, el muestreo de documentos, la comprobación de conocimientos.

Se plantea además: “La preparación metodológica está constituida por todas las actividades que se realizan sistemáticamente por el personal docente para lograr el perfeccionamiento y profundización de sus conocimientos, el fortalecimiento y desarrollo de sus habilidades creadoras y la elevación de su nivel de preparación para el ejercicio de sus funciones”. (RM 300/79 del MINED).

En esta resolución se aprecia cierta contradicción entre lo que se asume como preparación metodológica y la consideración de esta como una forma de trabajo metodológico, distinta de otras, cuando el propósito de todas las formas del trabajo metodológico que se utilizan en la escuela, es elevar la preparación metodológica de los maestros y profesores.

Por su parte el Ministerio de Educación Superior (MES) estableció un reglamento del trabajo docente y metodológico en esta etapa mediante la Resolución 220/79 del MES, donde se expresa que “el trabajo metodológico es la actividad sistemática y permanente de los docentes, encaminada a elevar la calidad del proceso docente educativo, a través del incremento de la maestría pedagógica de los cuadros científico pedagógicos de los centros de la Educación Superior” (RM 220/79 del MES).

Se plantean las siguientes direcciones del trabajo metodológico: trabajo docente metodológico, trabajo científico- metodológico, y preparación metodológica.

Paralelamente en el INDER se crea la Dirección Nacional de Docencia, y sobre la base de la Resolución Ministerial 300/79 del MINED, aparece en 1980, el Reglamento Metodológico de las EPEF, el cual elabora a partir de las indicaciones publicadas en los Seminarios Nacionales a Dirigentes Metodólogos e Inspectores de las Direcciones Provinciales y Municipales de Educación.

En 1975 se comienza a trabajar en la primera edición de los programas de preparación del deportista correspondientes al subsistema de Alto Rendimiento. En 1984 la Resolución No. 87, puso en vigor el reglamento sobre la preparación metodológica en el INDER.

En el MINED, el proceso de perfeccionamiento continuo y los resultados de la práctica escolar, se propició la asunción de un modelo de trabajo metodológico con cierta tendencia a la descentralización, de manera que la capacidad creadora de los docentes y dirigentes educacionales pudiera aprovecharse en toda su potencialidad.

Se dicta entonces la RM 290/86 del MINED, cuyas indicaciones se caracterizan por precisar solo los aspectos fundamentales que requerían determinada regulación del trabajo metodológico para garantizar su cumplimiento; así mismo orienta la eliminación del exceso de documentos, reuniones y de mecanismos de control, por considerar que en alguna medida habían limitado la dedicación al trabajo metodológico propiamente dicho en aquella etapa.

En la citada resolución se agregan a las existentes, otras formas del trabajo metodológico: mesas redondas, comisiones de trabajo metodológico y atención a la práctica docente. Se plantea que la autopreparación es la vía fundamental en la preparación de docentes.

Se elimina la preparación metodológica como forma del trabajo metodológico, por considerar que este término, en su concepto más amplio, incluye toda la preparación que recibe el personal docente por diferentes vías (RM 290/86 del MINED). Se flexibiliza el uso de las vías en dependencia de las condiciones de cada lugar.

Como se puede apreciar en las definiciones anteriores, se presenta el trabajo metodológico como una actividad cuyo propósito es perfeccionar la preparación de los docentes y directivos en los aspectos antes mencionados, la cual tiene un carácter sistemático y permanente. Se enfatiza, además, en que la preparación

recibida por los docentes a través de esta actividad repercute en la calidad del proceso educativo que se desarrolla con los alumnos.

En correspondencia con el continuo perfeccionamiento del trabajo metodológico del MINED en el INDER, durante esta etapa se deroga la resolución 87/84 y se emite la resolución 256/89 que pone en vigor las "Normas para el desarrollo de la Preparación Metodológica en la Rama del Deporte, la Cultura Física y la Recreación".

La Resolución 256/89 vigente en la actualidad, establece**:** *"La preparación metodológica es una actividad encaminada a instrumentar la superación y actualización continua y sistemática del personal técnico, de forma que garantice que en el trabajo cotidiano se apliquen los avances de la ciencia y la técnica y en consecuencia se logren mejores resultados cualitativos y cuantitativos".*

En esta resolución se establece como direcciones de la Preparación Metodológica las siguientes: político-ideológica, científico-técnica y pedagógico-metodológica. Dichas direcciones aparecen en la Resolución 300/79 del MINED como contenidos del trabajo metodológico.

Más adelante la Resolución 256/89 establece que las actividades que se desarrollan en el marco de la preparación metodológica son: clase metodológica, clase abierta, seminario, conferencia, lectura comentada.

Como continuidad de este proceso se dictan por el INDER, las resoluciones 209/89, 98/92, 27/2001 y la 44/2002, todas dirigidas a la distribución del fondo de tiempo mensual de personal docente que labora en las escuelas del Sistema de Enseñanza Deportiva. Independientemente de la variación de las horas de una resolución a otra, en todos los casos se mantiene entre las actividades directas complementarias la preparación metodológica, los colectivos técnicos, la preparación de entrenamientos y la autopreparación; conceptualmente todas ellas constituyen formas de trabajo metodológico**.**

En el año 1999 en la VIII Reunión Nacional de secciones técnico-metodológicas, se orienta la carpeta metodológica, que no es más que el conjunto de indicaciones

y modelos que facilitan la organización con vistas a lograr el cumplimiento de los objetivos que tienen determinados las estructuras para el trabajo técnico-metodológico.

El enfoque de la preparación metodológica no identificado como forma de trabajo metodológico, la declaración de formas de preparación metodológica y o de trabajo metodológico no coincidentes, en los documentos normativos del INDER limitan, entre otros, la materialización del carácter de sistema que debe caracterizar al trabajo metodológico.

1.2.2. El trabajo metodológico como vía para elevar la preparación del entrenador deportivo

Cuando se hace referencia al trabajo metodológico como vía para elevar la preparación del entrenador deportivo, hay que enmarcar el trabajo metodológico en el contexto de la superación profesional. Por tanto, procede explicar qué se entiende como superación profesional del entrenador deportivo dentro del sistema de enseñanza postgraduada en Cuba.

Según Añorga (1994), la superación no es otra cosa que las acciones dirigidas a los recursos laborales con el propósito de actualizar y perfeccionar el desempeño profesional actual y/o perspectivo, atender insuficiencias en la formación o completar conocimientos y habilidades no adquiridos anteriormente y necesarios para el desempeño. Proceso que se desarrolla organizadamente y de forma sistémica.

Por su parte Castro Escarrá, citado por Valle (2007: 101) considera la superación como “un proceso continuo y permanente que se desarrolla a lo largo de la vida profesional del docente en el ejercicio y que conlleva un ilimitado crecimiento profesional y humano en el contexto del entorno social en que se desenvuelve […]”

Esta definición resulta de interés pues se asume la superación como educación perenne que permite al docente formar parte de la dinámica del cambio, tanto en

orientación como en el proceso educativo, para enfrentar los problemas planteados por el adelanto científico y tecnológico, y los imperativos del desarrollo económico, social y político; además, le asegura las condiciones para reflexionar sobre la efectividad de su realidad escolar y transformarla.

Ambas definiciones ponen de manifiesto la necesidad de discutir las formas de superación que se deben emplear, las maneras en que ellas pueden ser diseñadas, o lo que es lo mismo, las vías que pueden ser utilizadas para lograr el mejoramiento profesional y humano de los profesionales de la educación.

En el Informe de la Organización Internacional del Trabajo (2000), se reconoce la formación permanente en un vínculo estrecho con el proceso de profesionalización de los docentes, y se asume que existe una mayor responsabilidad para el desarrollo y evolución de los planes de estudio, los enfoques pedagógicos, la organización del trabajo y los resultados de la educación, la motivación para el comportamiento profesional; así como la voluntad y capacidad de responder a los cambios en torno al aprendizaje y las nuevas expectativas de los resultados de la educación.

Por supuesto, la idea anteriormente expresada evidencia que la elevación de la competencia y el desempeño del profesional proporcionan respuesta a las propias necesidades del profesor en la actividad docente que realiza y a los cambios que se operan en el sistema educativo del país. Así, el entrenador utiliza su propia práctica pedagógica como constante elemento de autosuperación. Por esto se plantea que tiene carácter diferenciado, y garantiza el conocimiento de las problemáticas que surgen en el proceso docente-educativo, además de sus vías de solución, aplicación y validación.

En las condiciones de la investigación que se presenta, se asume la superación profesional como aquel proceso continuo a través del cual se busca ampliar y fortalecer el horizonte cultural del entrenador y enriquecer cualitativamente su práctica pedagógica y el dominio de su campo del saber, mediante el desarrollo de

actividades teóricas y prácticas de diferente orden desde el cual sea posible la sistematización y transformación de sus representaciones. (Ruiz, 1997).

Al tratar el tema de la superación algunos autores se han referido a la combinación de diversos factores, y especialmente a la atención a los contextos de su propia práctica, el trabajo integrado de los distintos centros para lograr los objetivos concretos de acuerdo con las necesidades y perspectivas de desarrollo de los profesores para el mejoramiento profesional y humano. (Berges, 2003) (Lombana, 2005).

Los modelos establecidos para la superación profesional han sido compilados; entre ellos tenemos: el modelo de formación academicista, el modelo de formación utilitaria, el modelo de formación centrada en el aula y el modelo de formación descentralizado. (Lorences, 2003).

Al analizar cada uno de esos modelos y de acuerdo con los criterios de Fraga (2005), se considera que los de mayor trascendenciaactualmente, según las características de la escuela cubana, son el modelo de superación profesional centrado en el aula y el que descentraliza el sistema de superación, pues se trata de que responda cada vez más a la satisfacción de las necesidades de los profesores para su desempeño en el contexto de actuación, que le permita asumir una posición activa en la práctica pedagógica y que reciba una educación a lo largo de toda su vida.

Lo anterior implica, como bien ha planteado Bernaza (2004), que en la superación profesional, es necesario considerar el sustento teórico del enfoque histórico cultural de L.S. Vigotski y sus seguidores como soporte fundamental para el diagnóstico de los profesores, así como la proyección de acciones que lo enseñen a ascender al nivel deseado y a aprender a lo largo de la vida, y a emprender tareas con independencia y creatividad, las cuales pueden ser enriquecidas con la experiencia personal mediante las interacciones que se producen con los demás.

Según lo establecido en las diferentes resoluciones ministeriales que abordan el tema, el trabajo metodológico preparará al entrenador deportivo para ejercer su

misión con calidad y eficiencia, por lo que se puede establecer una dependencia directa entre este y la calidad del proceso docente-educativo (entrenamiento), lo cual significará atender sus componentes personales y no personales desde la propia perspectiva del trabajo metodológico, en la dinámica que proporciona la realización del diagnóstico del estado real del proceso que se quiere transformar.

Es por ello que el trabajo metodológico en las EIDE debe ser sistemático, y profundo y estar caracterizado por el análisis individual y colectivo. Debe estar encaminado a elevar el nivel político-ideológico, científico-teórico y pedagógico-metodológico del colectivo de profesores como factor indispensable para su desarrollo desde el punto de vista integral.

De acuerdo con las precisiones efectuadas, el trabajo metodológico para el entrenamiento deportivo, al igual que el proceso docente-educativo, puede ser caracterizado como:

- Una actividad planificada, organizada, controlable y dinámica.
- Fuente de diagnóstico del estado real y deseado del colectivo pedagógico.
- Sistémico y colectivo.
- Fuente de autopreparación individual y colectiva.
- Una actividad con un marcado carácter demostrativo.
- Fuente de debate científico.
- Por su valor político-ideológico.
- Fuente de participación de estudiantes (deportistas) y entrenadores (docentes).

Las acciones metodológicas deben realizarse por entrenadores o grupos de entrenadores con el fin de lograr la excelencia en la dirección del proceso de entrenamiento deportivo que dirigen en la escuela deportiva. En este contexto dicha finalidad hace que el carácter instructivo y educativo de la acción del entrenador no se analice aislada ni paralelamente, sino debiendo verse en armonía, lo que revela las dimensiones conceptuales, procedimentales y

actitudinales que están presentes en el trabajo metodológico como contenido de la superación profesional de lo entrenadores deportivos, en correspondencia con los fines de la educación cubana.

Las dimensiones antes señaladas se sustentan en los componentes del contenido de todo proceso instructivo educativo, por tanto la dimensión conceptual se refiere al sistema de conocimientos, relacionados en este caso con la preparación que requiere el entrenador sobre el trabajo metodológico con la preparación psicológica, a su vez lo procedimental alude al necesario desarrollo de habilidades que conlleven el saber hacer como base de las actividades concretas y lo actitudinal por su parte tiene que ver con los sentimientos, motivaciones y actitudes ante lo que se aprende.

Se asume lo señalado por Gutiérrez (2005), quien refiere que estos componentes se desarrollan en un proceso único (proceso pedagógico) con una estrecha relación entre habilidades, conocimientos y valores. Así la educación supone el uso de conocimientos y habilidades en conformidad con determinados principios, convicciones, ideales, y para esto es necesario que los conocimientos y las actividades en general vayan asociadas y provoquen los sentimientos adecuados para el logro de los objetivos educacionales en la formación de valores.

La concepción de la superación profesional que se asume parte de la determinación científica de necesidades de superación que poseen los docentes-entrenadores, y luego se concilia con el grupo la estrategia que se seguirá a partir de una propuesta flexible y consensuada; tiene en cuenta el funcionamiento de la cátedra del deporte, en este caso la del voleibol, la institución donde ésta se encuentra ubicada; así la superación propuesta responde a las necesidades del desarrollo deportivo del contexto estudiado.

Según el Reglamento para la Educación de Postgrado (Resolución 132 de 2004), entre otras formas organizativas de la superación declara**:** la autopreparación, la conferencia especializada, el seminario, el taller, el debate científico y otras que complementan y posibilitan el estudio y la divulgación de los avances del conocimiento, la ciencia, la tecnología y el arte.

Pero al mismo tiempo se desarrolla un sinnúmero de variantes de superación profesional de carácter no académico, que suelen agruparse en categorías diferenciadas dados muchos puntos de semejanza entre ellas**:** "autopreparación, entrevistas, consultorías, asesoramientos, adiestramientos laborales, pasantías, producción científica, observación del arte, observación del deporte, disfrute activo del medio ambiente, talleres, seminarios, encuentros científicos, conversatorios, servicios técnicos y otras". (Añorga, 1996: 22).

Hoy día, estas variantes aparecen en investigaciones aplicadas, los cuales constituyen procesos pedagógicos singulares, sin dejar de responder, en última instancia y en diferente medida, a las exigencias generales de la pedagogía.

Por tanto, el trabajo metodológico constituye una vía de superación profesional desde el puesto de trabajo, que genera un menor gasto de tiempo y recursos, así como una retroalimentación inmediata desde la práctica profesional.

El trabajo metodológico deberá constituir la vía principal en la preparación de los entrenadores para lograr que pueda concretarse, de forma integral, el sistema de influencias que ejercen en la formación de sus deportistas para dar cumplimiento a las direcciones principales del entrenamiento deportivo y las prioridades de las categorías deportivas.

Si el entrenador está consciente de las dificultades que aún debe superar en su trabajo y tiene claras las necesidades cognoscitivas que pueden servir de base al perfeccionamiento de su labor, entonces esto se convierte en motivo para la búsqueda de modo independiente de acciones de superación, lo cual redundará en su competencia profesional y la reafirmación de su autodeterminación profesional pedagógica. El trabajo metodológico es una vía para concientizar esas dificultades.

En correspondencia con lo analizado hasta aquí y en el marco de la enseñanza deportiva, para la autora el trabajo metodológico se manifiesta como el proceso de gestión de la Didáctica, pero se considera que, con su desarrollo, es necesario a

los efectos de esta tesis resolver lo relacionado con la atención a la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo.

1.2.3 La preparación del entrenador de voleibol a través del trabajo metodológico de la preparación psicológica

En la investigación, como se expresa en la introducción del informe, considerar la preparación psicológica como un subsistema del proceso pedagógico de preparación del deportista conduce al razonamiento de que el trabajo metodológico es inherente a todos los procesos relacionados con la preparación deportiva. Desde esta perspectiva la actividad metodológica caracteriza el sistema de trabajo de los entrenadores deportivos, y se refiere a los caminos o vías para favorecer la actuación consciente, en este caso, respecto a su proceder con la preparación psicológica.

Lo expresado anteriormente justifica la utilización del término *trabajo metodológico de la preparación psicológica.*

El trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador se concibe como las acciones de carácter metodológico que se ejecutan con y por los entrenadores deportivos para integrar la preparación psicológica a la preparación teórica, física, técnica y táctica, utilizando los recursos propios del entrenamiento, con vistas al desarrollo multifacético de sus deportistas.

Esas acciones se deben caracterizar por:

- Tener como finalidad la preparación teórica y metodológica integral del entrenador en los contenidos relacionados con la preparación psicológica.
- Ofrecer métodos y procedimientos a los entrenadores para el tratamiento de la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo.

- Potenciar el papel del entrenador como parte esencial del proceso de entrenamiento, encargado de su dirección, y responsable de su aprendizaje y autoaprendizaje independiente.
- Promover el desarrollo de iniciativas en función de mejorar todo el proceso pedagógico y de preparación deportiva de los deportistas.
- Asumir como referentes teórico y metodológico la cooperación como una estrategia de trabajo metodológico para concebir la preparación psicológica.

El trabajo metodológico de la preparación psicológica es una vía para elevar la preparación del entrenador deportivo en ese contenido.

La preparación que reciben los entrenadores deportivos a través del trabajo metodológico de la preparación psicológica debe repercutir en la calidad del proceso de entrenamiento que desarrolla con sus deportistas.

A criterio de la autora la preparación del entrenador de voleibol a través del trabajo metodológico de la preparación psicológica debe tener un enfoque estratégico y debe caracterizarse por ser una actividad cooperada.

Para que el entrenador deportivo pueda desempeñar con eficiencia su función respecto a la preparación psicológica debe, entre otros aspectos, aprender a planificar su trabajo, determinar los objetivos adecuadamente y elegir los métodos, procedimientos y técnicas correctos para alcanzar dichos objetivos.

Para ello tiene que prepararse, y ha quedado expuesto que una vía para lograr esa preparación puede ser a través del trabajo metodológico. Solo que esa preparación a través del trabajo metodológico tiene que concebirse con acciones que respondan a metas y objetivos básicos a corto, mediano y largo plazo, acciones que como vías y medios que se planifican respondan a prioridades, ámbitos de aspiraciones y objetivos específicos del grupo de entrenadores. Se deben caracterizar por su alcance estratégico.

A partir de los planteamientos realizados por diferentes autores (Addine y otros, 1998); (De Armas Ramírez, 2003), (Rodríguez, 2004), (Valle, 2007), entre otros,

sobre el concepto de estrategia en el ámbito educativo, se asume en esta investigación que en una estrategia se modela un proceso futuro que responde a objetivos definidos, se fundamenta y establece su necesidad social y se concreta en acciones que pretenden cambios cuantitativos y cualitativos en un tiempo dado.

La estrategia que se propone dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica en el voleibol, es la vía utilizada para preparar al entrenador, de manera que pueda ofrecerle un tratamiento adecuado a este componente de la preparación del deportista Se asume como un conjunto de acciones secuenciales e interrelacionadas que, partiendo de un estado inicial, revelan el proceso de dirección del trabajo metodológico de los entrenadores de voleibol, a un estado deseado para contribuir al desarrollo de la preparación psicológica desde su accionar. Se utilizan como acciones metodológicas de la estrategia las diferentes formas de trabajo metodológico, que a su vez son formas de superación: talleres, asesoramiento, autopreparación, entre otras. Estas formas de trabajo metodológico, desencadenan procesos de formación permanente en los entrenadores de voleibol desde su puesto de trabajo.

Respecto al trabajo cooperado que debe caracterizar al trabajo metodológico de la preparación psicológica, es preciso apuntar que sus potencialidades lo hacen relevante para el desarrollo personal de los entrenadores deportivos.

Entre los entrenadores que se superan se pueden desarrollar actitudes positivas a través del trabajo metodológico hacia la incorporación de nuevos referentes cognitivos cuando se practica el trabajo cooperado. Este promueve las relaciones entre ellos, aumenta la motivación y la autoestima; desarrolla habilidades interpersonales y estrategias para resolver conflictos; fortalece la habilidad para opinar y escuchar; permite, a través de la discusión grupal el concilio de criterios, desarrolla la tolerancia, la flexibilidad y la apertura hacia los demás; enseña a compartir responsabilidades; desarrolla el compromiso hacia los demás; enseña a organizarse y a dividir las tareas y los papeles para lograr un mejor resultado; permite una mayor riqueza en el aprendizaje, gracias a los diversos acercamientos que se plantean para cada tarea; y brinda el espacio para superar las dificultades

que alguien pueda tener en un ambiente de compañerismo y confianza. (Castillo, 2002)

El trabajo cooperado se entiende como agrupación de personas que orientan sus esfuerzos para obtener resultados satisfactorios en el manejo de un tema o trabajo común. El trabajo individual y colectivo se realiza con un espíritu de complementación mediante una adecuada coordinación y articulación de tareas, y en un clima de respeto y confianza mutua altamente satisfactorio. (Ander-Egg, 1994)

Conclusiones del capítulo

La sistematización de los fundamentos científicos asociados al trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol, en el cual se toman en cuenta las exigencias del deporte en cuestión y la situación social del desarrollo de los voleibolistas constituye el soporte teórico referencial de la solución que se propone y finalmente se aplica en la práctica.

Capítulo 2. Concepción metodológica del estudio y diagnóstico del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol de la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara.

En este capítulo, primero se describe el contexto del estudio, declarándose las poblaciones y muestras que intervienen en el proceso investigativo. Luego se describe y justifica la concepción metodológica aplicada para la obtención del resultado científico fundamental de la investigación –la estrategia– .Finalmente, se ofrece el diagnóstico del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador de voleibol de la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara que justifica la propuesta.

2.1 Contexto del estudio

El estudio forma parte del proyecto científico-técnico de innovación tecnológica *"Modelo Didáctico Alternativo para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista*". Sus resultados permitieron introducir cambios en el Programa Nacional de Preparación del voleibol y, como parte del programa, se introdujeron las orientaciones metodológicas para la preparación psicológica que constituyen un antecedente del presente trabajo.

Se selecciona la provincia de Villa Clara para el estudio por ser la sede del mencionado proyecto.

Como se ha expresado, la investigación se desarrolla en la Escuela de Iniciación Deportiva (EIDE) "Héctor Ruiz" de Villa Clara, con los entrenadores del deporte voleibol, los cuales preparan seis equipos: cuatro de voleibol de sala en las categorías 12-13 y 14-15 años femenino, y 13-14 y 15-16 años masculino, dos de voleibol de Playa, uno de cada sexo en la categoría 14-15 años.

Estos entrenadores forman parte de la cátedra de voleibol de este centro la cual constituye la célula donde se organiza y ejecuta la preparación metodológica de

los profesionales del alto rendimiento en una disciplina deportiva dada, de acuerdo con lo establecido en la Resolución 256/89 del INDER.

La cátedra de voleibol de este centro escolar en el curso 2007-2008 contaba con 11 entrenadores, de quienes se ofrece una caracterización en el Anexo 1.

2.1.1 Población y muestra

La población en estudio la constituyen los 11 entrenadores de voleibol de la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara, quienes aportan información relevante para la fase de diagnóstico de la investigación. En la fase de implementación se experimenta con 8 de los 11 entrenadores; se excluyen 3 por encontrarse en asistencia técnica en el extranjero durante ese período (curso 2008-2009).

Durante el proceso investigativo se toman en cuenta los criterios de la psicóloga del Centro Provincial de Medicina Deportiva que atiende dicho deporte. Se considera conveniente su inserción por el grado de participación que tiene en la preparación psicológica y los criterios que puede aportar al estudio; pues participa en los chequeos de la preparación deportiva y mantiene estrechos vínculos de trabajo con sus entrenadores.

Participan los dos metodólogos que atienden el voleibol por la Sección Técnico-metodológica Provincial.

Una muestra de 18 expertos interviene para emitir sus criterios sobre la calidad formal y posibilidades de implementación práctica de la propuesta.

2.2 Descripción y justificación de la concepción metodológica del estudio

El diseño empírico de la investigación se organiza en tres fases**:** fase de diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el contexto predeterminado, fase de diseño de la propuesta de estrategia, y fase de evaluación de la propuesta. A continuación se describen cada una de esas fases.

Primera fase: Diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador de voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara.

Con vistas a diagnosticar el estado actual de la preparación del entrenador para el trabajo metodológico de la preparación psicológica, se ha considerado necesario ante todo constatar la preparación que ha recibido el entrenador desde el currículo tanto en pregrado como en postgrado, la orientación que le ofrece el programa de preparación del deportista como documento rector, y la labor desplegada por el entrenador en la práctica para el desarrollo de la preparación psicológica.

Esta información permitirá precisar el estado del que se parte para mejorar la preparación del entrenador a través del trabajo metodológico de la preparación psicológica.

Para ello se han aplicado los métodos y técnicas de investigación siguientes:

- El análisis documental

Desde el punto de vista metodológico se procedió de la manera siguiente: Determinación de los objetivos del estudio documental, determinación de los documentos a estudiar, selección del tipo de estudio documental (tradicional o clásico), determinación de las unidades de análisis (elementos primarios en los que se fracciona el contenido para estudiar el documento), y elaboración de las categorías de análisis (conceptos que se utilizarán para clasificar el contenido).

El estudio documental se realiza registrando la información la cual se evalúa mediante procesamiento de los datos, valoración cuantitativa y cualitativa e interpretación a partir de los referentes teóricos, llegándose a conclusiones generalizadoras.

Los objetivos del análisis documental fueron los siguientes**:**

- Valorar críticamente los documentos que norman la formación del entrenador deportivo en materia de Psicología aplicada al deporte desde el currículo tanto en pregrado como en postgrado.

- Valorar críticamente el tratamiento que se le ha dado a la preparación psicológica en los Programas de Preparación del Deportista, documento rector en la labor del entrenador.
- Constatar el tratamiento que se le ha dado a la preparación psicológica en los planes de entrenamiento derivado de lo que orienta el Programa de Preparación del Deportista.

Los documentos estudiados se relacionan a continuación**:**

- Planes de estudio de la Carrera de Licenciatura en Cultura Física desde el Plan "A" hasta el "D" de reciente implantación.
- Las ofertas de actividades posgraduadas sobre la Psicología del Deporte desde el curso 2000-2001 hasta el 2006-2007.
- Los Programas de Preparación del Deportista del voleibol desde 1988 hasta la fecha: programa vigente a partir de 1988, programa del año 1998, programa del ciclo 2000-2004 que se implementa en el 2002, y programa del ciclo 2004-2008.
- Los planes de entrenamiento para los voleibolistas de la EIDE de Villa Clara correspondientes a los cursos 2006-2007 y 2007-2008. Se analiza cómo se contempla la preparación psicológica antes y después de la presencia de las orientaciones para la preparación psicológica en el programa nacional.

En los planes de estudio se analizan los contenidos de los programas de Psicología impartidos, con especial interés en las vías y métodos para enfrentar la preparación psicológica. Del mismo modo se hace con los programas de Psicología del Deporte de las diferentes figuras del postgrado del subsistema de Alto Rendimiento.

Las unidades de análisis de los Programas de Psicología del Deporte en el pregrado, fueron: Psicología I (A), Psicología II (A), Psicología I (B), Psicología II (B), Psicología III (B), Psicología I (C), Psicología II (C), Psicología (D), Psicopedagogía (D). Las categorías de análisis son los contenidos de Psicología General, Psicología Evolutiva, Bases Psicológicas de la preparación física, preparación técnica, preparación táctica y las bases de la preparación psicológica.

Para el análisis de los Programas en el postgrado, se consideró como unidad de análisis el Subsistema de Superación Deporte de Alto Rendimiento, en particular: el diplomado, la maestría y la especialidad. Las categorías de análisis seleccionadas fueron vías y métodos para la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo y distinción de los papeles del psicólogo y el entrenador deportivo en este sentido.

Para el análisis de los programas de preparación del deportista, la unidad de análisis considerada fue la preparación psicológica y las categorías fueron las siguientes**:** objetivos para la preparación psicológica, derivación de los objetivos en cada una de las unidades de entrenamiento, presencia de tareas específicas derivadas de los propios contenidos de la preparación, caracterización psicológica de las categorías de deportistas, valoración de los principales aspectos psicológicos del deporte y vías para planificar la preparación psicológica.

En los planes de entrenamiento la unidad de análisis fue la planificación de la preparación psicológica y las categorías seleccionadas fueron**:** derivación de las tareas planteadas en las orientaciones del programa nacional, acciones concretas dirigidas a la preparación psicológica, relación preestablecida de los demás componentes de la preparación con lo psicológico.

- La encuesta

La encuesta es una técnica donde, por medio de preguntas escritas organizadas en un cuestionario impreso, se obtiene información sobre los aspectos relevantes de la investigación. En este caso se aplica una encuesta semiestandarizada a los entrenadores deportivos. Se procedió de la manera siguiente**:**

Dirigida a los 11 entrenadores deportivos de voleibol del estudio, se aplica con el propósito de indagar la valoración de ellos respecto a la manera en la que se trata la preparación psicológica en el programa de preparación del deportista, las causas que le atribuyen al comportamiento actual de la atención a la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo, su autovaloración respecto al

tratamiento que ellos le ofrecen a ese tipo de preparación y las formas de trabajo metodológico que se utilizan para ello.

Se elabora el instrumento (el cuestionario) y se somete a pilotaje. Este se realizó con ocho estudiantes que han realizado su práctica laboral investigativa vinculados al voleibol escolar, procedentes del Curso Regular de Atletas de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara. De acuerdo con sus criterios y expresiones se modificaron algunas palabras y enfoques de las preguntas.

Este cuestionario (Anexo 2) fue aplicado a inicios del curso 2007-2008 en un espacio de las actividades de la preparación metodológica convocada por la Sección Técnica de la provincia en la que participaron los 11 entrenadores de la EIDE.

Los datos susceptibles de medición se procesan mediante tablas de frecuencias.

- La entrevista

Constituye una técnica de investigación donde se desarrolla una conversación planificada con el sujeto entrevistado. Se distingue por su carácter intencional**,** dirigido a fines conscientes**:** la obtención de información y la orientación a las personas entrevistadas.

Se utilizó la entrevista de tipo semiestructurada con el objetivo de profundizar en los resultados obtenidos en la encuesta. Los temas abordados se precisan en el Anexo 3. La información obtenida se procesa cualitativamente a través del análisis de contenido.

Esta entrevista se realizó a los 11 entrenadores de la EIDE y a los dos metodólogos que atienden el voleibol por la Sección Técnico-metodológica, para un total de 13 entrevistados.

Se utilizó la entrevista focalizada. El objetivo era conocer cómo se orienta y desarrolla la preparación psicológica por parte del psicólogo designado por el Centro Provincial de Medicina Deportiva, así como sus consideraciones sobre las orientaciones del programa vigente. (Anexo 4)

- La observación científica

Como método clásico de investigación, la observación científica en este caso se aplica en estrecha relación con la revisión realizada a los planes de entrenamiento.

Para garantizar la fiabilidad y validez necesarias, se tuvo en cuenta una serie de características, entre las que cabe destacar**:**

- Planificación adecuada.
- Definición clara y precisa de objetivos que es posible cubrir.
- Sistematización de los datos para garantizar su rigor.
- Delimitación de los datos que se deben conseguir.
- Registro de datos en los instrumentos o soportes convenientes.
- Triangulación de las observaciones realizadas.

El registro de observación fue elaborado por la investigadora con la colaboración de la psicóloga de ese deporte, quien también fue observadora. El debate entre investigadora y psicóloga, apoyado en el diálogo, permitió la polémica, el esclarecimiento y el consenso, para confrontar ideas, experiencias y llevar a cabo sin dificultad la observación.

La observación a sesiones de entrenamiento – 12 en total – aportó elementos para fundamentar la necesidad de investigar sobre el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo y proponer soluciones. Estas observaciones se realizaron durante la etapa de preparación general, dos a cada equipo. Para ello se diseñó una guía de observación (anexo 5), la cual permitió centrar la atención en aspectos precisos relacionados con la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo en función de la preparación psicológica durante el proceso de entrenamiento.

- Triangulación

Su principio básico consiste en recoger y analizar datos desde distintos ángulos con el fin de contrastarlos e interpretarlos. Esta confrontación puede hacerse

extensiva a datos, investigadores, teorías, métodos, entre otros, de los que se derivan diferentes tipos de triangulación.

En este caso se utiliza la triangulación metodológica. Se aplican diferentes métodos y/o instrumentos sobre un mismo tema de estudio con el objetivo de corroborar los datos obtenidos.

El análisis y valoración de los resultados obtenidos así como las conclusiones a las que se arriba sobre la situación actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el contexto del estudio, se presenta en el epígrafe 3.3.

Segunda fase de la investigación: Diseño de la propuesta de estrategia.

Corresponde en la segunda fase de la investigación, determinar los componentes estructurales y establecer la dinámica de la estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica en el deporte voleibol. Se diseña el modelo ideal de la estrategia.

En esta fase de la investigación son los métodos del nivel teórico los que predominan. Se emplearon el analítico-sintético, el inductivo-deductivo, el método histórico-lógico y el enfoque sistémico, ya enunciados y explicados sus propósitos en la introducción de este informe.

El análisis de documentos incluyó la determinación de la frecuencia con que aparecen en un documento ciertas categorías previamente definidas. En este caso se plantea el análisis del tratamiento de la preparación psicológica en los planes, las instrucciones y las indicaciones metodológicas las cuales permiten apreciar los objetivos de la preparación psicológica, las pautas que prevalecen, el estilo de trabajo, la relación entre los diferentes componentes de la preparación del deportista y la formación y superación de los entrenadores deportivos en relación con la Psicología.

Tercera fase de la investigación: Evaluación de la propuesta de estrategia.

En esta fase se utiliza el método de evaluación a través del criterio de expertos, precisando el objetivo explícito de la consulta a expertos, cómo se seleccionan los expertos, el cuestionario para que emitan sus juicios, la metodología utilizada y el procesamiento de la información.

El objetivo de la consulta a los expertos es evaluar la calidad formal de la estrategia como resultado científico y sus posibilidades de aplicación en la práctica.

Para la selección de los expertos se suelen utilizar los criterios siguientes**:** competencia, creatividad, capacidad de análisis, espíritu colectivista y autocrítico, efectividad de su actividad profesional, disposición a participar y tiempo real para hacerlo. Dichos criterios han sido considerados en este caso.

Entre los procedimientos que permiten realizar la selección de una manera menos subjetiva se encuentran los que descansan en la autovaloración de los expertos, en particular tiene aceptación la determinación de la competencia a partir de la actividad fructífera del candidato a experto, el nivel y profundidad de conocimientos de los logros de la ciencia y la técnica en el mundo, la comprensión del problema, y las perspectivas de su desarrollo.

Es posible calcular el coeficiente de competencia del experto, de acuerdo con la opinión del candidato sobre su nivel de conocimiento acerca del problema que se está resolviendo y con las fuentes que le permiten argumentar sus criterios. El procedimiento seguido se ilustra en el anexo 6.

Las fuentes que le permiten al experto argumentar sus criterios, dadas en el método para el cálculo del coeficiente de competencia, fueron adecuadas, a partir de lo planteado por Crespo (2007) en sus reflexiones sobre el empleo de este método en la investigación.

Se parte de una lista de 18 posibles expertos, y al calcular el coeficiente de competencia se obtienen 14 con nivel alto y 4 con nivel medio, por lo que los 18 posibles expertos se consideraron como tal (especialistas con máxima competencia para evaluar la propuesta). En el anexo 7 se ofrece una caracterización de los expertos.

La metodología que se elige es la denominada *comparación por pares*. Se inicia con la elaboración del cuestionario, con los aspectos a valorar por los expertos, el cual es entregado por escrito a los mismos. Los ítems del cuestionario (anexo 8) responden al objetivo declarado para el cual se aplica el método. Las respuestas al cuestionario aplicado a los expertos se procesaron estadísticamente mediante un algoritmo automatizado (Crespo, 2007). Los resultados de la evaluación de la propuesta mediante sus criterios se ofrecen en el próximo capítulo.

Para la evaluación de la propuesta en la práctica se realiza un experimento pedagógico (diseño pre-experimental) con el objetivo de corroborar la hipótesis siguiente:

La implementación de acciones metodológicas con un enfoque estratégico, sustentadas desde la perspectiva de la formación permanente del entrenador deportivo, respondiendo a los lineamientos de trabajo metodológico, y caracterizadas por la actividad cooperada permitirá satisfacer las necesidades de preparación de los entrenadores de voleibol de la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.

El experimento se desarrolla durante el curso 2008-2009. El grupo experimental lo integran los ocho entrenadores de voleibol que laboran en la EIDE "Héctor Ruíz" de Villa Clara en ese período.

Se realiza una comparación estadística de los resultados antes y después de la aplicación de la estrategia mediante la prueba de rangos señalados de Wilcoxon utilizando el SPSS para Windows versión 17.0.

La prueba no paramétrica de rangos señalados de Wilcoxon para muestras relacionadas, es una prueba de hipótesis de antes y después, aplicable a variables discretas ordinales, la cual calcula las diferencias por pares y las ranquea en conjunto. Si la hipótesis fundamental H_0 es cierta, no hay predominio de incrementos y reducciones en las diferencias. La regla de decisión es que si la significación del test (α) es menor que el nivel de significación prefijado por el

investigador (α_0) se rechaza la hipótesis nula (H_0), por lo que se concluye que hay cambios significativos en lo que se compara. En caso contrario, no se rechaza la hipótesis nula y no hay razones para afirmar que se producen cambios significativos. En este caso se prefija el nivel de significación $\alpha_0 = 0,05$.

Evaluado el diseño de la propuesta de estrategia, por los expertos y en la práctica, se llega a la estrategia definitiva, que es el resultado científico que se ofrece.

Los resultados de estas fases se explicitan en el tercer capítulo.

2.3 Resultados del diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador de voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara.

Resultados del análisis documental

A continuación se exponen los análisis realizados a los programas de formación y superación para los entrenadores deportivos como resultado de la aplicación de la concepción metodológica para la constatación descrita en el epígrafe anterior. Se resume el análisis en el anexo 9.

Análisis de los Planes de estudios de la Carrera de Licenciatura en Cultura Física desde el Plan "A" hasta el "D" de reciente implementación.

- Los contenidos de Psicología General (Procesos psíquicos, el desarrollo de la personalidad) están en todos los programas de Psicología I.
- Lo evolutivo se trata en la Psicología II del "B", en la I del "C" y en la Psicología del "D".
- Las bases psicológicas de los componentes de la preparación están en la II del "A", en la III del "B" y en la II del "C", y con otro enfoque en la Psicopedagogía. Las bases están en los planes A, B, C y las vías no aparecen definidas explícitamente en ninguno.

Se considera que el tratamiento de la preparación psicológica en los programas de las correspondientes asignaturas de dicha disciplina está planteado de forma muy

general. *No se precisa explícitamente lo relacionado con la preparación psicológica y fundamentalmente lo relacionado con su tratamiento metodológico.*

En los programas del resto de las asignaturas que tienen que ver con el entrenamiento deportivo, llámese deportes específicos y las teorías y metodologías, *la problemática es abordada de manera muy superficia, con mayor énfasis en los demás componentes de la preparación.*

En la concepción general de los diferentes planes de estudio se reconoce que la Psicología como ciencia es necesaria para la formación de los egresados de esta especialidad, dado por su esencia pedagógica así como por el papel que desempeña en los casos en que los escolares lleguen a escalar los más altos peldaños del alto rendimiento.

Las directrices curriculares para la formación de entrenadores deportivos también reconocen la necesidad de formación continua de manera tal que garantice resolver las insuficiencias que traen desde la formación inicial, las cuales deben ser diagnosticadas previo al diseño de cualquier forma de superación.

En relación con la formación de entrenadores deportivos, se reconocen implícitamente las necesidades de conocimientos psicológicos profesionales; las mismas deben ser concebidas dentro de los programas de la disciplina, y no como un contenido transversal en las asignaturas propias del ejercicio de la profesión. Al mismo tiempo los planes actuales valoran la necesidad de una formación interdisciplinar para contribuir al logro de una formación más integral.

En los planes de estudio de la carrera se reconoce todo lo relacionado con la preparación psicológica, pero *se carece de una práctica que permita determinar cómo, cuándo y para qué le corresponde al entrenador deportivo intervenir en el proceso de preparación psicológica sin interferir en los demás componentes de la preparación del deportista.*

Análisis de los programas de Psicología del Deporte en el postgrado

- En los programas de las figuras del postgrado analizadas se trata lo relacionado con la intervención psicológica, y lo relacionado con la planificación de la preparación psicológica.
- No aparece tratada la definición de los papeles del psicólogo y el entrenador deportivo en la preparación psicológica.

Sin embargo, hay necesidad reconocida de trabajar en los contenidos de las diferentes formas organizativas de la superación profesional, ya sean principales como no principales y de las formas académicas del postgrado, cuyos contenidos lleven implícitos el qué y el cómo de la preparación psicológica, distinguiendo las funciones del entrenador deportivo y el psicólogo.

Se puede apreciar que los documentos establecidos para la formación de los profesionales de la actividad física y el deporte ofrecen oportunidades para la superación profesional en el tema de la Psicología del Deporte, pero *el énfasis fundamental recae en aspectos relacionados con la dimensión conceptual de esta ciencia.*

Se constata que *no se declaran los aspectos referidos a las dimensiones e indicadores actitudinales y procedimentales que deben poseer los entrenadores deportivos en su formación para garantizar que puedan dirigir el proceso de enseñanza-aprendizaje (entrenamiento) de forma óptima y potenciar en sus alumnos y alumnas una preparación en el orden psicológico que les permita en un futuro asimilar recursos más complejos en dependencia de las mayores exigencias que demanda el deporte en general.*

Análisis de los Programas de Preparación del Deporte Voleibol

El análisis se realiza a partir del programa de preparación que comienza a regir a partir de 1988. Un resumen del proceso seguido para este análisis aparece en el anexo 10.

En el programa de preparación (1988) se constata lo siguiente**:**

- Aparecen algunas consideraciones psicológicas en la preparación deportiva de los voleibolistas escolares fundamentando la importancia de los factores psicológicos en relación con el rendimiento de un equipo.
- Se asumen cuatro aspectos como líneas de trabajo del entrenador deportivo**:** la motivación, el control del jugador frente al stress de la competencia, el trabajo en equipo y la forma de vida del jugador.
- No aparecen vías para planificar la preparación psicológica.

Programas de Preparación del voleibol escolar del año 1998.

- No hacen referencia a los aspectos psicológicos en el voleibol escolar, ni a los factores y componentes que debe tener en cuenta el entrenador deportivo en relación con la preparación psicológica.

Programas de Preparación del voleibol escolar del ciclo 2000-2004 (se implementa en el 2002)

- Se incluye la caracterización de la categoría y el perfil psicológico de la edad.
- En los objetivos educativos se enuncia lo psicológico, pero no se derivan ni se concretan acciones.
- No se tienen en cuenta las vías para planificar la preparación psicológica.

Programa de Preparación del ciclo 2004-2008

- Se ofrecen vías a través de los recursos propios del entrenamiento deportivo para desarrollar lo cognitivo, afectivo, motivacional y volitivo.
- Se presenta el aprendizaje cooperativo como vía para el desarrollo de las cuatro esferas, pero no se brindan las herramientas necesarias para su utilización.

En general, en los Programas de Preparación del voleibol escolar se ofrecen algunas consideraciones psicológicas en la preparación deportiva de los voleibolistas. Se fundamenta la importancia de los factores psicológicos en relación

con el rendimiento de un equipo. Se asumen como líneas de trabajo del entrenador deportivo**:** la motivación, el control del jugador frente al stress de la competencia, el trabajo en equipo y la forma de vida del jugador. Se explican los procesos antes mencionados y particularidades psicológicas en relación con los comportamientos del deportista en el juego. Se orienta al entrenador deportivo para su labor en la búsqueda de logros deportivos. Se presentan limitaciones en lo relativo al proceso de enseñanza-aprendizaje desde el punto de vista psicológico.

A pesar de estar formulado lo psicológico en los objetivos generales, no están derivados los objetivos específicos, y se trata de manera superficial en el caso del deporte participativo. El mayor énfasis está en la preparación física y en lo técnico-táctico.

También se pudo constatar que *las insuficiencias presentadas en los programas que hacen alusión a la preparación psicológica son de orden orientador* pues, a pesar de establecer objetivos definidos, no se determinan acciones que posibiliten su adecuación al resto de las direcciones de la preparación. No se derivan y no se señalan tareas y medios para su desarrollo, ni se reflejan como parte de la preparación del deportista. No se precisan las características evolutivas de las categorías.

El hecho mismo de la inexistencia de un programa actualizado al alcance del entrenador deportivo hace que este no pueda derivar correctamente la preparación psicológica desde su perspectiva. Esta carencia metodológica no puede resolverse con la colaboración del psicólogo, pensarlo de esa manera es que no están correctamente delimitados los campos de acción de ambos profesionales en tan importante dirección del entrenamiento deportivo.

En el programa de 2002 ya se incluye una caracterización psicológica por etapas evolutivas, pero continúa sin reconocerse explícitamente, el trabajo con la preparación psicológica que debe partir desde este documento normativo.

El programa reelaborado en 2004 analiza con mayor profundidad lo referido a la preparación psicológica, y se incluyen las ya mencionadas orientaciones

metodológicas, con más precisiones en función de los recursos propios del entrenamiento deportivo.

Las orientaciones metodológicas, como se ha expresado en el epígrafe anterior, hacen referencia a las esferas cognoscitiva, afectiva, motivacional y volitiva con acciones concretas desde la propia actividad de entrenamiento para contribuir a su desarrollo. De manera general, existe una correspondencia entre los componentes de la preparación y las esferas psíquicas que se plantean en las orientaciones. Este último aspecto aunque incita a los entrenadores deportivos a vincular cada una de las esferas psíquicas con los componentes, no aparece de forma precisa con tareas concretas en todos los casos, lo que lleva a que se aluda a los componentes de la misma forma en que están en el programa, y no exista la necesaria adecuación a las condiciones concretas del entrenamiento y de sus deportistas.

Análisis de los planes de entrenamiento

Se realizó un análisis de los planes del curso 2006-2007 y 2007-2008. (Anexo 11)

En el curso 2006-2007 los planes hacían alusión a la preparación psicológica, pero no estaba expresada en los objetivos. La preparación psicológica solo estaba referida a las pruebas que realizaba la psicóloga de Medicina Deportiva y a la atención de carácter individual que brindaba esta profesional como resultado del diagnóstico, y a la atención individual de algún problema de esta índole detectado por el entrenador deportivo.

La caracterización psicológica del escolar –realizada por la psicóloga – refleja lo más significativo relacionado con la atención, su desarrollo intelectual, las relaciones interpersonales y las condiciones de vida y familia, en general. No existe una atención explícita a lo psicológico en los planes de entrenamiento. No se toma en cuenta en la planificación la presencia de este componente como se hace con los otros. Lo psicológico es atendido superficialmente y no aparecen vías para su puesta en práctica.

En los planes correspondientes al curso 2007-2008 se comprueba que se intenta trabajar la preparación psicológica con las orientaciones metodológicas contenidas en el nuevo programa de preparación del deportista. En los planes de entrenamiento están consignados los objetivos de carácter psicológico para cada categoría, planteados a nivel de macrociclo y retomados a nivel de mesociclo. Aparece además, una caracterización de los atletas basada en la entrevista realizada por los entrenadores deportivos y el psicólogo, donde se señala la concentración de la atención como el proceso con mayor dificultad. También se alude a las relaciones interpersonales en sentido general.

Como mayor debilidad se considera que en los mesociclos y microciclos las tareas de la preparación psicológica quedan consignadas de forma muy general, no se expresa cómo hacerlo desde los propios medios del entrenamiento. Se reiteran las que están planteadas a nivel de macrociclo y, por tanto, la derivación de lo psicológico queda diluida en el resto de los componentes al no existir tareas concretas de cómo desarrollar cada uno de los procesos psíquicos de manera general.

Del modo en que se plantean las tareas de carácter psicológico en los microciclos, se puede apreciar que están más destinadas al diagnóstico que realiza la psicóloga de acuerdo con lo planificado por Medicina Deportiva. No obedece, por tanto, a una concepción sistémica de su participación en la preparación deportiva.

No aparecen establecidas relaciones entre los ejercicios destinados al desarrollo de lo físico y lo técnico-táctico con lo psicológico. Por tanto, no se realiza un uso eficaz de los recursos propios del entrenamiento deportivo en función de lo psicológico desde la función del entrenador deportivo.

En el contenido de los párrafos anteriores se ha plasmado una valoración crítica de los documentos que norman la formación del entrenador deportivo en materia de Psicología Aplicada al Deporte desde el currículo, tanto en pregrado como en postgrado. Se ha constatado el tratamiento dado a la preparación psicológica en los Programas de Preparación del Deportista y su derivación en los planes de

entrenamiento. También se evidencia la necesidad de perfeccionamiento de las orientaciones metodológicas para la preparación psicológica desde la concepción del programa vigente con el propósito de su implementación sistemática.

Resultados de la encuesta realizada a los entrenadores

Los datos estadísticos obtenidos de la aplicación de la encuesta a los 11 entrenadores de voleibol de la EIDE se resumen en el anexo 12.

Se constató que la totalidad de los encuestados trabajan sistemáticamente con el programa de preparación del deportista. El nuevo programa es de su conocimiento, fue presentado en una sesión de la preparación metodológica, todos responden que lo tienen en forma digital y dos lo tienen impreso.

En relación con las orientaciones metodológicas para la preparación psicológica que aparecen en el nuevo programa de preparación del deportista la mayoría de los entrenadores las consideran incompletas y que no orientan el trabajo. Argumentan que son muy generales, no ofrecen información para operar con ellas y no saben consignarlas en los documentos de planificación. Las respuestas muestran que las orientaciones metodológicas resultan insuficientes como herramienta para que los entrenadores consideren la preparación psicológica como un contenido a tratar en su preparación metodológica.

El conocimiento y dominio de las exigencias psicológicas del voleibol y las características psicológicas de las edades de los voleibolistas en la EIDE no se manifiestan con un nivel adecuado. La respuesta mayoritaria de “parcialmente” así lo indica.

En general se evidencia que la preparación psicológica no es atendida debidamente. Entre las insuficiencias que se derivan de este análisis resaltan el predominio de lo físico y lo técnico-táctico en los contenidos de la preparación metodológica. No se integra al resto de los componentes de la preparación.

En correspondencia con lo anterior, la estimulación al desarrollo psicológico está centrada en los períodos próximos a competencias, y las actividades que se desarrollan no se encaminan a buscar conscientemente procedimientos dirigidos a

la preparación psicológica. Ello obedece a la escasa orientación que existe hacia este componente en los documentos normativos del proceso de preparación.

Entre las posibles causas de este fenómeno, los encuestados consideran que no se dispone del tiempo suficiente para dedicarlo de forma exclusiva a la preparación psicológica, les falta preparación para enfrentar lo psicológico como lo hacen con el resto de los componentes, y existe dificultad de acceso a fuentes bibliográficas actualizadas sobre lo psicológico o desconocimiento de la existencia de estas

Se evidencia que existen múltiples factores que inciden en lo anteriormente analizado, en su mayoría producto del enfoque tradicional y dirigido a los resultados que aún prevalece en el entrenamiento deportivo.

La dificultad relacionada con el acceso a fuentes bibliográficas actualizadas para la superación, o el desconocimiento de su existencia puede deberse a múltiples factores. Es importante el valor que adquiere este problema para la preparación de los entrenadores deportivos, pues dado el ritmo de desarrollo y cambio que sufre la práctica del deporte de alto rendimiento en estos tiempos, lo psicológico reviste un mayor peso en la preparación por las altas cargas físicas y psíquicas que todos estos cambios provocan en el deportista.

Se corrobora una vez más la necesidad de trabajar procedimientos dirigidos directamente a lo psicológico desde el accionar del entrenador deportivo, lo cual tiene gran incidencia en su labor profesional.

El problema relacionado con el control, según el 100% de los encuestados no es siempre suficiente, y en muchas ocasiones dirige la atención al análisis de los resultados, en detrimento del proceso que utilizó el entrenador para alcanzarlos. Todo esto apunta a insuficiencias en el tratamiento metodológico de la preparación psicológica.

Al no utilizarse plenamente y de forma propositiva las potencialidades psicológicas de lo físico, lo técnico y lo táctico y, realizarse pocas actividades encaminadas específicamente a atender lo psicológico, se evidencia que los recursos propios del entrenamiento deportivo no se emplean en función de lo psicológico. Lo anterior

apunta hacia un problema de orden metodológico a tratar por los entrenadores deportivos, y que requiere renovación para el cambio deseado.

De todas las razones que se exponen para argumentar este criterio, el mayor peso recae sobre aquellas relacionadas con la primacía de lo físico y lo técnico-táctico sobre lo psicológico, el insuficiente diseño de tareas que desde estos componentes atiendan a lo psicológico, así como la falta de variedad y el esquematismo en las tareas diseñadas.

Este resultado corrobora las insuficiencias expuestas por diversos investigadores que han abordado el trabajo de la preparación psicológica, y se evidencia que aún subsisten dificultades en el diseño de tareas que promuevan lo psicológico de forma intencionada, desde el accionar del entrenador deportivo.

Teniendo en cuenta el resto de las razones planteadas que obtuvieron alto porcentaje en la encuesta, en el diseño de las tareas de contenido psicológico, por lo general, no se integran de manera coherente y científica los requerimientos de una concepción sistémica del complejo proceso de la preparación del deportista desde las categorías escolares.

Al valorar cada entrenador deportivo su preparación para diseñar tareas de contenido psicológico, se comprobó que dos se autoevalúan en la categoría *mal,* seis lo hacen en la categoría de *regular* y tres se ubican en la categoría de *bien*. Ningún entrenador se autoevalúa de *excelente*. Todos consideran como las principales causas el poco tiempo que se le dedica en las preparaciones metodológicas y en los documentos normativos a esta actividad.

Entre otras razones expuestas por los entrenadores se encuentran las escasas actividades metodológicas donde se produzca intercambio de ideas al respecto, unido a la falta de indicaciones metodológicas para su tratamiento en los planes de entrenamiento.

Sobre el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo, los encuestados no tienen una idea clara de las formas que se utilizan, destacan las preparaciones metodológicas a nivel del grupo de deportes

con pelotas, y los colectivos de cátedra del voleibol; estos últimos se realizan con mayor sistematicidad. No hacen referencia entre los temas tratados a la preparación psicológica.

Resultados de las entrevistas

De la entrevista a entrenadores y metodólogos todos consideran que a la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo no se le da el tratamiento adecuado, pero sí tienen posibilidades reales para enfrentarla, reconocen que en la práctica se ponen de manifiesto aspectos negativos o errores que caracterizan la labor del entrenador en esa dirección, y también existen aspectos de índole subjetiva u objetiva que impiden o pueden impedir el tratamiento adecuado de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo.

Algunas expresiones representativas de lo expuesto por los entrevistados ilustran los resultados de la entrevista**:**

"Nos orientamos con el programa de preparación del deportista, pero eso sí, *se tiene que seguir perfeccionando en su carácter orientador para trabajar la preparación psicológica".*

"No le prestamos la atención necesaria a todos los procesos psicológicos que son vitales en la preparación del voleibolista. Hay que estudiar bien esas *tareas específicas para la preparación psicológica,* las cuales aparecen en las orientaciones para la preparación psicológica del programa".

"*Hay que trabajar más de forma cooperada para compartir experiencias*. La preparación metodológica es un espacio bueno para ello, pero la preparación psicológica desde el accionar del entrenador no es suficientemente abordada, *por lo general se debaten contenidos más bien técnicos-metodológicos relacionados con los componentes técnico y táctico".*

"Tenemos que convencernos de que *la preparación psicológica hay que planificarla como el resto de los componentes y no de forma espontánea*".

“Cuando me preguntaron acerca de las formas de trabajo metodológico, no sabía que decir, para mí era la preparación metodológica a la que asistimos mensualmente, *hay que organizar mejor ese trabajo y saber más de él, hay que aprovecharlo en el colectivo de cátedra para ver si mejoramos el tratamiento de la preparación psicológica”.*

“Hay que reconocer que hace falta prepararnos más en este asunto, *tenemos que interiorizar eso”.*

“Se habla mucho de la planificación, ejecución y evaluación del trabajo con la preparación psicológica por parte del entrenador, eso se hace en alguna medida, pero no se hace bien, *el psicólogo podía implicarse más en este sentido, lo que pasa es que a veces no nos preocupamos porque eso ocurra*”.

“Las tareas concretas para desarrollar lo psicológico *se conciben por lo general desvinculadas del resto de las preparaciones* y algunos compañeros nuestros consideran que *su realización requiere de la participación activa del psicólogo”*.

“Nos *faltan conocimientos* en el orden psicológico y herramientas metodológicas para operar con este componente de la preparación deportiva”.

“*No contamos con mucha literatura actualizada,* pero también la que existe *es más teórica que práctica*, y es *compleja para nosotros*”.

“Me parece que debemos *aprovechar los eventos, talleres y otras formas de actualización y participar*”.

“Es necesario aprovechar las potencialidades, resolver las dificultades y romper las barreras para mejorar el tratamiento de la preparación psicológica desde la función del entrenador, me parece que eso *requiere de una investigación*”.

La entrevista permitió profundizar en los resultados obtenidos en la encuesta.

De la entrevista focalizada a la psicóloga que atiende el voleibol se pudo constatar que la misma tiene 12 años de experiencia en la actividad, y sus planteamientos son**:** ratifica la numerosa y diversa población de deportistas que debe atender, considera que su trabajo es preferentemente asistencial, la labor de terreno o de

control psicológico al entrenamiento deportivo y a las competencias no las puede realizar a todos los deportes por igual, los entrenadores deportivos con los que trabaja no poseen una concepción teórica que guíe las acciones y que este trabajo debe ir acompañado de un interaccionar intra e interdisciplinar.

También valora como positivas las orientaciones para la preparación psicológica, y sugiere que se profundice en el cómo operar con ellas. Hay que aprovechar más los espacios de la preparación metodológica establecida por el INDER para estos entrenadores.

Todo lo expresado anteriormente apunta a la necesidad de mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo. Se constatan carencias metodológicas. y se detectan deficiencias en la formación de estos entrenadores deportivos las cuales se convierten en elemento clave para justificar la necesidad de una estrategia para el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo, que contenga los elementos fundamentales desde el punto de vista de la orientación y les permita el adecuado manejo de los medios propios del entrenamiento deportivo para potenciar su significación psicológica, y así, desde sus funciones, contribuir a la preparación psicológica de forma intencionada.

Resultados de la observación científica

Se pudo constatar que el diseño de las tareas va encaminado a trabajar con mayor énfasis lo físico y lo técnico-táctico, y de una manera u otra los objetivos planteados en las sesiones visitadas llevan implícito en su redacción elementos que se relacionan con lo psicológico. Además constatarse esto en los planes de entrenamiento, se aprecia también en la explicación ofrecida por los entrenadores deportivos en nueve (83,3%) de las sesiones observadas.

Durante las sesiones de entrenamiento se pudo observar que son variadas las acciones que realiza el entrenador deportivo las cuales pueden contribuir al desarrollo de lo psicológico, pero las realiza de forma indirecta. En este sentido no existe propósito conscientemente manifestado en el 100%.

Las tareas encaminadas a lo psicológico se trabajan de forma planificada solo en lo concerniente a las relaciones interpersonales, en las que se ubican tareas para mejorarlas por indicaciones dadas por la psicóloga. En general, lo psicológico no se planifica, sino que se improvisa en nueve (83,3%) de los casos.

En el diseño de las diferentes tareas no se denota intencionalidad para estimular el desarrollo de lo cognoscitivo. En general se hace mayor énfasis en lo relacionado con el pensamiento, al ver cómo se van introduciendo diferentes niveles de complejidad en las tareas a resolver. Solo en dos clases (16,6%) se pudo constatar la intencionalidad del entrenador para desarrollar la percepción del balón, tan importante en este deporte.

La psicóloga detectó en sus controles dificultades con la concentración de la atención de los voleibolistas en general, lo cual fue corroborado por los entrenadores, sin embargo, no se realizan actividades con vistas a mejorar esto además de cumplir con sus propósitos instructivos.

Se utilizan procedimientos diversos en cuanto a la variabilidad de los ejercicios, pero en general las clases no son amenas y el rigor del entrenamiento es fuerte.

En cuatro de las clases visitadas participó la psicóloga, en dos de ellas como observadora y en las restantes, al final, realizó sesiones grupales para interactuar con los voleibolistas. Su labor estuvo enfocada esencialmente en realizar el diagnóstico, convirtiéndose en asistencial por el hecho de atender varios deportes y equipos. Esto impide que lo psicológico se integre sistémicamente como el resto de los componentes de la preparación del deportista.

Ciertamente, aún en el entrenamiento que se desarrolla predominan los contenidos físicos y técnico-tácticos sobre lo psicológico, típico del entrenamiento tradicional, donde lo psicológico se logra de forma intuitiva por la experiencia de los entrenadores, lo cual se evidencia en el diseño de las tareas a realizar durante el entrenamiento.

La falta de preparación teórica y metodológica de los entrenadores se denota en el tratamiento parcial y limitado de la preparación psicológica, con problemas serios

en el diseño de tareas que intencionalmente se desarrollen, y en su limitado trabajo cooperado para la planificación de la participación en la preparación psicológica.

Resultados de la triangulación

- La preparación que ha recibido el entrenador para el desarrollo de la preparación psicológica desde el currículo, tanto en pregrado como en postgrado presenta limitaciones, y se pone la preparación de manifiesto en la práctica sistemática.
- Los documentos que orientan su labor –-el programa de preparación del deportista– en su perfeccionamiento, no logran aún el carácter orientador que se requiere para el tratamiento de la preparación psicológica.
- La labor desplegada en la práctica por los entrenadores del estudio, con vistas al desarrollo de la preparación psicológica no brinda las respuestas que demandan los niveles actuales de preparación cada vez más exigentes del voleibol contemporáneo.
- Resaltan las dificultades en el tratamiento metodológico de la concentración de la atención y de la percepción del balón.
- Los entrenadores manifiestan estar limitados en conocimientos, habilidades y actitudes para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica.
- Sobresalen las dificultades en el tratamiento metodológico de la concentración de la atención y de la percepción del balón.
- El trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo no ha constituido la vía principal para su preparación en este contenido. Los argumentos que permiten aseverarlo son sus limitaciones desde el punto de vista organizativo, en tanto no se ha logrado su carácter permanente, sistémico y concreto, predominantemente colectivo, donde participan entrenadores y directivos.
- No se logra la actividad metodológica cooperada deseable entre los propios entrenadores y entre los entrenadores y la psicóloga del deporte para el

desarrollo de la preparación psicológica en el proceso de entrenamiento deportivo.

A modo de conclusiones

En este capítulo se ha expuesto la manera en que se realizó la investigación, esto es, la forma de enfocar el problema y buscarle respuesta. También se ha ofrecido el diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador de voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara que justifica la necesidad de encontrar una vía novedosa dirigida a mejorar ese trabajo metodológico.

Capítulo 3. Una propuesta de solución para la mejora del trabajo metodológico de la preparación psicológica en el deporte voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara

En este capítulo se presentan los fundamentos de la estrategia –resultado que se pretende ofrecer como propuesta de solución al problema científico formulado–. Se expone la estrategia, se ofrecen los resultados de la evaluación de su diseño por los expertos, y posteriormente se describe la implementación en la práctica y sus resultados.

3.1 Fundamentos de la estrategia

La estrategia tiene como base teórica y metodológica el materialismo dialéctico e histórico. Considera la práctica socio-histórica como punto de partida para el establecimiento de la relación del hombre con el mundo; en este caso, la interrelación que se establece entre las características propias de la actividad deportiva y sus practicantes, con especial énfasis en el entrenador deportivo como garante de todas las interrelaciones que se efectúen en el proceso de entrenamiento.

Se reconoce que el mundo está en constante movimiento, cambio y transformación; de hecho, se asume que el deporte es una de las actividades que hoy se realizan donde las influencias de la economía globalizada y el desarrollo tecnológico ha tenido una gran repercusión, algo que objetivamente se aprecia en el breve tiempo que permanecen muchos de los récords establecidos.

En el caso particular del voleibol se han transformado muchas reglas con el propósito de hacerlo más rápido, y espectacular para estar en correspondencia con las exigencias de las cadenas televisivas encargadas de transmitirlos; de ahí la importancia de la aplicación de la ciencia psicológica y la preparación de los entrenadores deportivos para contribuir a la preparación psicológica de una manera consciente y premeditada, a fin de que puedan influir en sus deportistas y

así utilizar las potencialidades psicológicas del entrenamiento deportivo en función de la preparación psicológica de sus atletas y con conocimiento de causa potenciar el desarrollo y la formación armónica de su personalidad.

En la práctica pedagógica en general, y en el entrenamiento deportivo en particular, se encuentra la fuente del conocimiento, que llega a los entrenadores por diferentes vías, y con el empleo de variados métodos y medios de enseñanza, en este caso concreto se emplea trabajo cooperado como vía metodológica a aplicar en las formas organizativas propuestas para desarrollar la preparación requerida por los entrenadores, y así contribuir a la preparación psicológica desde su accionar.

La estrategia propuesta reconoce el carácter contradictorio, complejo y procesal del conocimiento, por tal razón se organiza desde el diagnóstico de la situación real y se proyecta hacia un estado deseado.

Se defiende el criterio de que el entrenador deportivo es un ser humano, es una realidad viva, bio-psico-social, individual e histórica. La naturaleza humana está históricamente condicionada por cada época; el hombre varía en el curso de la historia, se desarrolla, se transforma y es el producto de esta.

Desde lo sociológico se aprecia el vínculo deporte-sociedad en el cual se inserta esta propuesta investigativa, pues el objeto se concreta en el trabajo metodológico que debe realizar el entrenador de voleibol para contribuir a la preparación psicológica desde su accionar, y así dar respuesta a la problemática que enfrenta hoy la práctica deportiva**:** crecientes demandas de un mayor rendimiento deportivo y el déficit que en este sentido han demostrado tener los entrenadores deportivos, avalado por los resultados del diagnóstico, aspectos que indican que se requiere de una preparación metodológica en relación con lo psicológico en correspondencia con las condiciones histórico-sociales concretas.

Se considera lo expresado por Matveev, cuando señala el carácter específico de la cultura física como un factor social de influencia sobre el proceso del desarrollo

físico de la persona que posibilita la garantía de un nivel óptimo de eficiencia a sus cualidades físicas y capacidades. (Matveev, 1983)

Para lograr un nivel óptimo del rendimiento motor, como obligan las circunstancias actuales del desarrollo del deporte de alto rendimiento, es necesario que los entrenadores deportivos manejen la preparación psicológica desde su función de forma intencionada y científicamente argumentada, y para lograrlo es necesario una interrelación directa y activa entre los entrenadores deportivos y de estos últimos con la psicóloga.

Desde lo psicológico, no se puede prescindir de considerar que se forma a un hombre, una personalidad, y se parte del presupuesto de que en la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje se potencian el desarrollo, el aprendizaje y la elevación de la formación de los entrenadores deportivos a niveles superiores de desarrollo, siempre partiendo de su estado real.

La toma de posición ante este principio esencial, permite instrumentar, organizar y dirigir científicamente la estrategia que se propone, ya que se diagnostica cómo operan los entrenadores de voleibol de la EIDE con la preparación psicológica, para desde ahí proyectar las acciones que se seguirán a través de la estrategia dirigida a la mejora del trabajo metodológico para la preparación psicológica desde la función del entrenador, y contribuir a que adquieran nuevos niveles de desarrollo y puedan enfrentar la preparación deportiva de sus alumnos desde bases científicas.

La estrategia se orienta fundamentalmente por el enfoque histórico cultural, tomando en cuenta el concepto de Zona de Desarrollo Próximo (Vigotsky, 1987). Esta concepción se manifiesta a través del avance por etapas hacia el trabajo cooperado basado en tareas, en el cual cada participante goza de autonomía para aportar según su propio ritmo y potencialidades con el objetivo final de favorecer los procesos individuales de crecimiento y desarrollo a través de las relaciones interpersonales de interdependencia.

Se retoma la consideración vigostkiana de fortalecer el desarrollo de la personalidad bajo la influencia de la enseñanza, y en el caso de la investigación que se presenta, se trabaja con profesores cuya personalidad ha alcanzado un nivel de madurez, por lo que se trata de enriquecer y potenciar en ellos desde sus referentes en cuanto a los restantes componentes de la preparación del deportista lo relacionado con la preparación psicológica.

El trabajo del grupo facilita la identificación por parte del entrenador y también de los miembros del equipo de la zona de desarrollo potencial de cada uno y del equipo en su totalidad. Para lo cual se requiere no solo la precisión del nivel de entrada, sino también el nivel de salida, para establecer las vías necesarias para trabajar en zona de desarrollo próximo (Ferreiro, 2001).

Otro elemento clave que desde el punto de vista psicológico se tiene en cuenta en la estrategia, es el principio de la unidad de lo cognitivo y lo afectivo como elemento regulador de la personalidad de los entrenadores.

Este principio sustenta el hecho de emplear el trabajo cooperado como vía metodológica para que contribuya a la preparación psicológica de sus atletas desde su accionar, pero para ello demanda de los mismos una toma de conciencia con respecto a las potencialidades psicológicas de los diferentes componentes de la preparación del deportista, con lo cual refuerza la necesidad de apropiarse de los conocimientos que aportan a la práctica del deporte las diferentes ciencias y en particular la Psicología.

A partir de dicho principio, en la misma medida en que el entrenador de voleibol se vincule de forma más directa con las bases psicológicas de la preparación física, técnica, táctica y teórica, logrará interpretar sus significados y les dará un sentido personal, facilitando la preparación psicológica de sus atletas.

Desde el punto de vista pedagógico, se concibe el papel mediador del entrenador y la selección de las diferentes vías que ofrece el trabajo cooperado ejecutado a través de las orientaciones metodológicas que para este fin se ofrecen en el

programa de preparación del deportista. Estas formas están concebidas para que sirvan de modelo de actuación pedagógica para los entrenadores deportivos.

En la concepción de la estrategia se tiene en cuenta la ley de la pedagogía que establece la relación entre los componentes del proceso pedagógico: los personalizados y no personalizados, así como partir del principio de la unidad entre lo instructivo y lo educativo en la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje, ambos postulados pedagógicos son rectores en la concepción de la estrategia donde de una forma explícita y clara se exponen las acciones de carácter cooperado.

Se considera el modelo de aprendizaje consecuente con los postulados vigotskianos dado por la importancia que se le concede a las relaciones sociales entre los miembros de grupo propiciando la comunicación y el diálogo, el papel que desempeña el entrenador como mediador entre los que aprenden y el contenido de enseñanza, incluyendo en este tanto los conocimientos, habilidades motrices y sociales, como actitudes y valores.

Además, la relevancia que cobran las interacciones sociales y más concretamente la cooperación, por evidenciarse la zona de desarrollo potencial, y lo más importante el movimiento de un nivel de entrada a uno superior más complejo, que significa un avance de salida. (Ferreiro, 2001)

Como proceso de construcción y reconstrucción por parte del sujeto que aprende, esto implica la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje como un proceso flexible, dinámico, cambiante, en el que el papel protagónico lo llevan los entrenadores que actúan como mediadores, para que puedan trabajar en zona de desarrollo próximo y de forma cooperada con la ayuda de sus compañeros del deporte y la psicóloga, y pueda superar las limitaciones que poseen en su preparación tanto general como psicológica.

Concebido de esta forma el aprendizaje, el entrenador deportivo participa como sujeto activo y consciente en la interacción con los otros, de manera que construye y reconstruye conocimientos pedagógicos para transformar su práctica educativa a

partir de la revalorización que hace de ella, y descubre su significado personal en correspondencia con las nuevas características de las condiciones histórico-concretas en las que despliega su labor.

Desde el punto de vista pedagógico, se concibe la preparación psicológica como parte integrante de los demás componentes de la preparación del deportista; esto permite concebirla con un enfoque integrador (Valdés, 1996) a fin de trabajarla como eje transversal en el resto de los componentes de la preparación.

3.2 La estrategia propuesta

La estrategia se ha concebido como un conjunto de acciones secuenciales e interrelacionadas que partiendo de un estado inicial (dado por el diagnóstico) permiten dirigir el paso a un estado ideal consecuencia de la planeación.

Su estructura está determinada por un objetivo general, tres etapas que establecen la organización, implementación y evaluación de las acciones.

Objetivo general

Preparar a los entrenadores de voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara a través de diferentes acciones que le permitan el desarrollo de conocimientos, habilidades, y actitudes necesarias para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica.

Etapas de la estrategia

Las etapas son: organizativa o preparatoria, de implementación, y evaluación.

En cada una de ellas se propone un objetivo, las distintas acciones a ejecutar, los métodos y procedimientos de acuerdo con los recursos disponibles, los responsables de las acciones y el tiempo en que deben ser realizadas. Veamos cada una de esas etapas.

Etapa I. Organizativa

Objetivo: Establecer las condiciones previas para la implementación de la estrategia.

Acciones

1. Concertación para las necesidades a satisfacer derivadas del diagnóstico a través de acciones metodológicas de la estrategia.
2. Diseño del programa de las acciones metodológicas a instrumentar a través de la estrategia atendiendo a las necesidades a satisfacer.
3. Presentación a los directivos del voleibol en la provincia de Villa Clara de la estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica en el deporte voleibol en la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara.
4. Selección de los colaboradores para implementar la estrategia.
5. Preparación de los colaboradores.

Métodos y procedimientos para realizar las acciones teniendo en cuenta los recursos disponibles.

Acción 1. La concertación para las necesidades a satisfacer a través de acciones metodológicas de la estrategia se realiza en un espacio de trabajo metodológico del grupo de entrenadores de voleibol de la EIDE convenido por el responsable de la tarea con el jefe de grupo del deporte. Participa también la psicóloga. Se utiliza como forma de trabajo metodológico el taller.

En el taller que se desarrolla puede tener lugar los cuatro momentos propuestos por García, (1997). Estos son: reflexión individual (preparación previa y en el taller), reflexión colectiva, trabajo en pequeños grupos, y plenaria.

Acción 2. El programa de las acciones metodológicas a instrumentar se diseña atendiendo a las necesidades a satisfacer. Se conciben, en principio, esencialmente, la utilización de tres formas de trabajo metodológico: el taller, la autopreparación y el asesoramiento metodológico.

La selección de los talleres como forma de trabajo metodológico, a la vez vía de superación, tiene como propósito crear condiciones que favorezcan**:**

- El clima de libertad entre los participantes y la comunicación afectiva.

- El diálogo y la confrontación de experiencias, promoviendo el juego libre de ideas en un marco de respeto.
- La crítica y el aporte de soluciones creativas.
- Aprender a aprender como condición para el cambio interno.
- El principio de horizontabilidad o relaciones entre iguales.
- Las motivaciones, capacidades y potencialidades personales.

Se concibe un programa de talleres con una concepción metodológica que instruya, eduque y desarrolle, diseñado para elevar la preparación de los entrenadores de voleibol en relación con el tratamiento de la preparación psicológica, componente de la preparación deportiva que según diagnósticos realizados es atendido insuficientemente por estos.

En los talleres se utiliza el debate que es una forma que representa un ascenso en el desarrollo de las acciones de preparación, la cual permite contar con entrenadores deportivos con un pensamiento más reflexivo, con mayor crítica y valoración, asociado fundamentalmente a la identificación-solución de problemáticas y el desarrollo de acciones de investigación que les permita aplicar el trabajo metodológico en las diversas actividades que se desarrollen, a partir del logro del rediseño consciente del sujeto sobre su propia práctica.

El desarrollo de los talleres a través del debate permite constatar el papel de los entrenadores como sujetos activos de su aprendizaje, la búsqueda de problemas y la propuesta de soluciones innovadoras, en este caso relacionadas con el trabajo metodológico para la preparación psicológica, la interacción grupal, el valor del conocimiento aportado por el propio proceso sustentado en múltiples interacciones sociales.

La flexibilidad de las formas organizativas determinadas prevé la actualización y la apertura a procesos creativos que lleven a la innovación a través de propuestas personales y colegiadas que permitan el cambio y el perfeccionamiento del contenido tratado en la práctica educativa.

Este programa de talleres se estructura de la manera siguiente: una breve fundamentación, objetivos, sistema de conocimientos y habilidades, evaluación, indicaciones metodológicas para su desarrollo y bibliografía a consultar. (Anexo 15). El programa posibilita planificar la cantidad de talleres y asignarle el contenido correspondiente atendiendo a las condiciones del contexto.

El asesoramiento se debe caracterizar por la deliberación cuidadosa y detallada de contenidos especializados que constituyen el objeto de la asesoría entre los implicados, la naturaleza procesual de los actos desarrollados como asesoría, la relación intractuante e implicadora entre individuos, de los cuales uno es considerado asesor (experto en un área del saber) y el (los) otro (s) asesorado (s) no experto (s).

Asesorar-colaborar es capacitar (Área y Yanes, 1990; citados en García y Sánchez, 2005), o si se prefiere, sentar las bases para que quien es asesorado pueda llegar a hacer por sí mismo lo que en un momento dado sólo puede hacer con ayuda.

"… el asesoramiento debe dirigirse a incrementar el trabajo en equipo, es decir a facilitar la colaboración entre las personas que trabajan juntas en un mismo centro, en un mismo departamento o en un mismo estudio." (Reyes y Pérez, 2005: 1)

El asesoramiento diseñado (anexo 14) se concibe como una forma de capacitación en el puesto de trabajo, y a la vez como forma de trabajo metodológico para preparar a los entrenadores de voleibol de la EIDE en el tratamiento del componente psicológico desde los planes de entrenamiento.

Su objetivo es proporcionarle apoyo a esos entrenadores deportivos para mejorar la atención a la preparación psicológica en el proceso de acciones y operaciones a desarrollar en cada uno de los componentes de la preparación del deportista, en relación con lo psicológico en sus planes de entrenamiento mediante el empleo de los recursos propios del entrenamiento que están a su alcance.

En la realización de las acciones de autopreparación se produce el desarrollo actitudinal, crítico, reflexivo de su propia práctica, la interpretación de la realidad,

del conjunto de saberes y experiencias sociales, que conlleva al cambio desde el interior del proceso formativo, la actitud investigativa que potencia el autoperfeccionamiento profesional y el mejoramiento a partir de propuestas innovadoras, así como la implicación en el proceso formativo.

Bajo esos preceptos se diseña el programa de autopreparación como acción metodológica de la estrategia. (Anexo 15)

Acción 3. La presentación de la estrategia a los directivos del voleibol en la provincia de Villa Clara tiene como objetivo obtener el consentimiento para su implementación. Participan la comisionada provincial, el miembro de la sección técnico-metodológica, el jefe de grupo de la EIDE, y la psicóloga del deporte.

La presentación se realiza apoyándose con medios informáticos. Se utiliza como método esencial el diálogo. Se propicia el intercambio en torno a la necesidad real de aplicar la estrategia y se negocia acerca de sus términos y características. Los resultados de las dos acciones anteriores se dan a conocer a los participantes para argumentar la necesidad de la estrategia. Se concilia la implementación de sus acciones con lo normado por la Resolución 256/89 del INDER.

Acción 4. La selección de los colaboradores para implementar la estrategia se realiza teniendo en cuenta, entre los recursos humanos disponibles, aquellos que se consideran tienen los conocimientos y experiencia para asumir la tarea. Se recomienda la valoración de la psicóloga del voleibol y del Jefe de Grupo de la EIDE como colaboradores en las diferentes formas de trabajo metodológico que asume la estrategia.

Acción 5. La preparación de los colaboradores se realiza mediante un taller metodológico. Su objetivo es debatir sobre la concepción didáctica de las formas de trabajo metodológico que asume la estrategia, apoyados en los conocimientos y experiencias de los participantes, de modo que se sientan parte activa de la estrategia. Se utilizan como métodos: la reflexión, el debate y el diálogo. Se recomienda:

- Distribuir un material mimeografiado con el programa de talleres, el programa de asesoramiento y el programa de autopreparación concebido en la estrategia.
- Comprobar la disponibilidad de los documentos normativos del proceso de entrenamiento (Programa de Preparación del Deportista, orientaciones específicas para la preparación psicológica, resultados del diagnóstico psicológico de los deportistas, entre otras) por parte de los colaboradores.
- Propiciar la polémica, el esclarecimiento, el consenso respecto a lo siguiente:
  - Reconocimiento de los recursos propios del entrenamiento deportivo como herramientas de enseñanza potencialmente capaces de contribuir a la preparación psicológica de los deportistas.
  - Comprensión y concientización de la importancia de la labor del entrenador deportivo para la preparación psicológica con la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo de forma intencionada y planificada.
  - Valoración de las potencialidades del trabajo cooperativo como vía didáctica para lograr el trabajo metodológico de la preparación psicológica.
  - Precisión de las necesidades de autopreparación que se deben satisfacer con las acciones metodológicas diseñadas para la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo.

Responsables de las acciones: La autora de la tesis

Plazos de realización de las acciones: Las acciones correspondientes a la etapa organizativa deben ejecutarse antes del inicio del curso escolar, en el cual se proyecta la implementación de las acciones de la estrategia. Se ejecutan en el período comprendido entre mayo y agosto.

Etapa II. Implementación

Objetivo: Aplicar las diferentes acciones de la estrategia para preparar a los entrenadores del voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara en

conocimientos, habilidades, y actitudes necesarias para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica.

Acciones

1. Desarrollo del programa de talleres elaborado e incorporado como acciones del plan de preparación metodológica del grupo de entrenadores de voleibol de la EIDE.
2. Asesoramiento como forma de trabajo metodológico para el perfeccionamiento del tratamiento de la preparación psicológica desde los planes de entrenamiento a los entrenadores del estudio.
3. Desarrollo del programa de autopreparación sobre la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo.

Métodos y procedimientos para realizar las acciones teniendo en cuenta los recursos disponibles.

Acción 1. Esta acción se logra a través del programa de talleres diseñado. Para su implementación, los talleres integrantes del mismo se desarrollan según lo dispuesto en el plan de preparación metodológica del grupo de entrenadores. Para ello se consigna el tema, objetivos, métodos, medios, fecha y tiempo de duración, participantes y responsables en ese plan.

En el anexo 16 se muestra la planificación de los talleres del programa realizada en el plan de preparación metodológica para el curso 2008-2009.

Responsable de la acción: La autora de la tesis.

Plazos de realización de la acción: Las acciones correspondientes a la etapa de implementación deben ejecutarse de forma interrelacionada durante un curso escolar.

Acción 2. Esta acción se logra a través del programa de asesoramiento diseñado.

Se requiere de la consulta y la revisión como métodos, y como medios de los planes de entrenamiento y el programa de preparación del deportista, esencialmente.

Esta acción permitirá unificar criterios sobre el trabajo psicológico de los entrenadores deportivos, teniendo en cuenta qué es lo que se pretende lograr con la toma de conciencia de los entrenadores con respecto a la preparación psicológica desde su accionar. Por tal motivo se prepara a los entrenadores de voleibol en la organización y diseño desde su función, con actividades que permitan mejorar el tratamiento metodológico de la preparación psicológica con la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo, se buscan vías para contribuir a la preparación psicológica a partir del esquema de enseñanza presentado en el programa de preparación del deportista para el desarrollo de los demás componentes de la preparación del voleibolista, y las fortalezas de la práctica educativa para lograr un tratamiento a lo psicológico de forma científica e intencionada, de tal manera que se convierta en modos de actuación para su desempeño profesional con los voleibolistas escolares.

También se prepara al entrenador en la distinción de los objetivos y contenidos que permiten potenciar la preparación psicológica dentro del complejo proceso de preparación del deportista, para establecer la relación lógica entre los componentes del proceso de entrenamiento durante su ejecución, así como para la selección de actividades de entrenamiento que sirven de herramientas de apoyo a la preparación psicológica desde la función del entrenador de voleibol, registrándolas como se indica a continuación.

<table>
<tr><td colspan="2">Nombre:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Período:</td></tr>
<tr><td>Objetivos instructivos:</td><td>Objetivo psicológico:</td></tr>
<tr><td>Espacio:</td><td>Material:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Finalidad:
Estructura:
Desarrollo:
Aspectos importantes:</td></tr>
</table>

Otro indicador en el que se prepara al entrenador es en el establecimiento de las formas y vías para la evaluación de lo psicológico dentro del desempeño de cada deportista en el momento de evaluar los tests pedagógicos contenidos en el programa.

Responsable de la acción: La autora de la tesis.

Plazo de realización de la acción: Las actividades de asesoramiento se planifican en estrecho vínculo con el programa de talleres. Se realiza simultáneamente con los talleres, es decir entre taller y taller, de manera individual con cada entrenador deportivo durante el curso 2008-2009.

Acción 3. Esta acción se logra a través del programa de autopreparación diseñado.

Este programa de autopreparación del entrenador de voleibol para el tratamiento metodológico de la preparación psicológica contiene una breve fundamentación, objetivos, sistema de conocimientos y habilidades, evaluación, indicaciones metodológicas para su desarrollo y bibliografía a consultar, por lo que el mismo explicita cómo se va a instrumentar y qué recursos se necesitan.

Responsable de la acción: La autora de la tesis.

Plazo de realización de la acción: El programa de autopreparación debe ejecutarse de forma interrelacionada con el resto de las acciones correspondientes a la etapa de implementación, durante el curso escolar.

Etapa III. – Evaluación

Objetivo general: Evaluar los logros e insuficiencias en la aplicación de la estrategia para alcanzar la meta propuesta.

Acciones

1. Evaluación formativa de las acciones desarrolladas con los entrenadores del voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.

2. Evaluación sumativa del conjunto de acciones desarrolladas con los entrenadores para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.

Métodos y procedimientos para realizar las acciones teniendo en cuenta los recursos disponibles.

Acción 1. Esta acción está concebida para evaluar el progreso de los entrenadores de voleibol de la EIDE "Héctor Ruiz" para el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar en las actividades desarrolladas.

Esta evaluación de progreso se realiza atendiendo a la autoevaluación de los entrenadores, los criterios de la psicóloga y el jefe de grupo de la EIDE como colaboradores en la implementación de las acciones y las observaciones de la autora de la tesis.

Se registran datos que permitan orientar de una manera eficaz el aprendizaje, valorar el progreso y ofrecer retroalimentación del propio proceso de aprendizaje de los entrenadores participantes para la mejora del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar**.** La evaluación sistemática de cada una de las formas de trabajo metodológico asumidas en la estrategia con criterios de coevaluación y autoevaluación permiten medir la evolución y los cambios en la mentalidad de los entrenadores de voleibol a partir del diagnóstico inicial, y ofrecer una caracterización cualitativa en este sentido.

Acción 2. Esta acción está concebida para evaluar el nivel de satisfacción de las necesidades de preparación alcanzado por los entrenadores de voleibol de la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara, para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.

Las necesidades de preparación a satisfacer son las concertadas en la etapa organizativa de la estrategia.

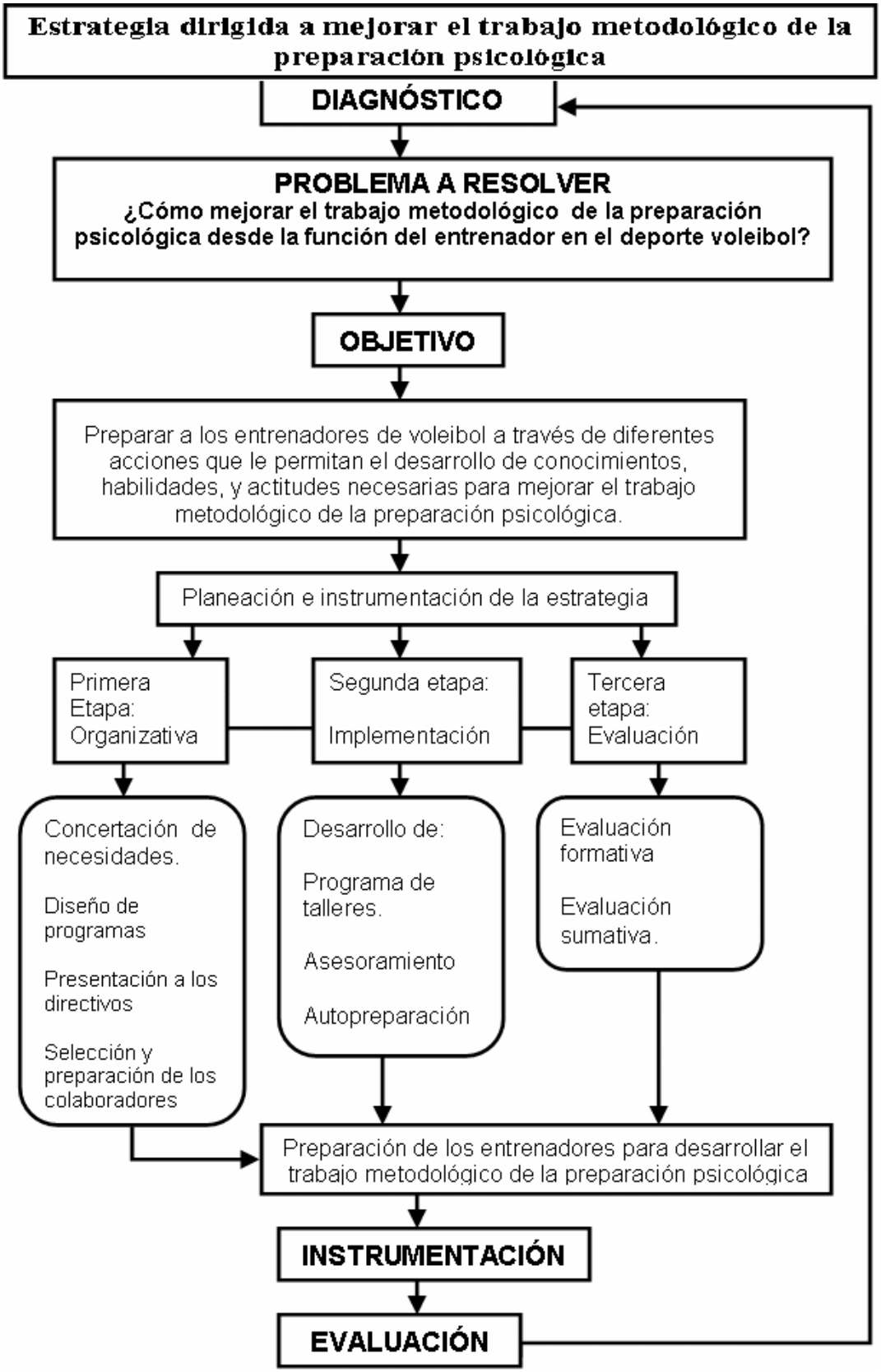
Se aplican los métodos y las técnicas utilizados para el diagnóstico inicial con el fin de medir el nivel de preparación de los entrenadores en las dimensiones conceptual, procedimental y actitudinal para el trabajo metodológico. Así se

comparan los resultados antes y después de la aplicación de la estrategia, y se corrobora la significación de los cambios.

Responsables de las acciones: La autora de la tesis

Plazos de realización de las acciones: La acción 1 se realiza de forma sistemática, durante y al final de cada actividad establecida en la estrategia, y la acción 2 al finalizar la implementación de la estrategia.

Una representación gráfica de la estrategia es la siguiente**:**


Estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica
DIAGNÓSTICO
PROBLEMA A RESOLVER
¿Cómo mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador en el deporte voleibol?
OBJETIVO
Preparar a los entrenadores de voleibol a través de diferentes acciones que le permitan el desarrollo de conocimientos, habilidades, y actitudes necesarias para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica.
Planeación e instrumentación de la estrategia
Primera Etapa: Organizativa
Segunda etapa: Implementación
Tercera etapa: Evaluación
Concertación de necesidades.
Diseño de programas
Presentación a los directivos
Selección y preparación de los colaboradores
Desarrollo de:
Programa de talleres.
Asesoramiento
Autopreparación
Evaluación formativa
Evaluación sumativa.
Preparación de los entrenadores para desarrollar el trabajo metodológico de la preparación psicológica
INSTRUMENTACIÓN
EVALUACIÓN

3.3 Evaluación de la estrategia

3.3.1 Evaluación de la estrategia por criterios de expertos

Las opiniones expresadas por los expertos se ubican en todas las preguntas realizadas en los rangos “Muy aceptable”, “Bastante aceptable” y “Aceptable” (anexo17) lo que sin dudas brinda una valoración muy positiva de la aceptación por parte de ellos de la estrategia propuesta en relación con su objetivo, fundamentación, concatenación y ordenamiento de sus etapas, contenido de cada una de estas etapas y sus posibilidades de implementación práctica.

A pesar de obtener las respuestas con rangos muy aceptable y bastante aceptable en todos los aspectos, se emitieron sugerencias muy valiosas por los expertos que permitieron el perfeccionamiento de la propuesta.

El objetivo de la estrategia se reformuló atendiendo a tres sugerencias recibidas, dos de ellas en torno a que fuera mas claro en su redacción, y otro relacionado con su función orientadora. Respecto a la fundamentación dada se reconsideró la necesidad de precisión y síntesis en un inicio no lograda.

Al contenido de las etapas los expertos le prestaron mucha atención, dado por la cantidad de criterios emitidos. Se sugirió que por la relevancia que adquiere el taller en la capacitación de esos entrenadores deportivos se insistiera en que lo importante en el taller es la organización del grupo en función de las tareas y que tienen como objetivo central "aprender en el grupo, del grupo y para el grupo". Se recomendaba incluir una propuesta de talleres a partir del sistema de conocimientos del programa presentado, lo cual se tuvo en cuenta. Todos estimaron que las posibilidades de aplicación en la práctica eran muchas.

3.3.2 Evaluación en la práctica de la estrategia

A continuación se describe la aplicación de la estrategia en el contexto del estudio.

Etapa organizativa

Se desarrolló un taller en un espacio de preparación metodológica del grupo de entrenadores de voleibol de la EIDE en el mes de julio del curso escolar 2008-2009 con la participación de la psicóloga del deporte, para así llevar a cabo la concertación de las necesidades a satisfacer a través de acciones metodológicas de la estrategia a partir de los resultados del diagnóstico realizado en ese propio curso escolar, los cuales evidenciaron la necesidad de la estrategia que se propone.

Los objetivos del taller y el informe del diagnóstico realizado fueron circulados previamente entre los participantes para propiciar la reflexión individual; se realiza entonces la reflexión colectiva, comienza el intercambio de lo que se tiene y de lo que se quiere, se desarrolla el trabajo por parejas, en este caso son los dos entrenadores que atienden cada uno de los equipos de la EIDE, y posteriormente se lleva a cabo la plenaria donde se produce la concertación de las necesidades a satisfacer a través de acciones metodológicas de la estrategia. La interacción comunicativa predomina en todo el proceso.

En sentido general, los participantes consideraron una necesidad a satisfacer la de incrementar los conocimientos, habilidades y actitudes para enfrentar la preparación psicológica desde la función del entrenador. Esto posibilitaría la mejora del trabajo metodológico respecto a la preparación psicológica.

En particular, en la dimensión conceptual es necesario, incrementar**:**

- Conocimientos de los contenidos psicológicos propios del voleibol como actividad específica y sus particularidades para así poder interpretar los fundamentos científicos de la preparación psicológica del deportista.
- Conocimientos para comprender el significado de la preparación psicológica desde una concepción integradora.
- Conocimiento psicológico para mejorar la organización de la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo.

En la dimensión procedimental es necesario desarrollar habilidades para:

- integrar la preparación psicológica al resto de los componentes de la preparación del deportista, aprovechando las potencialidades de lo físico, lo técnico, lo táctico y lo teórico en el trabajo con la preparación psicológica
- organizar la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo
- utilizar los elementos del diagnóstico, y así conocer las debilidades y fortalezas tanto individuales como del equipo que en el orden psicológico puedan afectar una adecuada actuación deportiva
- distinguir el cometido del psicólogo del deporte y el del entrenador en la intervención psicológica que se requiera.

En la dimensión actitudinal es necesario lograr lo siguiente:

-Motivación para la superación y actualización en los temas relacionados con la preparación psicológica.
-Interés en la planificación, ejecución y evaluación del trabajo con la preparación psicológica desde su accionar.

-Expresión de valores como: respeto, tolerancia, aceptación, responsabilidad hacia el trabajo del psicólogo.

Las necesidades concertadas se constituyeron en indicadores de las dimensiones conceptual, procedimental y actitudinal para la mejora del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo.

Se concluye a través de un proceso de autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación con categorías de alto, medio y bajo, la evaluación de los indicadores de cada una de las dimensiones para cada uno de los entrenadores y el grupo en general. (Anexo 18)

Esta acción arrojó que existe un mínimo de homogeneidad respecto al estado de lo que se investiga en el grupo de entrenadores, lo que posibilita que todos progresen en función de los objetivos de las acciones metodológicas de la estrategia con las diferencias lógicas que siempre caracterizan a un grupo de esta naturaleza.

Se diseñaron los programas de las acciones metodológicas de la estrategia atendiendo a las necesidades a satisfacer.

Se realizó la presentación de las acciones de la estrategia a los directivos del voleibol en la provincia de Villa Clara (julio de 2008). Se obtuvo el consentimiento para implementarlas. Se reconoció su necesidad y se concilió la implementación de sus acciones como parte integrante del plan de preparación metodológica del grupo de voleibol de la EIDE en el curso escolar 2008-2009 según lo normado por la Resolución 256 del INDER.

Se seleccionaron la psicóloga del deporte y el Jefe de Grupo de la EIDE como colaboradores para la instrumentación de la estrategia, y se acordó entonces realizar el taller metodológico para la preparación de ellos en la última semana de agosto de 2008 (antes del inicio del curso escolar).

Este taller se realizó teniendo en cuenta las recomendaciones dadas para esta acción de la estrategia. Los resultados fueron muy favorables. En principio se logra la preparación necesaria para comenzar el trabajo.

Se decidió realizar la preparación específica requerida para desarrollar la cooperación en cada una de las acciones de la estrategia en el transcurso de la implementación de esas acciones a través de procesos de interacción comunicativa. Como resumen de la etapa organizativa se puede expresar lo siguiente**:**

- La necesidad de elevar la preparación metodológica del entrenador de voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” para el desarrollo del componente psicológico en el proceso de entrenamiento deportivo se argumenta a partir del diagnóstico realizado.

- Los directivos del voleibol reconocen la necesidad de implementar la estrategia y emiten su consentimiento para hacerlo. Existe disposición para que se inicie el desarrollo de sus acciones con vistas a elevar la preparación del entrenador de voleibol en la EIDE para el desarrollo del trabajo metodológico con la preparación psicológica en el curso escolar 2008-2009, y se conciba en el plan de preparación metodológica de esa disciplina deportiva.

- Los colaboradores para la implementación de la estrategia fueron seleccionados, aprobados y preparados para ello.

Se establecieron las condiciones previas para la implementación de la estrategia.

Etapa II. Implementación

A continuación se describe cada acción implementada.

Desarrollo del programa de talleres en el marco de la preparación metodológica establecida por el organismo en el curso 2008-2009.

Primera actividad del programa (octubre de 2008)

Se ofreció información sobre el programa de talleres elaborado para desarrollarlo como parte de la preparación metodológica del deporte. La información brindada a los participantes fue en torno a la fundamentación del programa, sus objetivos, sistema de conocimientos, sistema de habilidades, sistema de evaluación, las indicaciones metodológicas que se atenderán para el desarrollo del programa y la bibliografía a utilizar.

Se desarrolló el primer taller “La preparación psicológica desde una concepción integradora”.

Con la técnica “Palabras Clave” (anexo 19) se procedió a estimular la producción de ideas para la definición de *preparación psicológica,* con el uso de palabras clave a través de la vía inductiva, así como ofrecer modelos de procedimientos o técnicas a emplear para la preparación psicológica.

Se definió el concepto de preparación psicológica, se explicaron los conocimientos esenciales que debe poseer el entrenador de voleibol, a través del análisis de objetivos de documentos rectores y la comparación de criterios de psicólogos y entrenadores deportivos acerca de las cuestiones básicas de la preparación psicológica para ellos, lo que fue orientado como parte de la autopreparación.

Los entrenadores manifestaron satisfacción por la actividad realizada y consideraron la importancia de profundizar en lo relacionado con la preparación psicológica. Se logra una participación activa de los entrenadores, lo que se materializa en el contenido de sus criterios.

La comunicación fluyó respetándose el criterio de cada uno, se logra la interdependencia entre los dúos de entrenadores cuando se efectúa la valoración grupal. En general se logró que todos reconocieran la necesidad de mejorar la atención a la preparación psicológica; o sea, que les faltaba preparación para enfrentar lo psicológico desde su accionar. Aunque se produjo debate entre los entrenadores, finalmente se llegó a la conclusión de que el tratamiento a la preparación psicológica debe ser de manera intencional y planificada, y se aceptó sin dificultad la realización del sistema de talleres propuesto.

Cabe apuntar que no todos mostraron entusiasmo, alegando que afectarían el tiempo de preparación para atender los demás componentes de la preparación del deportista. Los colaboradores jugaron un importante papel en la aceptación por el grupo de entrenadores de continuar con las acciones propuestas.

La mayoría de los entrenadores opinaron que el tratamiento de lo psicológico no dependía solo de ellos, dada la escasa orientación que hacia este componente existe en los documentos normativos, llámese tanto programa de preparación del deportista, como indicaciones metodológicas provenientes de los niveles superiores cada año.

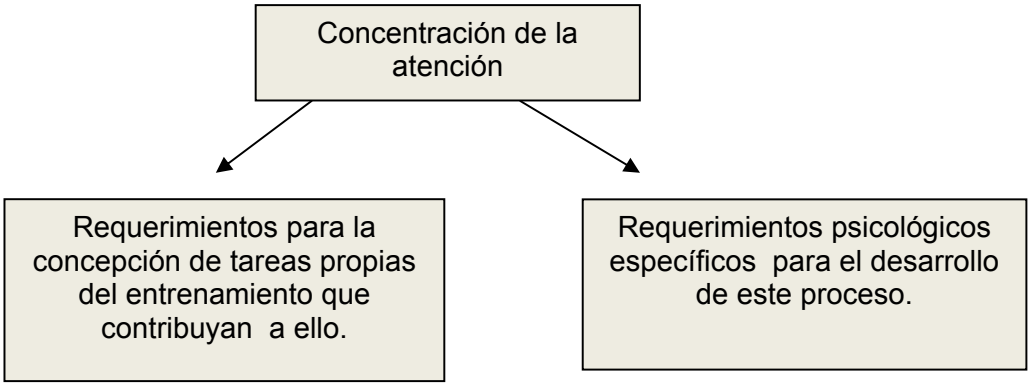
Al finalizar la actividad, se les solicita que se autoevalúen de acuerdo con la forma y calidad del contenido de sus participaciones. La evaluación del taller se realiza por parte de la autora teniendo en cuenta la participación de los entrenadores a lo

hora de emitir sus criterios. Al finalizar se les pregunta el grado de satisfacción de la actividad.

Se orienta la autopreparación. Los materiales son los que aparecen en la programación de talleres presentada en el anexo 16. Esta autopreparación está en función de considerar el papel del entrenador en la preparación psicológica, y su clasificación.

Segunda actividad del programa (noviembre de 2008) se desarrolla el taller “La preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo”.

- Se elaboró una definición empírica de preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo de forma individual y posteriormente se sometió a debate grupal. Se les presentó la definición preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo propuesta por la investigadora y se analizó críticamente. A continuación se realizó una valoración sobre las funciones del entrenador deportivo y el psicólogo en la preparación psicológica con el auxilio de esta representación, lo cual no es casual, pues se tuvo en cuenta que en el diagnóstico realizado resaltan las dificultades en el tratamiento metodológico de la concentración de la atención.



La psicóloga expuso los resultados de las pruebas psicológicas aplicadas para estudiar este proceso en particular, lo cual también es preciso tener en cuenta por parte de los entrenadores deportivos en el momento de establecer los

requerimientos para ello. Además, explicó vías que desde la intervención psicológica se aplican para la mejora de la concentración de la atención.

En el caso de los entrenadores se les dio la tarea de exponer acciones que desde el entrenamiento diario ellos realizan en aras de lograr la concentración de la atención; se trabajó por parejas en la elaboración de los requerimientos para ello. Se promovió la participación para que expusieran a partir de sus experiencias vivenciales.

El debate se direccionó a establecer las diferencias en el tratamiento de un mismo proceso psíquico por entrenadores y psicólogos, pero también a considerar la importancia de un trabajo cooperado entre estos profesionales. En general se logró un ambiente positivo en torno a la necesidad y comprensión de la complementación, y además, del papel del entrenador en esta interacción.

Por último se escribió en el pizarrón, con la cooperación del J´ de Grupo y la psicóloga, cuáles eran las funciones de cada uno de estos profesionales en la preparación psicológica.

La evaluación se realiza de la misma manera que el anterior taller, con énfasis en los resultados al presentar el esquema, el cual induce al entrenador a establecer las necesarias relaciones entre los componentes físicos, técnicos y tácticos con lo psicológico.

En este taller se logró que los entrenadores alcanzaran una idea más precisa sobre el significado de la preparación psicológica desde su función, pues al inicio solo algunos la tenían, los demás expresaban definiciones algo difusas y no distinguían claramente entre las funciones del psicólogo y el entrenador; fue necesario entonces establecer con claridad que dada la función orientadora que cumple el entrenador como educador, es el máximo responsable de todo lo que sucede en el entrenamiento, incluso de establecer cómo participará el psicólogo en la preparación de los deportistas, para lo cual se requiere por supuesto el trabajo cooperado de ambos.

Paralelamente, el taller ofreció vías para el tratamiento de la falta de concentración en los voleibolistas.

No fue difícil que lograran establecer las relaciones y distinciones entre la labor del entrenador y el psicólogo. También llegaron con rapidez a la comprensión de que este último depende de la manera de actuar del entrenador. La determinación de las conductas esenciales fue, indudablemente, favorecida por la concertación inicial que se realizó en la etapa organizativa.

Para la autopreparación se les orienta estudiar los ejercicios propuestos en el anexo 20, y a partir de estos elaborar sus propias propuestas. Estos ejercicios incluyen actividades para la mejora de la concentración de la atención y la percepción del balón.

Esta preparación que se les orienta también es contenido de las acciones de asesoramiento que permitirán desde la propia práctica ir enriqueciendo los conocimientos y habilidades en relación con la preparación psicológica desde la función del entrenador, así como su interés por proporcionarle un tratamiento más intencionado y sistemático a la preparación psicológica.

Tercera actividad del programa (diciembre de 2008). Se desarrolló el taller "El trabajo con la dimensión psicológica de lo físico, lo técnico y lo táctico".

Los participantes argumentaron cómo se presuponen los significados psicológicos de los recursos propios del entrenamiento. Realizaron un debate acerca de cómo lo psicológico está presente en todo momento de la preparación, para reflexionar acerca de cuándo puede ocurrir una falsa planificación de la preparación psicológica, derivado de sus experiencias como entrenadores de voleibol.

Para el trabajo con los recursos propios del entrenamiento deportivo se estimuló a que reflexionaran acerca de las dificultades que frecuentemente poseen en el tratamiento de lo psicológico durante las unidades de entrenamiento, dirigiendo su atención hacia los aspectos siguientes: dificultad en identificar ejercicios físicos que puedan ser utilizados para la preparación psicológica y dificultad en diseñar las tareas con énfasis en lo psicológico.

También para el trabajo con los recursos propios del entrenamiento deportivo los participantes produjeron ideas sobre qué procesos psíquicos se estimulan predominantemente. A partir de las elaboraciones que traían indicadas para la autopreparación, la mayoría fue capaz de producir ejercicios siguiendo el algoritmo trabajado en el taller anterior y como resultado de sus propias experiencias.

Defendieron una de estas dos tesis:

- *"Se debe buscar procedimientos específicos, para desarrollar lo psicológico simultáneamente con otras tareas del entrenamiento.*
- *"Se debe dedicar un tiempo de la sesión de entrenamiento para el desarrollo de tareas para la preparación psicológica"*.

En la defensa de una u otra tesis, argumentaron al respecto que ambas son válidas y que al cumplir las tareas de entrenamiento, siempre se contribuye a la preparación psicológica. Muchos de los procedimientos empleados con una mayor sistematicidad pueden contribuir a la preparación psicológica, sin tener que tomar tiempo de sus sesiones de entrenamiento. En el caso de la segunda tesis consideran que en los tiempos específicos para atender puramente a lo psicológico se debe contar con la participación de la psicóloga.

El desarrollo del taller permitió apreciar cómo los entrenadores adquieren conocimientos psicológicos, al identificar los diferentes procesos psíquicos y las exigencias específicas del voleibol en este sentido, y a su vez en los ejercicios elaborados ya van logrando integrar lo psicológico a los demás componentes de la preparación psicológica, expresando que en realidad pueden hacer uso de los recursos propios del entrenamiento deportivo para contribuir a la preparación psicológica.

La coevaluación se empleó para que los entrenadores valoren entre ellos mismos sus elaboraciones, lo que contribuyó a construir un saber cooperado; en este caso en relación con el tratamiento metodológico de la preparación psicológica.

Para la autopreparación se orienta revisar los materiales correspondientes a este taller, los cuales aparecen en el anexo 16.

Cuarta actividad del programa (febrero de 2009). Se desarrolló el taller "Las exigencias psicológicas del voleibol"

Para ello se empleó la técnica de lluvia de ideas (anexo 21) y tomando como punto de partida la autopreparación realizada por los entrenadores, orientada en el taller anterior y a la que se le dio seguimiento a través del asesoramiento que se realizaba durante este período.

Se procedió según la técnica. Como resultado de este taller se pudo apreciar cambios cualitativamente superiores tanto en los conocimientos de psicología como en su aplicación a la práctica del voleibol al distinguir la mayoría las exigencias particulares del voleibol en torno a lo psicológico, así como las diferencias de los procesos psíquicos en correspondencia con la situación social del desarrollo, para lo cual también fue necesario trabajar con el programa de preparación del deportista donde se plantean exigencias de acuerdo con las categorías con las que se trabaja.

Se realiza una evaluación satisfactoria del taller. En todo momento los participantes muestran una alta motivación e interés por profundizar en lo concerniente a lo psicológico.

Con vistas a la próxima actividad se orienta realizar el diseño de acciones metodológicas para la preparación psicológica, extraídas de sus planes de entrenamiento, así se consideró preciso revisar algunas orientaciones para la preparación psicológica en el Programa de Preparación del Deportista. Se orientaron libros y artículos que abordan estos temas, los cuales aparecen en la bibliografía del programa de los talleres; también se orientó la búsqueda utilizando las bondades de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

Quinta actividad del programa (marzo de 2009). Se desarrolló el taller "Diseño de acciones metodológicas para la preparación psicológica con la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo".

Los participantes por parejas realizaron propuestas de ejercicios, los cuales se compararon con las elaboradas por diferentes investigadores. Expusieron e intercambiaron experiencias personales de su empleo.

El debate de experiencias prácticas y la profundización del tema en la literatura especializada es lo que permitió relacionar contenidos teóricos y metodológicos de la preparación psicológica con los recursos propios del entrenamiento deportivo.

La búsqueda de información se controla a través de las elaboraciones realizadas por los entrenadores, las cuales fueron orientadas en el taller anterior. En esta actividad las parejas se intercambian las acciones diseñadas, lo que contribuye a la coevaluación, pero también al intercambio de experiencias y enriquecimiento del bagaje de los entrenadores en relación con la preparación psicológica en particular y la preparación deportiva en sentido general.

En la sesión plenaria del taller se llegó a lo siguiente:

Para concebir, por parte del entrenador deportivo, las acciones con un carácter integrador y orientador para el perfeccionamiento del tratamiento metodológico de la preparación psicológica, combinando los contenidos psicológicos con los recursos propios del entrenamiento deportivo se debe proceder de la manera siguiente**:**

- Análisis de las potencialidades de los contenidos del entrenamiento deportivo para establecer relaciones con preparación psicológica e integrarla con los otros componentes de la preparación del deportista.
- Precisión de las relaciones de lo psicológico con lo físico, lo técnico o lo táctico de acuerdo con la unidad de entrenamiento.
- La identificación de los contenidos psicológicos dentro del sistema de preparación, que predominan en la preparación (físicos, técnico-tácticos y teóricos) y anotarlos de forma independiente.
- El diagnóstico de las características psicológicas de sus deportistas, con el auxilio de las informaciones brindadas por el psicólogo.

- Ordenamiento de los procesos psicológicos siguiendo una relación lógica (de acuerdo con la conveniencia de abordar algunos antes, por servir de base a otros, por ejemplo: percepciones especializadas en relación con la anticipación del pensamiento); este ordenamiento lo decide el entrenador deportivo, teniendo en cuenta además los resultados del diagnóstico.
- El estudio integrado de componentes físicos, técnicos, tácticos con lo psicológico de manera que permitan, a partir de este estudio, el establecimiento de los recursos propios del entrenamiento deportivo que potencian lo psicológico y forman parte del accionar del entrenador deportivo.
- Determinación de los objetivos psicológicos que deben ser alcanzados en cada mesociclo, al hacerse corresponder con lo planteado en el programa en relación con esta unidad de entrenamiento y las manifestaciones psicológicas que se deben revelar en ellos. Así, se tiene una idea de los contenidos psicológicos presentes en el entrenamiento deportivo, de modo tal que se tenga claridad de cómo se contribuye a la preparación psicológica en las diferentes etapas y períodos de la preparación del deportista.
- Análisis de las diferentes propuestas que se plantean en los textos empleados en el decursar de los talleres, con el propósito de buscar una vía factible con vistas a proyectar las acciones para la preparación psicológica con la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo.
- Formulación de las acciones con carácter integrador y orientador que se proyectan como resultado de la mejora del tratamiento metodológico de la preparación psicológica.

Finalmente se consideró que las actividades que se realicen en el marco de la planificación del proceso de entrenamiento deportivo, deben estar encaminadas al aprovechamiento psicológico de los medios propios del entrenamiento deportivo, que las preparaciones metodológicas son los espacios que pueden ser utilizados para retroalimentarse respecto a lo que hacen y que se requiere de una autopreparación sistemática.

La conductora del taller ofrece un material con las acciones de orientación a tener en cuenta para la ejecución de las acciones proyectadas. (Anexo 22).

Al finalizar el taller los entrenadores manifiestan su satisfacción ante las tareas realizadas, la comprensión de la importancia de lo psicológico y cómo ellos desde su accionar pueden contribuir a su tratamiento. Por otra parte, reconocen la importancia de poder operar de manera intencional lo psicológico.

Se orienta el último taller, para lo cual se hace necesario continuar el trabajo con el programa de preparación del deportista, la Resolución 256/89 del INDER, así como las diferentes propuestas de planificación de la preparación psicológica que aparecen señaladas en el anexo 16.

Sexta actividad del programa (*abril del 2009*). Se desarrolló el taller "Reflexiones de la práctica pedagógica, sobre la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo".

Para este taller fue necesario que los entrenadores se apoyaran en los materiales orientados en el taller anterior para explicar:

- Las posibilidades que brindan las tareas de entrenamiento en el proceso de enseñanza-aprendizaje en función de la preparación psicológica como vía metodológica para su tratamiento desde la función del entrenador deportivo.
- La factibilidad de identificar los recursos propios del entrenamiento deportivo, que contribuyen a la preparación psicológica, para lograrlo.
- La valoración de la preparación recibida respecto a si le permitió favorecer el trabajo de la psicóloga con su equipo.
- La determinación de nuevas proyecciones de trabajo en relación con la preparación psicológica como componente del proceso pedagógico de preparación del deportista.
- La necesidad de atender el componente psicológico en las preparaciones metodológicas y durante la elaboración de los planes de entrenamiento.

Con los presupuestos planteados anteriormente, la búsqueda de información orientada en el taller anterior, y el asesoramiento de los colaboradores, se pudo constatar el crecimiento de los entrenadores en el orden conceptual, procedimental y actitudinal, no solo en relación con la preparación psicológica, sino a la necesidad de dedicarle un espacio en la preparación metodológica, lo que posibilita su tratamiento de forma intencionada y planificada.

Este taller se caracterizó por ser uno de los más dinámicos y contar con participaciones más profundas. En él se logró que la mayoría de los participantes reafirmara su convicción de que necesitaban atender la preparación psicológica con más intencionalidad, ser más comprensivos con la participación de la psicóloga en la preparación de sus deportistas, e intercambiar entre todos las posibles formas de atender lo psicológico de acuerdo con sus experiencias y tomando en consideración tanto sus criterios como los aportados por la psicóloga del deporte.

Durante el taller la autora logró que se analizara profundamente la necesidad de brindarle una especial atención al trabajo metodológico para la preparación psicológica. También, a las diferencias en cuanto a su tratamiento y el hecho de que a pesar de reconocerse su importancia no se logra ofrecer una orientación que conduzca a los entrenadores al saber hacer en relación con este componente de la preparación del deportista.

En cuanto a lo relacionado con los documentos normativos, quedó claro en este taller que las orientaciones que por esa vía llegan a los entrenadores si bien son importantes, en muchos casos son de carácter muy general y no compulsan a los entrenadores a concebir en sus planes de preparación metodológica lo relacionado con lo psicológico. No obstante, se enfatizó en que se requiere contextualizar las orientaciones que allí aparecen y hacer uso de las potencialidades del colectivo de entrenadores.

Desarrollo del programa de asesoramiento en el marco de la preparación metodológica establecida por el organismo en el curso 2008-2009.

El asesoramiento concebido como forma de trabajo metodológico para preparar a los entrenadores de voleibol de la EIDE en el tratamiento del componente psicológico desde los planes de entrenamiento cumplió su objetivo, pues proporcionó apoyo a esos entrenadores en la mejora de la atención a la preparación psicológica en el proceso de acciones y operaciones a desarrollar en cada uno de los componentes de la preparación del deportista en relación con lo psicológico en sus planes de entrenamiento mediante el empleo de los recursos propios del entrenamiento que están a su alcance.

El asesoramiento fue realizado con la colaboración de la psicóloga y el J´ de grupo. Se apoyó en las orientaciones ofrecidas en los talleres, lo que permitió supervisar la autopreparación e ir recibiendo retroalimentación de cómo se iban incorporando los conocimientos trasmitidos a su quehacer, y la disposición de los entrenadores para enfrentar la preparación psicológica.

Los contenidos del asesoramiento están determinados por los establecidos para la autopreparación y el programa de talleres.

Por otra parte, el asesoramiento contribuyó al trabajo cooperado, y lo más importante, comprender la necesidad de que se trabaje de esta manera por parte del psicólogo y el entrenador. Se unificaron criterios sobre el trabajo psicológico desde la función del entrenador.

Desarrollo del programa de autopreparación en el marco de la preparación metodológica establecida por el organismo en el curso 2008-2009.

El programa de autopreparación contribuyó al desarrollo de manera intencionada y sistemática del tratamiento de la preparación psicológica a partir de la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo. El mismo jugó un importante papel en la elevación del nivel de preparación de los entrenadores de voleibol, y permitió ser el eje que integró las demás acciones metodológicas de la estrategia con la utilización de los diferentes materiales de consulta necesarios para su ejecución.

Por otra parte, propició la reflexión sobre la preparación psicológica, al constituir un valioso instrumento para la necesaria toma de conciencia de la importancia de este componente de la preparación deportiva, para que sea tratado con la relevancia que requiere por parte de los entrenadores, pues la autora asume que un presupuesto relevante del proceso de entrenamiento es la necesidad de que el entrenador deportivo tenga claridad de cuál es su papel dentro de la preparación psicológica, como máximo responsable de todo este proceso en que no solo trabaja por obtener un alto resultado deportivo, sino también en preparar a un hombre para la vida.

Etapa III.Evaluación

Evaluación formativa de las acciones desarrolladas para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica.

Resulta evidente cómo se va produciendo un salto positivo en aquellos requerimientos que fueron débilmente trabajados en los primeros talleres, sobre todo los relacionados con el tratamiento de la reflexión y el significado psicológico de los recursos propios del entrenamiento deportivo, el trabajo colectivo, el uso de actividades para acercar al entrenador deportivo al camino de la investigación científica.

Es necesario destacar que se evidenció gran interés y una aprehensión rápida de los procedimientos propuestos, posiblemente por la experiencia empírica de los docentes en esta actividad, lo que unido a los tratamientos teórico y metodológico abordados, provocaron este comportamiento. Se observó una evolución satisfactoria con respecto a las insuficiencias antes planteadas, y comenzó a utilizarse una mayor variedad de procedimientos, combinando y reestructurando ideas, creando nuevos procedimientos en algunos casos, los cuales fueron incorporados a la propuesta realizada. Sobre todo se dirigió a cubrir la mayor cantidad de requerimientos para la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo, y así mejorar el tratamiento de la preparación psicológica.

El programa de talleres permitió valorar la medida en que los resultados del contenido se corresponden con los objetivos a partir de los métodos y medios. La evaluación realizada en cada uno de los talleres demuestra el crecimiento de los entrenadores de voleibol en cuanto al tratamiento de la preparación psicológica.

Los entrenadores manifestaron al inicio del programa que: *la preparación psicológica era importante pero, que en ocasiones algunas técnicas de intervención les robaban tiempo de entrenamiento y que obtenían resultados sin pensar mucho en ella.* También que *ellos eran los mejores psicólogos de sus equipos y deportistas*.

Al final se obtuvo por parte de los entrenadores una valoración muy positiva de la pertinencia del programa de talleres, y de las posibilidades reales de aplicación de lo aprendido. Además, debe destacarse que las situaciones presentadas por el conductor del taller fueron enriquecidas por los participantes.

El asesoramiento a partir de los planes de entrenamiento fue importante para los entrenadores, así se comprobó cómo la utilización consciente de la ciencia psicológica facilita el proceso de preparación de los deportistas y su enriquecimiento personal. Por otro lado, les sirvió como una ejercitación teórica con los planes de entrenamiento para actuar de manera intencionada en cuanto al desarrollo psicológico de sus deportistas y también analizar más profundamente el contenido del resto de los componentes de la preparación.

Este asesoramiento se convirtió en un instrumento de valor para lograr la sensibilización y un repensar de los entrenadores, en especial a partir de las reflexiones sobre las ideas de Norma Sainz de la Torre (2003) e Hiram Valdés (1996) para la preparación psicológica desde el punto de vista pedagógico, y las presentadas por la investigadora, los cuales ofrecieron un punto de partida para el enriquecimiento del mismo.

Como resultados de la autopreparación cada uno de los entrenadores identificó los principales problemas psicológicos que inciden en el rendimiento de sus deportistas, supieron expresar cuál es su papel respecto a la preparación

psicológica de sus deportistas y equipo; valoraron la importancia de la relación entrenador-psicólogo para la dirección del proceso de entrenamiento deportivo; valoraron los desafíos y perspectivas de la atención a la preparación psicológica desde edades tempranas, dadas las exigencias del voleibol contemporáneo, relacionaron los resultados del diagnóstico realizado por la psicóloga con la observación que sistemáticamente hacen a sus deportistas; determinaron en el proceso de preparación las tareas de entrenamiento deportivo que pueden ser utilizadas para la potenciar lo psicológico, y elaboraron tareas de entrenamiento para lograr el desarrollo de procesos psíquicos de acuerdo con las demandas del mismo.

La autopreparación repercutió en el logro de los talleres realizados pues favoreció valoraciones y enjuiciamiento crítico de los participantes.

Al describir cada una de las acciones implementadas se realizó una valoración de sus resultados que ya ofrecen información del progreso de los entrenadores quienes se benefician de las acciones de la estrategia.

Los resultados de la evolución progresiva de cada uno de los ocho entrenadores beneficiados por la propuesta se resumen en niveles alcanzados de preparación en las dimensiones conceptual, procedimental y actitudinal para el trabajo metodológico.

Evaluación sumativa del conjunto de acciones desarrolladas para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica.

Como fue expresado antes, esta acción está concebida para evaluar el nivel de satisfacción de las necesidades de preparación alcanzado por los entrenadores de voleibol de la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.

Las necesidades de preparación a satisfacer son las concertadas en la etapa organizativa de la estrategia.

El nivel de preparación de los entrenadores antes de aplicar la estrategia en las dimensiones conceptual, procedimental y actitudinal para el trabajo metodológico

coincidentes con las necesidades a satisfacer a través de la propuesta, dado en categorías de alto, medio y bajo se mostraron en el anexo 18. El nivel de preparación de los entrenadores después de aplicar la estrategia, categorizado mediante el mismo modo de proceder se muestra en el anexo 23.

Las evaluaciones antes de iniciar la etapa de implementación de la estrategia en las dimensiones conceptual y procedimental fueron categorizadas con predominio de un nivel bajo; solo el indicador *"conocimientos de la actividad específica del voleibolista y sus particularidades"* no se comportó de esa manera.

Respecto a los indicadores de la dimensión actitudinal se categorizaron la mayoría con un nivel medio, excepto el indicador "*interés en la planificación, ejecución y evaluación del trabajo con la preparación psicológica desde su accionar"* donde la mayoría de los entrenadores se categorizaron de bajo. En 6 de los 10 indicadores predominó el nivel bajo.

Las evaluaciones al concluir las acciones de la etapa de implementación de la estrategia se comportaron de la manera siguiente: los indicadores de las tres dimensiones fueron categorizados con predominio de un nivel alto. En 9 de los 10 indicadores predominó el nivel alto.

Los niveles de preparación se comparan estadísticamente mediante la prueba de rangos señalados de Wilcoxon y se corroboran cambios significativos. En cada uno de los indicadores se obtuvo un valor de $\alpha \leq 0{,}05$.

Por tanto, se concluye que se logró un alto nivel de satisfacción de las necesidades de preparación por los entrenadores de voleibol de la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.

Se corrobora la hipótesis formulada para la situación experimental.

Conclusiones del capítulo

La estrategia se diseña a partir de precisar la existencia de limitaciones teóricas y prácticas en el proceder de los entrenadores de voleibol la EIDE "Héctor Ruiz" de

Villa Clara para dirigir en el proceso de entrenamiento lo concerniente a lo preparación psicológica, esencialmente de carácter metodológico.

La evaluación de la estrategia como resultado científico permite afirmar que los entrenadores del contexto deportivo donde se realiza la investigación se prepararon a través de sus diferentes acciones en conocimientos, habilidades, y actitudes necesarias para mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica. Se satisfacen las necesidades para la cual se elaboró.

Conclusiones

El proceso investigativo desarrollado permitió concluir lo siguiente**:**

El marco contextual y teórico establecido sobre el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo aporta la concepción de las acciones metodológicas que satisfacen las necesidades de preparación de los entrenadores de voleibol con vistas a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar en la estrategia propuesta y, a la vez que enriquece la concepción del trabajo metodológico para el desarrollo de este tipo de preparación psicológica en el proceso pedagógico deportivo.

- El diagnóstico del estado actual del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de la provincia de Villa Clara, arrojó potencialidades, dificultades y barreras respecto a su desarrollo. Se reconoce la necesidad de incrementar los conocimientos, habilidades y actitudes para enfrentar ese tipo de preparación. Esas necesidades se constituyeron en indicadores de las dimensiones conceptual, procedimental y actitudinal para la mejora del trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo.
- La estructura y el contenido que asume la estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara parte de un diagnóstico de necesidades a satisfacer, y se proyectan y ejecutan sistemas de acciones intermedias, progresivas y coherentes distribuidas en tres etapas -organizativa o preparatoria, de implementación y de evaluación, las cuales permiten alcanzar de forma paulatina los objetivos propuestos. Además, tiene implícita la posibilidad de perfeccionamiento y enriquecimiento, así como de adaptación a nuevas condiciones.

- Los resultados de la evaluación por criterio de expertos avalan la calidad de la concepción teórica de la estrategia y las posibilidades de aplicación de esta en la práctica.
- Las acciones metodológicas implementadas con un enfoque estratégico, sustentadas desde la perspectiva de la formación permanente del entrenador deportivo, en respuesta a los lineamientos de trabajo metodológico, y caracterizadas por la actividad cooperada, satisfizo, en principio, las necesidades de preparación de los entrenadores de voleibol de la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara con vistas a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.

Recomendaciones

- Evaluar el impacto de la estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo en el voleibol en la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara.
- Continuar desarrollando acciones estratégicas para que el trabajo metodológico se constituya la vía principal para elevar la preparación del entrenador deportivo en el tratamiento de la preparación psicológica en el proceso pedagógico deportivo.
- Valorar las posibilidades de transferibilidad de la estrategia a otros escenarios deportivos.

ADDINE, F. (1998) *La estrategia como resultado científico*. Camagüey: Centro de Estudios Científicos de la Educación Universitaria de Camagüey.

ADDINE, F. (2004). *Didáctica: Teoría y práctica. Compilación*. La Habana: Pueblo y Educación.

ALEKSEEV, A. V. (1991). *¡A superarse!* Moscú: Vneshtorgizdat.

ÁLVAREZ DE ZAYAS, C.M. (1999). *Didáctica. La escuela en la vida*. La Habana: Pueblo y Educación.

ÁLVAREZ DE ZAYAS, C.M y SIERRA, V. M. (1998) *La investigación científica en la sociedad del conocimiento*. Santiago de Cuba.

ÁLVAREZ DE ZAYAS, C.M y SIERRA, V. M. (1999). *Diseño curricular*. Cochabamba, Bolivia: s.n.

ANDER-EGG, E. (1994). *La interdisciplinariedad en la educación*. Buenos Aires, Argentina: Magisterio del Río de la Plata.

ANDERSEN M. B. (2009). *Sport psychology in practice*. Olympic Committee: Sport Psychology.

ANDUX, C. (1988). *Programa de preparación del deportista: Voleibol*. La Habana: s.n

ANDUX, C. (1996). Los objetivos en los deportes de equipo: un problema metodológico con implicación social. La Habana: ISCF “Manuel Fajardo”. Manuscrito no publicado.

AÑORGA, J. (1994) Hacia una teoría de "Educación Avanzada" en Educación Avanzada. Bolivia.

AÑORGA, J. Y VALCÁRCEL. N. (1996): *Aproximaciones Metodológicas al Diseño Curricular de Maestrías y Doctorados: hacia una propuesta avanzada*. La Habana: Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona.

AÑORGA, J. (1997): Educación avanzada y producción de conocimientos en América Latina. La Habana: CENESEDA, ISPEJV. En: Morles, Víctor (Comp.): Postgrado y desarrollo en América Latina. CEISEA, UCV, Vol. 4, Caracas.

BERGES, J. M. (2003). Modelo de superación profesional para el perfeccionamiento de habilidades comunicativas en docentes de secundaria básica. Tesis en opción al grado de Doctor. U. P. "Félix Varela", Villa Clara.

BERNAZA, G. (2004) *El proceso de enseñanza en la educación de postgrado: reflexiones, interrogantes y propuestas de innovación*. La Habana: MES.

BERMUDEZ, R y RODRIGUEZ, M. (1996). *Teoría y metodología del aprendizaje*. La Habana: Pueblo y Educación.

BLUCKERT, P. (2006). *Psychological Dimensions of Executive Coaching*. Open University Press. McGraw-Hill Education

BOZCHOVICH, L. I. (1976). *La personalidad y su formación en la edad infantil, investigaciones psicológicas.* La Habana: Pueblo y Educación.

BUCETA, J. M. (1998). *Psicología del Entrenamiento Deportivo.* Madrid: Dykinson.

BUCETA, J. M. (2000). El rol del psicólogo deportivo vs. el rol del entrenador en la aplicación de la psicología en el ámbito del deporte. Disponible en http://psicodeporte.nu [Accesado el 12/01/ 06]

BUCETA, J. M. (2000). Cuestiones actuales en la aplicación de la psicología al deporte de competición. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Texto para los estudios de Master y Especialista Universitarios en Psicología de la Actividad Física y del Deporte de la UNED.

BUCETA, J. M. (2004) *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.

CANTÓN, E. (2002). El área profesional de la Psicología del deporte. En: J. Dosil (ed.) El psicólogo del deporte; asesoramiento e intervención. Madrid: Síntesis

CASTRO, F. (1972). Discurso pronunciado en el acto de clausura del II Congreso de la Unión de Jóvenes Comunistas. *Revista Educación*, 5

CAPETILLO, R. (2005) Factores condicionantes de la producción

de rendimiento del futbolista. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 12/01/10]

CALVIÑO, M. (1998). *Trabajar en y con grupos. Experiencias y reflexiones básicas.* La Habana: Academia.

CALVIÑO, M. (2000). *Orientación Psicológica: Esquema referencial de alternativa múltiple.* La Habana: Científico técnica.

CASTELLÓ, M. y MONEREO, M. (2005). Asesorar como un modo de influir en el cambio de las representaciones de los asesorados. Material en soporte digital

CASTILLO, J. (2002). El aprendizaje cooperativo en la enseñanza de la Matemática. Disponible en: http://www.monografías.com.htlm [Accesado el 23/06/ 07]

CASTILLO, M. (2006). Estrategia de superación para los profesores de preuniversitario en la dirección de educación para la salud. Tesis en opción al grado de Doctor en ciencias pedagógicas .ISP" Félix Varela". Villa Clara.

CAÑIZARES, M. (2004). *Psicología y equipo deportivo*. La Habana: Deportes.

CAÑIZARES, M. (2009). *La Psicología en la actividad física. Su aplicación en la educación física, el deporte, la recreación y la rehabilitación*. La Habana: Deportes.

CAÑIZARES, M. (2004) La Zona de Desarrollo Próximo en el Deporte. Una reflexión teórica preliminar con algunos ejemplos en la disciplina de taekwondo. http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 12/01/ 06]

CARACUEL, J. S. (2001). ¿Qué es la psicología del deporte? .Disponible en http://www.cienciaydeporte.net [Accesado el 12/01/ 06]

CAUAS, R.A. (2004). La psicología del deporte en Chile**.** Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 12/01/ 06]

Colectivo de autores (1992). Voleibol. La táctica colectiva. España: Comité Olímpico Español, Federación Española de Voleibol.

Colectivo de autores (1984). *Voleibol*. España: Comité Olímpico Español, Federación Española de Voleibol.

Colectivo de autores (2005). *Teorías psicológicas y su influencia en la educación*. La Habana: Pueblo y Educación.

Colectivo de autores (2005). *Metodología de la investigación educacional. Desafíos y polémicas actuales*. La Habana: Pueblo y Educación.

Colectivo de autores (2006). La universidad cubana y su contribución a la universalización del conocimiento. La Habana: Félix Varela.

CRESPO, T. (2007). Respuestas a 16 preguntas sobre el empleo del *método Delphy en la investigación pedagógica*. Lima: San Marcos.

CUBA. Ministerio de Educación Superior (2004). Reglamento de educación de Posgrado de la República de Cuba. Resolución 132/2004. La Habana: ENPES.

CUBA. Ministerio de Educación Superior (1979). Resolución Ministerial 220/79. MES. Reglamento Docente Metodológico. La Habana: MES

CUBA. Ministerio de Educación Superior (2007). Resolución Ministerial 210/07. MES. Reglamento Docente Metodológico. La Habana: MES

CUBA. Ministerio de Educación (1986). Resolución Ministerial 290/86. MINED. Reglamento del Trabajo Metodológico de los Niveles Nacional, Provincial, Municipal y de Escuela La Habana.

CUBA. Ministerio de Educación (1979). Resolución Ministerial 300/79. MINED. Reglamento del Trabajo Metodológico de los Niveles Nacional, Provincial, Municipal y de Escuela. La Habana.

CUBA. Ministerio de Educación (1974) Seminario Nacional a Dirigentes, Metodólogos e Inspectores de las Direcciones Provinciales y Municipales de Educación. Documentos Normativos y Metodológicos. La Habana.

CUBA. Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (1998). *Sistema de Ciencia e Innovación Tecnológica (SCIT).* La Habana: Deportes.

CUBA. Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (1984). Reglamento de trabajo metodológico. Resolución 87/84. La Habana: Deportes.

CUBA. Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (1989). Normas para el desarrollo de la preparación metodológica en la rama del Deporte, la Cultura Física y la Recreación Resolución 256/89. La Habana: Deportes.

CUBA. (1991). Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Resolución 24/91: Sistema Cubano de Cultura Física y Deporte. La Habana: Deportes.

CUBA. (1989). Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Distribución mensual del fondo de tiempo del personal docente que labora en la enseñanza del deporte, la Cultura Física y la recreación. Resolución 209/89.

CUBA, Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo" (1977). Plan de Estudio “A” de la Carrera de Licenciatura en Cultura Física. La Habana: ISCF

CUBA, Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". (1981). Plan de Estudio “B” de la Carrera de Licenciatura en Cultura Física. La Habana: ISCF

CUBA, Ministerio de Educación Superior. (1990). Plan de Estudio “C” de la Carrera de Cultura Física. . Ciudad de la Habana: MES.

CUBA, Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". (2001). Plan de Estudio “C” perfeccionado de la Carrera de Licenciatura en Cultura Física. La Habana: ISCF.

CUBA, Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". (2008). Plan de Estudio “D” de la Carrera de Licenciatura en Cultura Física. La Habana: ISCF.

CUBA. (1992). Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Distribución mensual del fondo de tiempo del personal docente que labora en la enseñanza del deporte, la Cultura Física y la recreación. Resolución 98/92.

CUBA. (2001). Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Distribución mensual del fondo de tiempo del personal docente que labora en la enseñanza del deporte, la Cultura Física y la recreación. Resolución 27/2001.

CUBA. (2002). Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Distribución mensual del fondo de tiempo del personal docente que labora en la enseñanza del deporte, la Cultura Física y la recreación. Resolución 44/2002

CUBA. (1999). Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. *VIII Reunión Nacional de Secciones Técnico-metodológicas* La Habana: Deportes.

DE ARMAS, N. [et al] (2003). *Caracterización y diseño de los resultados científicos como aportes de la investigación educativa*. Santa Clara: CECIP, ISP Félix Varela.

DE ARMAS, M. (1997). *Curso de Superación para la preparación psicológica de los entrenadores deportivos. Teoría y Metodología*. Villa Clara: ISCF, Facultad de Cultura Física.

DE ARMAS, M. (2006). *Algunas orientaciones metodológicas para la preparación psicológica*. En Programa de Preparación del Deportista, Voleibol (pp. 71-83). La Habana: Federación Cubana de Voleibol.

DE ARMAS, M. y COL. (2008). Análisis de la utilización de las orientaciones metodológicas para la preparación psicológica en el programa nacional de voleibol en al EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara. *Arrancada*, Edición especial

DE ARMAS, M. y COL. (2008). Metodología para la preparación psicológica desde la figura del entrenador en el Voleibol escolar basada en el aprendizaje cooperativo. *IV Simposio Internacional de voleibol*, Santiago de Cuba

DE LA PAZ, P. L. (2000). Enseñanza de la táctica en los juegos deportivos. ¿pensar o no pensar? esa es la cuestión.

DEL PINO, M. y SABAS, G. (2005). El perfil de rendimiento: su empleo en la preparación psicológica de voleibolistas de alto rendimiento. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 09/03/ 07].

DEL PINO, M (2008). Perfil de exigencias del voleibol Femenino. Tesis en opción al grado de Master en Psicología del deporte. UCCFD. "Manuel Fajardo. Disponible en http://www.inder.cu/ [Accesado el 09/03/09].

DE LA VEGA, R. y GARCÍA, F (2002). *Factores psicológicos que influyen en el alto rendimiento deportivo .Módulo 3.6*. España: Centro Olímpico de Estudios Superiores.

DE LA VEGA, R. (2002). *Evaluación y entrenamiento de las habilidades psicológicas inmersas en el A.R.D .Módulo 3.7*. España: Centro Olímpico de Estudios Superiores.

DOSIL, J. (2004) Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Madrid: Mac Graw Hill

DÍAZ. J. (2008). Necesidades de asesoramiento psicológico de entrenadores de voleibol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8, (2).

DÍAZ, J. y RODRIGUEZ, G. (2005). Intervención psicológica mediante rutinas de atención y concentración en un equipo de voleibol para mejorar la efectividad colectiva del saque. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5 (1-2).

DZHAMGAROV, T. T. y PUNI, A. Z. (1990). *Psicología de la educación física y el deporte*. La Habana: Científico Técnica.

DOMINGUEZ, L. (2003) .Caracterización de diferentes etapas del desarrollo de la personalidad. En Castellanos, R., comp. *Psicología: selección de textos*. La Habana: Félix Varela.

DOMÍNGUEZ, L. (2005). *Psicología del Desarrollo: Problemas, Principios y Categorías*. La Habana: Universidad de La Habana.

DORTA, A. F. (1984). *Nociones de Psicología de la educación física y el deporte*. La Habana: Pueblo y educación.

ESCUDERO SANZ, D (2010). Metodología para la atención psicopedagógica a la motivación de logro en la educación física con alumnos de secundaria básica. Tesis en opción del grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. UCCFD Manuel Fajardo.

ESPER, A. Y BEDOGNI, G. (2002). Influencia de diferentes ejercitaciones realizadas durante un partido de voleibol en el mantenimiento de la saltabilidad. Disponible en http://www.efdeportes.com. [Accesado el 09/05/10].

FERNÁNDEZ, L. (2008), La escuela deportiva. Organización básica del sistema deportivo. Gestión y Funcionamiento. I Cumbre Iberoamericana de Educación física y Deporte Escolar. La Habana. Dirección de Educación Física y Deportes. Disponible en http://www.monografias.com [Accesado el 09/05/10].

FERREIRO, R. Y CALDERÓN, M. (2001) El A, B, C del aprendizaje cooperativo: trabajo en equipo para enseñar y aprender. México: Trillas..

FEU, S., [et al] (2009). Estrategias formativas para la adquisición del conocimiento profesional del entrenador del baloncesto escolar. *Cuadernos de Psicología del Deporte* Dirección General de Deportes, 9.

FIEDLER, M. (1974). *Voleibol.* La Habana: Pueblo y Educación.

FORTEZA, A. (1994). *Entrenar para ganar. Metodología del entrenamiento deportivo*. Olympia.

FORTEZA, A. (1997). *El entrenamiento deportivo. Alta Metodología*. La Habana: Científico Técnica.

FRAGA, O. (2005) Estrategia de superación profesional para la preparación teórico - metodológica del docente en el contenido de la ética martiana. Tesis en opción del grado científico de Doctor. U. P. “Félix Varela”, Villa Clara.

FUENTES, M. (2005) El temperamento en la formación del deportista. La Habana: Deportes.

GALPERIN, P. Y. (1986). *Sobre los métodos de formación por etapas de las acciones intelectuales*. La Habana: Pueblo y Educación.

GARCÉS DE LOS FAYOS, E. J. (2002) Unidad de Psicología del Deporte: La psicología en el alto rendimiento. Disponible en http://psicodeporte.nu [Accesado el 09/05/10].

GARCÍA CALVO, T. (2004) El trabajo de aspectos psicológicos en fútbol a través del entrenamiento integrado .Editado CV Ciencias del deporte.

GARCÍA, D. (1997): El Taller como forma de Educación Avanzada, en la Superación profesional de los docentes de la educación primaria, para la enseñanza de la Geometría. Tesis en opción al título de Master. Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona. La Habana.

GARCÍA, R., Y SÁNCHEZ, E. (2005) Entre lo que somos y lo que nos gustaría ser. Un estudio sobre las posibilidades del cambio en el asesoramiento psicopedagógico. Material en soporte digital

GARCÍA UCHA, F. (1997). *La Psicología del deporte: Un enfoque Cubano*. Perú: Alsina.

GARCÍA UCHA, F. (1999). El entrenador deportivo. Disponible en http://www.efdeportes.com. [Accesado el 09/05/10].

GARCÍA UCHA, F. (2004). *Herramientas psicológicas para entrenadores y deportistas*. La Habana: Deportes.

GARCÍA UCHA, F. y GONZALEZ, L. G. (2001). La Psicología del deporte como ciencia aplicada. Aristas éticas y condicionamientos sociales.

GARCÍA, J. M. [et al] (1996). *Planificación del Entrenamiento deportivo*. Madrid: Ed. Gymnos.

GARFIELD, CH. (1988). *Rendimiento Máximo*. México: Roca. S.A.

GARZARELLI J. G. (2002) Psicología del deporte. Disponible en http://www.psicologia-online.com. [Accesado el 06/03/06].

Glosario de Términos y Definiciones de la Cultura Física y el Deporte. s.l, s.n, s.a.

GONZÁLEZ, L. G. (2001). Condiciones internas y Actividad Deportiva. Variables de indispensable consideración en la Actividad Deportiva. http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 06/03/06].

GONZÁLEZ, L. G. (2001) Resultados del control psicológico del entrenamiento en saltadores cubanos de alto rendimiento. Disponible en http://www.efdeportes.com/[Accesado el 06/03/06].

GONZÁLEZ, L. G. (2004). *La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento*. La Habana: Deportes.

GONZÁLEZ, M. (2000). El voleibol desde la perspectiva de las teorías adaptativas del aprendizaje motor. *Boletín Técnico*, 13, 107-127.

GONZALEZ, M. (2004). Los momentos de la preparación psicológica del deportista. Acción. *Revista cubana de la cultura física*.

GONZALEZ, M. y COL. (2001). Características del juego del voleibol tras los nuevos cambios en el reglamento. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 06/03/06].

GONZÁLEZ REY, F. (1996). *Problemas epistemológicos de la Psicología*. La Habana: Academia.

GONZÁLEZ REY, F. (1997). *Epistemología cualitativa y subjetividad*. La Habana: Pueblo y Educación

GONZALEZ, M. (2001). La preparación psicológica y las percepciones especializadas en el boxeo escolar: una reflexión necesaria. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 10/02/05].

GONZALEZ, M**.** D. y DOSIL, J. (2006). Evaluación de las actitudes hacia la actividad física y el deporte en una muestra de universitarios españoles y portugueses. *Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança,* 1(4), 95-100

GORBUNOV, G. (1988). *Psicopedagogía del Deporte*. Moscú: Vneshtorgizdat.

GOULD, D., FLETT, M. R. y BEAN, E. (2009). Mental preparation for training and competition. Olympic Committee: Sport Psychology.

GUILLÉN, F. (2003) Psicopedagogía de la Actividad Física y el Deporte. Armenia – Colombia: Kinesis.

GUTIÉRREZ, B. (2005). *Hacia una didáctica formativa. Material Básico*. Santa Clara: ISP "Félix Varela".

GUTIÉRREZ, P. (1999). *La preparación psicológica en los deportes de equipo de los juegos con pelota*. Ciudad de la Habana: Instituto de Medicina del Deporte de Cuba. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 10/02/05].

HARRE, D. (1983). *Fundamentos de la técnica deportiva y de la preparación táctica. En teoría del entrenamiento deportivo*. La Habana: Científico Técnica.

HERNANDEZ MENDÓ, A. (2001) La psicología del deporte en el atletismo. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 15/07/05].

HERRERA, G.; RAMOS, J L. y DESPAIGNE, J. M. (1996). *Voleibol: Manual de consulta operativa para el entrenador*. Bilbao: Federación Vasca de Voleibol.

HORRUITINER, P. (2006). *La universidad cubana: el modelo en formación*. La Habana: Félix Varela

JIMENEZ, J. S. (2004) La preparación psicológica del yudoca**.** Disponible en http://www.inder.cu/ [Accesado el 07/05/09].

LAVALLEE, D., KREMER, J., MORAN A. P. y WILLIAMS, M (2004). *Sport Psychology Contemporary Themes* .Palgrave Macmillan.

LOEHR, J. E. (1990). *La excelencia en los deportes*. México: Planeta.

LOMBANA, R. (2005). La superación profesional con enfoque interdisciplinario en el docente de humanidades de la escuela de instructores de arte. Tesis en opción al título de Doctor. U. P. "Félix Varela", Villa Clara.

LOPEZ, J. L. y LORENZO, O. (2000). Utilidad del test de nivel subjetivo de preparación para valorar la preparación psicológica en deportes de combate. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 07/05/09].

LÓPEZ, J.C. (2009). Habilidades psicológicas para la mejora del rendimiento en tenis de mesa. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9(1), (pp. 53-72)

LÓPEZ, J. y COL. (2002). *La orientación como parte de la actividad cognoscitiva de los escolares*. En Compendio de pedagogía. (pp. 102-109). La Habana: ICCP

LÓPEZ, J. [et al] (2003). *Marco conceptual para la elaboración de una teoría pedagógica*. La Habana: ICCP.

LOMOV, B. F. (1984). *Problemas teóricos y metodológicos de la Psicología*. Moscú: Nauka.

LORENCES, J. (2003) Sistema didáctico para elevar la calidad del proceso docente educativo en la escuela rural. Tesis en opción al título de Doctor en Ciencias pedagógicas. ISP "Félix Varela". Villa Clara.

MAHLO, F. (1974). *La acción táctica en el juego*. La Habana: Pueblo y Educación.

MALLETT, C. J. , HANRAHAN S. J (2003) Elite athletes: why does the 'fire' burn so brightly? . Psychology of Sport and Exercise. Disponible en http://www.elsevier.com [Accesado el 07/05/09].

MARIMÓN, J. A. (2003). *Aproximación al estudio del modelo como resultado científico*. Santa Clara: CECIP, ISP "Félix Varela"

MARÍN, C. (2003). Entrenamiento psicológico en el deporte. Disponible en http://www.saprissa.co.cr [Accesado el 07/05/09].

MARTINÓ, C. M (2008). *Psicología del fútbol*. La Habana: Deportes.

MESA, M. (2006). *Asesoría estadística aplicada a la investigación en el deporte*. La Habana: José Martí.

MESA, N. y SALVADOR R. (2004) El trabajo Metodológico: Evolución y perspectivas. *Varela*, 6

MATVÉEV, L. (1983). *Fundamentos del entrenamiento Deportivo*. Moscú: Ráduga.

MATUS, E. C. (2003). Etapas de un Programa de Entrenamiento Psicológico. Psicología para entrenadores. Disponible en http://www.psicodeportes.com. [Accesado el 07/05/09].

MCMORRIS, T. y HALE, T. (2006). *Coaching science theory into practice*. England: John Wiley & Sons Ltd.

MEDVEDEV A. S. (1991). *Psicología para la victoria*. Moscú: Vneshtorgidat.

MEDVEDEV V. V. (1988). *La preparación psicológica del Voleibolista*. La Habana: Científico técnica.

MOLNAR, J. (2001). Aspectos Psicológicos de la Iniciación Deportiva. s.l: s.n.

MORILLA, M. y PÉREZ, E. (2002) Entrenamiento de la atención y concentración Ejercicios para su mejora. Disponible en http://www.monografías.com/ [Accesado el 07/05/09].

MORILLA, M. y COL. (2001). Desarrollo de un programa de preparación psicológica con los equipos de un club de fútbol de la primera división española. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 07/05/09].

MORILLA, M. (2003). Algunas reflexiones sobre la psicología del deporte y el entrenador de fútbol. Disponible en http://www.efdeportes.com/ [Accesado el 07/05/09].

MORALES, A.; JONS, E. y GONZALEZ, R. (2002). *El camino del éxito hacia el deporte elite: esgrima, entrenamiento y rendimiento*. Tegucigalpa: Secretaría de cultura artes y deportes.

NAVELO, R. y COL. (2004). *Programa de Preparación del Deportista*. La Habana: Federación Cubana de Voleibol.

NAVELO, R. (2004). *El Joven Voleibolista*. La Habana: José Martí.

NÚÑEZ, C. (2001). *Plan de preparación psicopedagógico para los taekwondistas*. La Habana: Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.

NUVIALA, A. Y LEGAZ, A. (2002). La preparación psicológica y el preparador físico de un deporte colectivo. Disponible en http://www.efdeportes.com [Accesado el 07/05/09].

ORGANIZACIÓN DE ESTADOS IBEROAMERICANOS PARA LA EDUCACIÓN LA CIENCIA Y LA CULTURA (2000). Organización y estructura de la formación docente en Iberoamérica. Documento de Trabajo, Observatorio de la Educación.

OZOLIN, N. G.(1983) Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana: Científico técnico.

PALAO, J. M, SAENZ, B. Y UREÑA, A. (2001) La fatiga en el Voleibol. Disponible en http://www.efdeportes.com [Accesado el 07/05/09].

PÉREZ SURITA, Y. (2007). *Programa de orientación psicológica para estimular el autocontrol emocional en ajedrecistas de alto rendimiento*. Santa Clara: Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", Facultad de Villa Clara.

PLATONOV, V. (1988). *El entrenamiento deportivo, Teoría y Metodología*. Barcelona: Paidotribo S.A.

PLATONOV, V. (1991) La Adaptación en el Deporte. Barcelona: Paidotribo S.A.

PORTILLO, M.(2001) Fundamentos básicos del Voleibol. Disponible en http://www.monografias.com [Accesado el 07/05/09].

PUNI, A. (1969.). *Ensayos de Psicología del deporte*. Cuba: INDER, S.A.

PUNI, A. (1974). La Preparación Psicológica para las Competencias Deportivas. . *Boletín Científico -Técnico del INDER,* 1- 60.

PUNI, A. (1975). El estado de la preparación psicológica y nivel de la preparación psicológica con vistas a las competencias en el deporte. *Cuestiones de la psicología del deporte*, 3-24.

REYES, M Y PÉREZ M. L. (2005). El asesoramiento psicopedagógico en la universidad: estudio interpretativo sobre las posibilidades que abre este

contexto al asesoramiento y sobre la construcción del rol de asesor. Universidad de Girona.

RIERA, J. (1985). *Introducción a la Psicología del deporte*. Barcelona: Martínez Roca, S. A.

RIERA, M. A. (2002). *Entrenamiento psicológico integrador en los equipos de Judo (F) y Fútbol de la ESPA Provincial de Villa Clara. Teoría y Metodología*. Villa Clara: ISCF Manuel Fajardo.

RINCON, J. E. (2007) Aproximación a la Psicología del deporte. Disponible en http://www.tacticasdefutbol.com [Accesado el 07/05/09].

RODIONOV, A. (1981). *Psicología del enfrentamiento deportivo*. Ciudad de la Habana: Orbe.

RODIÓNOV, A. V. (1989). *Influencia de los factores psicológicos en el resultado deportivo*. Moscú: Vneshtorgizdat.

RODIÓNOV, A.V. (1990). *Psicología del deporte de altas marcas.* Moscú: Vneshtorgizdat.

ROFFÉ, M. (2003).Psicólogos del deporte en el fútbol: ni salvadores, ni magos ni apagaincendios. Disponible en http://www.efdeportes.com [Accesado el 07/05/09].

RODRÍGUEZ, A. (2002). *La atención al atleta adolescente, una visión desde la psicología del deporte*. Villa Clara: Universidad Central Marta Abreu de Las Villas.

RODRÍGUEZ, M. A. y RODRIGUEZ, A. (2004) La estrategia como resultado científico de la investigación educativa. U. P:"Félix Varela".Villa Clara. Soporte digital

RUDIK, P. A. (1974). *Psicología de la Educación Física y el Deporte*. La Habana: Pueblo y Educación.

RUDIK, P .A. (1990). *Psicología. Libro de Texto para los Institutos de Cultura Física*. Moscú: Planeta.

RUIZ, A. (2003) Introducción a la investigación en la educación. Material digitalizado, C. Habana

RUIZ, M. (1997). Modelo de superación postgraduada para profesores de Literatura". Tesis presentada en opción al grado de Doctor en Ciencias Pedagógicas. I.S.P. "Félix Varela". Santa Clara, Villa Clara.

RUSSELL, L. (2005) La planificación de la preparación psicológica de los deportistas noveles desde la óptica del entrenador. Tesis de maestría en Psicología del deporte. ISCF" Manuel Fajardo".Ciudad de La Habana.

SABAS, G. (1990) La preparación psicológica del voleibolista. Congreso de Psicología aplicada al Voleibol. Madrid.

SABAS, G. Y DEL PINO (1994). Estudio de la cohesión en diferentes etapas de la preparación deportiva. Comunicación presentada en *I Conferencia Internacional de Deportes de alto rendimiento*, La Habana.

SÁEZ, G. Y RODRÍGUEZ, Á. (2009) La iniciación y la motivación en el baloncesto: el papel del entrenador. *Cuadernos de Psicología del Deporte,* 9*.*

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). *La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo*. Puebla: BUAP.

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). Psicología de la Educación Física y el deporte escolar. Material Docente Maestría en Ciencias y Juegos Deportivos, Durango.

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). Percepciones espaciales en los juegos deportivos. *Revista electrónica UMCC*.

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). Algunas consideraciones sobre la visión periférica en los juegos deportivos. Disponible en http://www.efdeportes.com [Accesado el 07/05/09].

SAINZ DE LA TORRE, N. (2006). *Temas de Psicología del Deporte para entrenadores y profesores de Educación Física (I).*

SAINZ DE LA TORRE, N. (2004). Control propioceptivo en el Voleibol. Disponible en http://www.efdeportes.com [Accesado el 07/05/09].

SALVADOR, R. L. (2006) El trabajo metodológico El trabajo metodológico en el departamento docente de los institutos preuniversitarios. Tesis en opción al grado de doctor en ciencias pedagógicas .ISP "Félix Varela".Villa Clara.

SÁNCHEZ, M. E. y GONZÁLEZ, M. (2004). *Psicología general y del desarrollo*. La Habana: Deportes

SANTANA, J. L. (2003). *La contextualización de la dimensión ambiental en el proceso de formación de los profesionales del eslabón de base del deporte de alto rendimiento*. Santa Clara: Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", Facultad Villa Clara.

SEIRUL-LO, F. (2004). La estructura socio-afectiva configuradora de equipo. Disponible en http://www.mastercede.com [Accesado el 07/05/09].

TIMAN, A. P. (1975) Investigación sobre la anticipación de los voleibolistas en una situación concreta de juego. Cuestiones de la psicología del deporte. Leningrado, (pp. 41-48).

TYSHLER, D. A. y MIDLER, M. P. (1980). *La preparación psicológica del esgrimista*. La Habana: Orbe.

UREÑA, A. (2001). La técnica - primera y segunda parte conceptos y tratamiento metodológico. Artículos técnicos de Voleibol. Disponible en http://www.pequevoley.com [Accesado el 07/05/09].

VANEK, M. (1970). *Psicología del atleta superior*. Praga: Cultura Física.

VANEK, M. (1994). La Preparación Psicológica en el Voleibol. *International Volley Tech*., 3, (pp. 10-16).

VALDÉS, H. (1993). Métodos Psicológicos de Preparación del deportista. En: Comunicación presentada en el *1er. Simposio Internacional sobre Educación Escolar y Deporte de Alto Rendimiento*, Las Palmas de Gran Canaria.

VALDÉS, H. (1996). *La preparación psicológica del deportista*. España: Inde SA.

VALDÉS, H. (1996). *Personalidad, actividad psíquica y deporte*. Colombia: Kinesis.

VALDÉS, H. (2000). Precisiones necesarias en relación con la Psicología del Deporte. Disponible en http://www.efdeportes.com [Accesado el 07/05/09].

VALDÉS, H. y REZENDE, A. (2004). Método de estudio de las habilidades tácticas. Disponible en http://www.efdeportes.com [Accesado el 07/05/09].

VALLE, A. (2007). *Los metamodelos en la investigación pedagógica*. Ciudad de la Habana: Instituto Central De Ciencias Pedagógicas. Ministerio de Educación Cuba.

VELOSO, E. Y RODRIGUEZ, R. M. Y BELLO, J. A. (2001) Preparación Psicológica del Deportista. Disponible en http://www.efdeportes.com [Accesado el 07/05/09].

VERJOSCHANSKY, V. (1992). *Entrenamiento deportivo, planificación y programación*. México, D.F.: Roca S. A.

VIDAURRETA, L. (2006). *Comportamiento táctico del baloncesto femenino cubano de alto rendimiento (1974- 2000). Gestión por la rapidez mental. Psicología Deportiva*. La Habana: ISCF Manuel Fajardo.

VYGOTSKY, L. S. (1982). *Pensamiento y Lenguaje*. La Habana: Pueblo y Educación.

VYGOTSKY, L. S. (1987). El desarrollo de las funciones psíquicas superiores. La Habana: Científico Técnica.

WILLIAMS, J. y. W., W. (1991). *Psicología aplicada al deporte*. Madrid: Almagro.

ZATSIORSKI, V.M. (1989). *Metrología Deportiva*. Ciudad Habana: Pueblo y Educación.

ZEPEDA, M. G. (2001). Táctica. Psicología de los sistemas de juego. Disponible en http://www.lictor.com [Accesado el 07/05/09].

ZHELEZNIAK, Y. D.; KLESCHOV, Y.N. y CHEJOV, O.S. (1984). *La Preparación de los Voleibolistas* jóvenes. La Habana: Científico Técnica.

Anexo 1

Caracterización del grupo de entrenadores del estudio

Años de experiencia	Menos de 10 años	5
	Más de 10 años	6
Titulación	Licenciados	7
	Estudian la Licenciatura	4
Formación académica	Máster en Educación	1
Con colaboración internacional		5

Anexo 2

Encuesta a los entrenadores de voleibol

Estimado profesor, en esta encuesta se espera recoger su valiosa opinión sobre el tratamiento dado a la preparación psicológica. Por favor, conteste con la mayor objetividad posible el cuestionario que se anexa y envíenos en la mayor brevedad sus valiosas respuestas.

Muchas gracias por su colaboración.

Cuestionario

1. ¿Trabaja Ud con el programa de preparación del deportista?

   Sí____ No____ A veces___

2. ¿Cómo accedió al programa actual?
   a) Lo tengo impreso___ b) Está en soporte digital___
   c) Se presentó en la preparación metodológica d) No lo tengo___

3. En relación con las orientaciones metodológicas para la preparación psicológica que aparecen en el actual programa, ¿cómo las evalúa?**:**
   a) _____ Muy completa b) _____ Completas
   c) _____ Incompletas d) _____ No orientan.
   En caso de marcar los incisos c ó d argumente.

4. Respecto a las exigencias psicológicas del voleibol y particularidades de la edad de los voleibolistas de la EIDE, responda:
   a) Las conoce y domina
      1-Completamente _____ 2-Parcialmente _____ 3-No_____
   b) En caso de responder parcialmente diga si es por las siguientes razones:
      Solo conozco y domino la categoría que trabajo___
      Las conozco pero no las domino como para tenerlas en cuenta _____
      Otras razones _____ ¿cuáles? _____

5. ¿Considera que actualmente se atiende debidamente la preparación psicológica?
   a) Totalmente___ b) Medianamente_____ c) Escasamente_____

5.1. En caso de seleccionar una de las dos últimas opciones, marque con una X qué causas de las propuestas u otras, considera que inciden en este comportamiento:

a) ____ No siempre se abordan problemas relacionados con lo psicológico en las preparaciones metodológicas.
b) ____ Predomina una preparación en la que prima lo físico y lo técnico-táctico.
c) ____ La estimulación al desarrollo psicológico se centra en los períodos próximos a competencias.
d) ____ Las actividades que se desarrollan no se encaminan a buscar conscientemente procedimientos dirigidos a la preparación psicológica.
e) ____ En los planes de entrenamiento se consigna con claridad lo relacionado con lo físico y lo técnico-táctico en correspondencia con los programas y las indicaciones de los niveles superiores.
f) ____ El control no es siempre suficiente y en muchas ocasiones se hace centrando la atención en el análisis de los resultados, descuidando el proceso que utilizó el entrenador para llegar al mismo.
g) _____ No se utilizan plenamente las potencialidades de los demás contenidos de la preparación en función de lo psicológico, con el predominio de pocas actividades encaminadas exclusivamente a este componente
h) ____ No se dispone del tiempo suficiente para dedicarlo de forma exclusiva a la preparación psicológica.
i) ____ Falta de preparación para el diseño de tareas dirigidas a lo psicológico como los componentes físicos, técnicos y tácticos.
j) ____Dificultad en el acceso a fuentes bibliográficas actualizadas sobre lo psicológico, o desconocimiento de la existencia de estas.
k) Otras: ¿cuáles?

6. ¿Cómo considera su preparación para diseñar tareas encaminadas a la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo?
a) Excelente _____ b) Buena _____ c) Regular____ d) Mala____

6.1. En caso de no sentirse bien preparado (regular o mal) ¿cuáles de estos problemas considera que han incidido en este comportamiento?
a) ____Poco tiempo de autopreparación.
b) ____Escaso material de consulta que aborde cómo proceder para ello.
c) ____Se le dedica poco tiempo en las preparaciones metodológicas.
d) ____Los documentos normativos no exigen de su atención como los otros.
e) ____La preparación en este aspecto no está aún dentro de mis prioridades.

7. El trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la función del entrenador deportivo es la vía principal para su preparación en este contenido. Responda lo siguiente:
    a) Formas de trabajo metodológico que conoce.

       _____

    b) Niveles del trabajo metodológico en que participa.

       _____

    c) Contendido de los temas que se tratan en las preparaciones metodológicas

       _____

Anexo 3

Entrevista a entrenadores de la EIDE y metodólogos del INDER Provincial

Se comienza estableciendo el rapport y exponiendo los fines de la entrevista.

Temas para el desarrollo de la entrevista

Consideraciones acerca del tratamiento de la preparación psicológica desde la figura del entrenador deportivo.

- Posibilidades reales que tiene el entrenador para enfrentarla.
- Aspectos negativos o errores que caracterizan la labor del entrenador en esa dirección.
- Aspectos de índole subjetiva u objetiva que impiden o pueden impedir el tratamiento adecuado de la preparación psicológica desde la figura del entrenador deportivo.
- Cómo aprovechar las potencialidades, resolver las dificultades y romper las barreras para mejorar el tratamiento de la preparación psicológica desde la figura del entrenador.

Anexo 4

Entrevista cualitativa (focalizada) al psicólogo en el Centro Provincial de Medicina Deportiva

Temas:

1. Ideas que se manejan respecto a las orientaciones metodológicas e indicadores de desempeño del psicólogo en esta área.
2. Cantidad de equipos y atletas a atender.
3. Cómo llevan a cabo la preparación psicológica.
4. Valoración personal acerca de este proceso, en relación con el tratamiento metodológico dado a la preparación psicológica por parte de los entrenadores del voleibol.
5. Opinión sobre las orientaciones metodológicas para la preparación psicológica del nuevo programa.

Anexo 5

Guía de observación a sesiones de entrenamiento

Objetivo: Constatar el desempeño de los profesores de voleibol y de los deportistas en relación con la preparación psicológica a lo largo de las sesiones de entrenamiento observadas.

Atendiendo a las características de las sesiones de entrenamiento, aspectos a observar:

Actividad del profesor de voleibol	Siempre	Algunas veces	Nunca
Orientación del objetivo en función del desarrollo de los procesos psíquicos de mayor predominio; propicia la correspondencia entre las exigencias de la tarea y el objetivo planteado.			
Se precisan y especifican desde el inicio de la unidad de entrenamiento las posibles acciones que realiza en función de la preparación psicológica.			
Las tareas encaminadas a lo psicológico son trabajadas de forma planificada. No se observa improvisación por los profesores.			
Diseño intencional de la integración de acciones para estimular el desarrollo de lo cognoscitivo (percepciones, pensamiento, memoria, atención), lo afectivo, lo volitivo y lo motivacional, con la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo.			
Procedimientos variados y motivantes en las sesiones de entrenamiento.			
Se observa interés por cuestiones relacionadas con lo psicológico.			
Realizan acciones diferenciadas, según necesidades y potencialidades de los deportistas, a partir del diagnóstico.			
La participación de la psicóloga se planifica por parte de los entrenadores			
El control y evaluación de lo psicológico se realiza de manera improvisada.			

Actividad del alumno			
Motivación que alcanzan los deportistas en la sesión de entrenamiento.			
Entrenamiento que logran con los recursos propios del entrenamiento deportivo para contribuir a la preparación psicológica.			
Sistematización de acciones encaminadas a elevar el nivel de desarrollo psicológico de los deportistas.			
Evaluación que realiza el deportista de su desarrollo psicológico.			

Anexo 6

Cálculo del coeficiente de competencia de los expertos

El coeficiente de competencia K se calcula por la expresión siguiente**:**

$K = ½ (K_c + K_a)$ donde**:**

K_c**:** coeficiente de conocimiento o información que tiene el experto acerca del problema, calculado sobre la base de la valoración del propio experto en una escala de 0 a 10 y multiplicado por 0.1 (dividido por 10) de modo que**:**

- Evaluación 0 indica absoluto desconocimiento de la problemática que se evalúa.
- Evaluación 10 indica pleno conocimiento de la referida problemática.

El experto deberá marcar una cruz en la casilla que estime pertinente, así**:**

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
						X				

$K_c = 6(0.1) = \frac{6}{10} = 0.6$

K_a: es el coeficiente de argumentación o fundamentación de los criterios del experto, determinado como resultado de la suma de los puntos alcanzados a partir de una tabla patrón como la siguiente**:**

Fuentes de argumentación	Grado de influencia de cada una de las fuentes en sus criterios		
	Alto (A)	Medio (M)	Bajo (B)
Análisis técnicos realizados por usted sobre el tema.	0,40	0,35	0,25
La aplicación creativa de experiencias personales prácticas basadas en sus conocimientos sobre el tema.	0,30	0,25	0,15
Los niveles de preparación psicológica alcanzados por sus atletas durante su actividad profesional.	0,20	0,15	0,08
La retroalimentación alcanzada en la práctica diaria de los conocimientos y habilidades adquiridas mediante diferentes formas de educación postgraduada.	0,10	0,05	0,02
TOTAL	**1**	**0,8**	**0,5**

Al experto se le presenta esta tabla sin cifras orientándole que marque con una (x) sobre cuál de las fuentes ha influido más en su conocimiento de acuerdo con los niveles ALTO (**A**), MEDIO (**M**) y BAJO (**B**). Posteriormente utilizando los valores que aparecen en la tabla patrón para cada aspecto se determina el valor de K_a. De tal modo que si**:**

Si **$0{,}8 < K_a \leq 1{,}0$** el grado de influencia es alto

Si **$0{,}5 < K_a \leq 0{,}8$** el grado de influencia es medio

Si **$0 \leq k_a \leq 0{,}5$** el grado de influencia es bajo

Anexo 7

Caracterización del grupo de expertos

Atributos		Cantidad
Coeficiente de competencia	Alto	14
	Medio	4
Profesión	Licenciado en Cultura Física	15
	Licenciado en Psicología	3
Con grado científico	Doctor en Ciencias de la Cultura Física	4
Sin grado científico	Máster	5
	Licenciado	9
Experiencia como profesor de voleibol con desempeño satisfactorio	Entre 10 y 15 años	6
	Más de 15 años	12
Vinculado a la práctica del voleibol como atleta por más de cinco años con buenos resultados.		4

Anexo 8

Cuestionario a los expertos

I- ¿Cómo Usted considera el objetivo formulado de la estrategia? Marque con una X su valoración. Argumente en los casos *poco adecuada* o *no adecuada.*

Muy adecuada	Bastante adecuada	Adecuada	Poco adecuada	No adecuada

II-¿Cómo Usted considera la fundamentación de la propuesta? Marque con una X su valoración. Argumente en los casos *poco adecuada* o *no adecuada.*

Muy adecuada	Bastante adecuada	Adecuada	Poco adecuada	No adecuada

III –Sobre la concatenación y ordenamiento de las etapas de la estrategia, exprese su criterio marcando con una X. Argumente en los casos *poco adecuada o no adecuada.*

Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	No adecuado

IV – Sobre el contenido de cada una de las etapas de la estrategia, exprese su criterio marcando con una X. Argumente en los casos *poco adecuada* o *no adecuada.*

Etapa 1

Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	No adecuado

Etapa 2

Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	No adecuado

Etapa 3

Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	No adecuado

V- *Sobre las posibilidades de implementar la estrategia en la práctica, marque con una X su criterio.* Argumente en los casos *pocas posibilidades* o *ninguna*

Muchas	Bastantes	Medias	Pocas	Ninguna

Anexo 9

Análisis de los programas de Psicología del Deporte en el pregrado y postgrado.

	Documentos analizados	Unidad de análisis	Categorías de análisis	Análisis cualitativo realizado
1	Planes de estudios de la Carrera de Licenciatura en Cultura Física desde el Plan "A" hasta el "D" de reciente implantación	Psicología I (A) Psicología II(A) Psicología I (B) Psicología II (B) Psicología III (B) Psicología I (C) Psicología II (C) Psicología (D) Psicopedagogía (D)	Contenidos de: Psicología General Psicología Evolutiva Bases Psicológicas de: Preparación física Preparación técnica Preparación táctica Bases de la preparación psicológica Vías y métodos para el desarrollo de la preparación psicológica.	La Psicología General trata lo relacionado con los procesos psíquicos, la personalidad, en correspondencia con lo que se ha abordado en esta ciencia como objeto de enseñanza. Lo evolutivo se trata en la Psicología II del "B", en la I del "C" y en la Psicología del "D". Las bases psicológicas de los componentes de la preparación están en la II del "A", en la III del "B" y en la II del "C", y con otro enfoque en la Psicopedagogía. Las bases están en el A,B,C y las vías no aparecen definidas explícitamente en ninguno
2	Programas de Psicología del Deporte en el postgrado	Subsistema de alto rendimiento: Diplomado Maestría Especialidad	Vías y métodos para la preparación psicológica desde la figura del entrenador. Distinción de las funciones del psicólogo y el entrenador en este sentido.	En los programas analizados se trata lo relacionado con la intervención psicológica y de algún modo la planificación de la preparación psicológica. No aparecen tratados la definición de roles.

Anexo 10

Análisis de los Programas de Preparación del Voleibol

No.	Documentos analizados	Unidad de análisis	Categorías de análisis	Análisis realizado
1	Programa de preparación vigente a partir de 1988	Preparación psicológica	Caracterización psicológica de las categorías.	Se hacen consideraciones psicológicas sobre la preparación deportiva de los voleibolistas fundamentando la importancia de los factores psicológicos en relación con el rendimiento de un equipo.
			Valoración de los principales aspectos psicológicos del deporte.	Se asumen cuatro aspectos como líneas de trabajo del entrenador: la motivación, el control del jugador frente al stress de la competencia en equipo y la forma de vida del jugador.
			Vías para planificar la preparación psicológica.	No aparecen vías para planificar la preparación psicológica.
2	Programas de Preparación del voleibol del año 1998.	Preparación psicológica	Caracterización psicológica de las categorías. Valoración de los principales aspectos psicológicos del deporte. Vías para planificar la preparación psicológica.	No hace referencia a los aspectos psicológicos en el voleibol, ni a los factores y componentes que debe tener en cuenta el entrenador en relación con la preparación psicológica. Por tanto, tampoco vías para ello.

3	Programas de Preparación del voleibol del ciclo 2000-04(publicado en 2002)	Preparación psicológica	Caracterización psicológica de las categorías. Valoración de los principales aspectos psicológicos del deporte. Vías para planificar la preparación psicológica.	Se incluye en la caracterización de la categoría y el perfil psicológico de la edad. Los objetivos educativos enuncian lo psicológico pero no se derivan, ni se concretan acciones. No se tienen en cuenta las vías para planificar la preparación psicológica.
4	Programa de Preparación del ciclo 2004-2008	Preparación psicológica Orientaciones para la preparación psicológica	Caracterización psicológica de las categorías. Valoración de los principales aspectos psicológicos del deporte. Vías para planificar la preparación psicológica. Vías para planificar la preparación psicológica.	Se incluye la caracterización de la categoría y el perfil psicológico de la edad. Los objetivos educativos enuncian lo psicológico. Tienen las orientaciones metodológicas para la preparación psicológica. Se ofrecen acciones estructuradas a partir de lo cognitivo, afectivo, motivacional a través de los recursos propios del entrenamiento deportivo para desarrollar lo psicológico. Se presenta el aprendizaje cooperativo dentro de las mismas como vía para el desarrollo de las 4 esferas. Son necesarios elementos metodológicos para operar con las mismas.

Anexo 11

Análisis de los planes de entrenamiento de los entrenadores de la EIDE

	Documentos analizados	Unidad de análisis	Categorías de análisis	Análisis realizado
1	Planes de entrenamiento curso 2006-2007	Preparación psicológica	Definición de objetivos relacionados con la preparación psicológica. Forma de consignar lo relacionado con la preparación psicológica.	En los objetivos no aparece planteada la preparación psicológica. Lo relacionado con la preparación psicológica se señala de manera general y en la realización de test psicológicos generalmente al inicio del macrociclo y próximos a la competencia. Lo psicológico aparece planteado en relación con el control del proceso. Se consideran los topes como formas de evaluar la preparación psicológica y el término se señala de forma general sin especificaciones en torno a él.
2	Planes de entrenamiento del curso 2007-08	Preparación psicológica	Definición de objetivos relacionados con la preparación psicológica. Forma de consignar la relacionado con la preparación psicológica	Los objetivos aparecen encaminados a la preparación psicológica de forma específica. Están definidas las características psicológicas de la SSD de las etapas evolutivas correspondientes a cada categoría. Se señalan las mismas tareas de las orientaciones que aparecen en el programa. Se identifican las principales dificultades en el orden individual en lo psicológico. El control psicológico está previsto en las semanas: 3, 10, 20, 24, 28,33. En los mesociclos se señalan las mismas tareas y objetivos de las orientaciones para la preparación psicológica, no se derivan en acciones concretas integradas al resto de los componentes de la preparación.

Anexo 12

Resultados de la encuesta a los entrenadores de voleibol de la EIDE

1. ¿Trabaja Ud con el programa de preparación del deportista?

Sí	11
No	0
A veces	0

2. ¿Cómo accedió al programa actual?

Lo tengo impreso	2
Lo tengo en soporte digital	11
Se presentó en la preparación metodológica	11
No lo tengo	0

3. En relación con las orientaciones metodológicas para la preparación psicológica, ¿cómo las evalúa? :

Muy completas	0
Completas	1
Incompletas	6
No orientan	4
Argumentos	
Son muy generales	11
Falta información de cómo hacerlo.	9
No sé cómo consignarlo en los documentos de planificación	10

4. Respecto a las exigencias psicológicas del voleibol y particularidades de la edad de los voleibolistas de la EIDE, responda:
   a) Las conoce y domina

Completamente	2
Parcialmente	9
No	0

   b) En caso de responder parcialmente diga si es por las razones siguientes:

Solo conozco y domino la categoría que trabajo	6
Las conozco pero no las domino como para tenerlas en cuenta	3
Otras razones ¿cuáles?	2

5. ¿Considera que actualmente se atiende debidamente la preparación psicológica?

Totalmente	1
Medianamente	7
Escasamente	3

5.1. En caso de seleccionar una de las dos últimas opciones, marque con una X qué causas de las propuestas u otras, considera que inciden en este comportamiento:

a) No siempre se abordan problemas relacionados con lo psicológico en las preparaciones metodológicas	11	
b) Predomina una preparación en la que prima lo físico y lo	11	

técnico-táctico.		
c) La estimulación al desarrollo psicológico se centra en los períodos próximos a competencias.	8	
d) Las actividades que se desarrollan no se encaminan a buscar conscientemente procedimientos dirigidos a la preparación psicológica.	9	
e) En los planes de entrenamiento se consigna con claridad lo relacionado con lo físico y lo técnico-táctico en correspondencia con los programas y las indicaciones de los niveles superiores.	11	
f) El control no es siempre suficiente y en muchas ocasiones se hace centrando la atención en el análisis de los resultados, descuidando el proceso que utilizó el entrenador para llegar al mismo.	11	
g) No se utilizan plenamente las potencialidades de los demás contenidos de la preparación en función de lo psicológico, con el predominio de pocas actividades encaminadas exclusivamente a este componente.	9	
h) No se dispone del tiempo suficiente para dedicarlo de forma exclusiva a la preparación psicológica	10	
i) Falta de preparación para el diseño de tareas de dirigidas a lo psicológico como el resto de los componentes.	11	
j) Dificultad en el acceso a fuentes bibliográficas actualizadas sobre lo psicológico o desconocimiento de la existencia de estas.	10	
k) Otras: ¿cuáles?		
Se necesitan más conocimientos de Psicología	8	
La orientaciones sobre lo psicológico son muy generales	10	
Se requieren herramientas para enfrentar la preparación psicológica.	9	
Darle solución a lo psicológico sin afectar los demás componentes de la preparación.	8	
Analizar la posibilidad de darle solución a lo psicológico con los conocimientos adquiridos.	9	

6. ¿Cómo considera su preparación para diseñar tareas encaminadas a la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo?

Excelente	0
Buena	3
Regular	5
Mala	2

6.1. En caso de no sentirse bien preparado (regular o mal) ¿cuáles de estos problemas considera que han incidido en este comportamiento?

a) Poco tiempo de autopreparación	8

b) Escaso material de consulta que aborde cómo proceder para ello.	4
c) Se le dedica poco tiempo en las preparaciones metodológicas.	11
d) Los documentos normativos no exigen de su atención como los otros.	9
e) La preparación en este aspecto no está aún dentro de mis prioridades.	1

7. El trabajo metodológico de la preparación psicológica desde la figura del entrenador deportivo es la vía principal para su preparación en este contenido. Responda lo siguiente:

Formas de trabajo metodológico que conoce	
Preparación metodológica	11
Niveles del trabajo metodológico en los que usted participa.	
Grupo de Deporte	11
Colectivo de cátedra	11
Contenidos de los temas tratados en la preparación metodológica.	
Preparación física, técnico táctica	11
Planificación del entrenamiento	7
Valores	9
No recuerdo de temas específicos	2

Anexo 13

Programa de talleres para una acción metodológica de la estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica en el deporte voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara

Fundamentación

La preparación del profesor deportivo en el orden científico es hoy una exigencia mayor en su quehacer debido al rigor que ha alcanzado esta práctica mundialmente. El nivel obtenido por la preparación física, técnica y táctica es tan avanzado que el plus de rendimiento necesario para competir en la elite, queda para los que desarrollen recursos psicológicos que le propicien una actuación estable y eficiente. Por eso el entrenador deportivo necesita superarse cada vez más en todos los órdenes y renovar sistemáticamente los conocimientos y habilidades profesionales, de acuerdo con los avances y el desarrollo científico-técnico. Con este propósito está diseñado el programa de los talleres, en particular para elevar la preparación metodológica de los entrenadores de voleibol en relación con el tratamiento de la preparación psicológica, componente de la preparación deportiva que de manera general, según diagnósticos realizados, es atendido insuficientemente por estos.

En el Reglamento de la Educación de Postgrado de la República de Cuba (MES, 2004), se identifica al Taller como *"…otras formas de superación…"* (Ibídem). Asimismo el Artículo 111 de la Resolución 210/07 (MES, 2008), reconoce al taller como un tipo de clase *"…que contribuye al desarrollo de habilidades para la solución integral de problemas profesionales en grupo, para el grupo y con la ayuda del grupo…"*

En la Resolución 210 /07 del MES en su Artículo 54 se incorpora "…*que tiene como objetivo debatir acerca de una problemática relacionada con el proceso de formación y en el cual los profesores presentan experiencias relacionadas con el tema tratado. Se proyectan alternativas de solución a dicho problema a partir del conocimiento y la experiencia de los participantes".*

Objetivo general: Preparar a los entrenadores de voleibol de la EIDE "Héctor Ruíz" de Villa Clara en conocimientos, habilidades, y actitudes necesarias para

mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.

Sistema de conocimientos: La preparación psicológica en el contexto de la preparación del deportista. Concepciones sobre la preparación psicológica: el paradigma integrador. Clasificación de la preparación psicológica. La preparación psicológica y el entrenador deportivo. El contenido psicológico de los diferentes componentes de la preparación del deportista. Exigencias psicológicas del voleibol y su relación con la situación social del desarrollo. Propuesta de procedimientos para el diseño de las acciones metodológicas. Valoración de la necesidad del trabajo metodológico dirigido a la preparación psicológica como componente de la preparación del deportista.

Sistema de habilidades: a) Integrar la preparación psicológica al resto de los componentes de la preparación del deportista. b) Identificar la dimensión psicológica del accionar del entrenador. c) Utilizar los elementos del diagnóstico para conocer las debilidades y fortalezas tanto individuales como del equipo que en el orden psicológico puedan afectar una adecuada actuación deportiva. d) Diseñar acciones metodológicas para la preparación psicológica a partir de los recursos propios del entrenamiento deportivo. e) Organizar la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo.

Indicaciones metodológicas: La forma en que se han estructurado los talleres para la preparación de los entrenadores de voleibol que les permita integrar en su accionar lo psicológico de manera intencionada y contribuir a la preparación psicológica desde su figura, obedecen al criterio de organización didáctica que predomina en el trabajo pedagógico de los entrenadores y de los documentos rectores de este proceso.

No obstante, este orden no es rígido, pero sí es recomendable que cada taller se convierta en un *“taller de enriquecimiento o perfeccionamiento”* de la preparación psicológica, donde se logre ir incorporando todos los conocimientos adquiridos, y se tengan en cuentan en grado creciente los requerimientos y procedimientos trabajados, dando la posibilidad de desarrollar la actividad productiva, creadora y reflexiva de los implicados. Por

esta razón, en cada taller las acciones metodológicas deben ganar en calidad, concibiendo estas con procedimientos reestructurados y combinados, con el aporte de nuevos procedimientos.

La distribución del tiempo por actividades se hará teniendo en cuenta los núcleos teóricos seleccionados, así como la frecuencia de las sesiones, en dependencia de las disponibilidades de horario y tiempo de los participantes dentro de la preparación metodológica normada por el organismo INDER. Se potenciarán las actividades prácticas para que los integrantes del taller puedan tener la mayor cantidad de vivencias de ese corte, desde la organización, puesta en práctica de actividades y su posterior evaluación. El tipo de aprendizaje predominante será el aprendizaje cooperativo, como vía para lograr la interrelación de los miembros del grupo.

En cada uno de los talleres se orientarán tareas que requieran la autopreparación y la participación en otras formas de trabajo metodológico que complementan la calidad de sus resultados.

Evaluación: Se realizará de forma sistemática en el desarrollo de cada taller, dirigida a la valoración de la elaboración personal de los entrenadores deportivos, insertada en el proceso de desarrollo de un pensamiento crítico y reflexivo respecto a la preparación lograda en el contenido tratado a través de la coevaluación y la autoevaluación. Se evaluará al concluir el ciclo de talleres los niveles de preparación para la mejora del trabajo metodológico logrados en sus dimensiones conceptual, procedimental y actitudinal.

Bibliografía

BUCETA, J. M. (1998) *Psicología del Entrenamiento Deportivo.* Madrid: Dykinson.

CAÑIZARES, M. (1999) El Entrenamiento Sociopsicológico para el mejoramiento de la eficiencia grupal del equipo deportivo. Teoría y Metodología. Cuba, Universidad de La Habana e ISCF Manuel Fajardo.

DE ARMAS, M. (2006) Algunas orientaciones metodológicas para la preparación psicológica. (pp. 71-83). En Programa de Preparación del Deportista. Voleibol. La Habana: Federación Cubana de Voleibol.

DOMINGUEZ, L. (2003) .Caracterización de diferentes etapas del desarrollo de la personalidad. En Castellanos, R. comp. Psicología: selección de textos. La Habana: Félix Varela.

GARCÍA, F. (2004) *Herramientas psicológicas para entrenadores y deportistas*. La Habana: Deportes.

GONZÁLEZ, L. G. (2004) *La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento*. La Habana: Deportes.

HERRERA, G., JORGE L. RAMOS, JUANA M DESPAIGNE. (1996). *Voleibol; Manual de consulta operativa para el entrenador*. Bilbao: Federación Vasca de Voleibol.

NAVELO, RAFAEL Y COL. (2006) *Programa de Preparación del Deportista. Voleibol*. La Habana: Federación Cubana de Voleibol.

NAVELO, RAFAEL (2004). *El Joven Voleibolista.* La Habana: Editorial José Martí.

RUSELL, LEONEL (2005). La planificación de la preparación psicológica de los deportistas noveles desde la óptica del entrenador. Tesis en opción del grado de master en Psicología del Deporte. ISCF “Manuel Fajardo”.

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). *La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo*. BUAP, Puebla.

VALDÉS, H. (1996) *La preparación psicológica del deportista*. España: Inde SA.

Anexo 14

Programa de asesoramiento para una acción metodológica de la estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica en el deporte voleibol en la EIDE "Héctor Ruiz" de Villa Clara

Fundamentación

Para el diseño del programa de asesoramiento se tuvo en cuenta lo establecido en el Reglamento de Educación de Posgrado de la República de Cuba. Res. 132/2004 que considera dentro de la superación profesional formas organizativas no principales cuando expresa "*otras formas de superación son la autopreparación, la conferencia especializada, el seminario, el taller, el debate científico y otras que complementan y posibilitan el estudio y la divulgación de los avances del conocimiento, la ciencia, la tecnología y el arte"(2004:3)*

Lo anterior justifica la utilización de esta forma de superación para el trabajo metodológico de la preparación psicológica a los entrenadores desde su accionar, dada la necesidad de facilitar los procedimientos dirigidos a la organización del contenido a través de formas y métodos desarrollados en los talleres y la autopreparación adecuados a situaciones propias de la preparación psicológica en el voleibol, la identificación de nuevos problemas y la propuesta de acciones que generen soluciones en relación con el trabajo metodológico para la preparación psicológica.

Objetivos:

Preparar metodológicamente a los entrenadores mediante tareas de consolidación de conocimientos y desarrollo de habilidades interrelacionando diferentes formas de acciones de trabajo metodológico.

Desarrollar la actividad cooperada y el tránsito de una acción a otra de la estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico con la preparación psicológica.

Sistema de conocimientos

(Temas de la autopreparación): La preparación psicológica como contenido de la preparación deportiva del voleibolista en la EIDE. Los problemas que se presentan en la práctica deportiva que requieren del tratamiento psicológico por parte del entrenador deportivo. Necesidades de perfeccionamiento del trabajo metodológico de la preparación psicológica. Integración de lo psicológico al proceso de entrenamiento. Diferentes formas de tratar lo psicológico y posibilidades del diseño de acciones para su desarrollo por parte de los entrenadores de voleibol en la EIDE.

Sistema de habilidades:

A) Identificar los principales problemas psicológicos que inciden en el rendimiento de sus deportistas. B) Distinguir su papel como entrenador del papel del psicólogo respecto a la preparación psicológica. C) Valorar la importancia de la relación entrenador-psicólogo como forma de conocimiento científico para la dirección del proceso de enseñanza aprendizaje, en el entrenamiento deportivo. D) Valorar los desafíos y perspectivas de la atención a la preparación psicológica desde edades tempranas, dadas las exigencias del voleibol contemporáneo. E) Relacionar los resultados del diagnóstico realizado por la psicóloga, con la observación que sistemáticamente hace a sus deportistas. F) Determinar en el proceso de preparación las tareas de entrenamiento deportivo que pueden ser utilizadas para potenciar lo psicológico. G) Elaborar tareas de entrenamiento para lograr el desarrollo de procesos psíquicos de acuerdo con las demandas del mismo.

Indicaciones metodológicas.

El asesoramiento se desarrollará entre los talleres y permitirá encauzar la preparación de los entrenadores, también es un momento para lograr intercambio y cooperación entre los entrenadores, el J´ de cátedra y la psicóloga.

Se ajusta a las necesidades y demandas de los participantes derivado de la combinación de las formas organizativas no principales asumidas: talleres, autopreparación, que se realizan en colectivo y la práctica educativa en un continuo ir y venir. Se desarrolla entre taller y taller para orientar e intercambiar y lograr la preparación requerida para cada uno de los talleres, y la incorporación a sus propias prácticas con la ayuda de la autopreparación.

El desarrollo de las actividades de asesoramiento debe lograr una adecuada integración entre la formación teórica que garantice la base conceptual requerida, y la práctica que posibilite el desarrollo de habilidades para satisfacer las exigencias que demanda el tratamiento metodológico de la preparación psicológica, con un nivel de complejidad ascendente.

La lógica y el diseño del contenido de enseñanza del asesoramiento concerniente al trabajo metodológico para la preparación psicológica, como un contenido esencial de las acciones metodológicas que se desarrollan en la estrategia, se sustenta en el descubrimiento del sentido práctico de lo que estudia y la aplicación a la propia labor pedagógica, lo cual contribuirá a la determinación y adecuación del contenido apuntado para el logro de la flexibilidad y la cooperación.

Evaluación

La evaluación al ser sistemática será concebida como un proceso, de ahí que será consensuada entre los participantes, transitando por diferentes momentos donde se producirá la conjugación entre la autoevaluación, la coevaluación en el intercambio entre asesores y asesorados y finalmente se podrá comprobar en el desempeño en los talleres.

Bibliografía

BUCETA, J. M. (1998) *Psicología del Entrenamiento Deportivo*. Madrid: Dykinson.

CAÑIZARES, M. (1999) El Entrenamiento Sociopsicológico para el mejoramiento de la eficiencia grupal del equipo deportivo. Teoría y Metodología. Cuba, Universidad de La Habana e ISCF Manuel Fajardo.

GARCÍA, F. (2004) *Herramientas psicológicas para entrenadores y deportistas*. La Habana: Deportes.

GONZÁLEZ, L. G. (2004) *La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento*. La Habana: Deportes.

HERRERA, G., Jorge L. Ramos, Juana M Despaigne. (1996). *Voleibol; Manual de consulta operativa para el entrenador*. Bilbao: Federación Vasca de Voleibol.

NAVELO, R. y COL. (2004) *Programa de Preparación del Deportista. Voleibol*. La Habana: Federación Cubana de Voleibol.

NAVELO, R. (2004). *El Joven Voleibolista.* La Habana: Editorial José Martí.

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). *La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo*, BUAP, Puebla.

SANTANA, J. L. (2003). La contextualización de la dimensión ambiental en el proceso de formación de los profesionales del eslabón de base del deporte de alto rendimiento. Tesis en opción del grado de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Santa Clara, ISCF “Manuel Fajardo”, Facultad de Villa Clara.

VALDÉS, H. (1996) *La preparación psicológica del deportista*, España: Inde SA.

Anexo 15

Programa de autopreparación para una acción metodológica de la estrategia dirigida a mejorar el trabajo metodológico de la preparación psicológica en el deporte voleibol en la EIDE “Héctor Ruiz” de Villa Clara

Fundamentación

El tratamiento del contenido de la preparación psicológica desde la figura del profesor deportivo constituye una problemática esencial del proceso de entrenamiento, por lo cual se le asigna a los entrenadores de voleibol de las categorías escolares la responsabilidad de la preparación sistemática y permanente que tenga como referente esencial la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo, que promueva la integración de lo psicológico al tratamiento de lo físico, lo técnico y lo táctico durante la planificación que realiza de la preparación deportiva.

En la realización de las acciones de autopreparación se produce el desarrollo actitudinal, crítico, reflexivo de su propia práctica, la interpretación de la realidad, del conjunto de saberes y experiencias sociales, que conlleva al cambio desde el interior del proceso formativo, la actitud investigativa que potencie el autoperfeccionamiento profesional y el mejoramiento a partir de propuestas innovadoras, así como la implicación en el proceso formativo. De ahí la importancia de esta forma de trabajo metodológico.

Objetivos

- Estimular el desarrollo profesional de los entrenadores del contexto deportivo de estudio mediante las acciones de autopreparación referentes al tratamiento metodológico de la preparación psicológica desde su accionar.
- Favorecer valoraciones y el enjuiciamiento crítico sobre la preparación psicológica como un contenido formativo de las acciones que realiza en la preparación del deportista.
- Contribuir a la determinación de las potencialidades psicológicas de los contenidos físicos, técnicos y tácticos.

- Contribuir a la preparación previa de los entrenadores vinculada a las acciones a desarrollar en los talleres para su autoperfeccionamiento.

Sistema de conocimientos (Temas de la autopreparación): La preparación psicológica como contenido de la preparación deportiva del voleibolista en la EIDE. Los problemas que se presentan en la práctica deportiva que requieren del tratamiento psicológico por parte del entrenador deportivo. Necesidades de perfeccionamiento del trabajo metodológico de la preparación psicológica. Integración de lo psicológico al proceso de entrenamiento. Diferentes formas de tratar lo psicológico y posibilidades del diseño de acciones para su desarrollo por parte de los entrenadores de voleibol en la EIDE.

Sistema de habilidades: A) Identificar los principales problemas psicológicos que inciden en el rendimiento de sus deportistas. B) Distinguir su papel como entrenador del papel del psicólogo respecto a la preparación psicológica. C) Valorar la importancia de la relación entrenador-psicólogo como forma de conocimiento científico para la dirección del proceso de enseñanza aprendizaje en el entrenamiento deportivo. D) Valorar los desafíos y perspectivas de la atención a la preparación psicológica desde edades tempranas, dadas las exigencias del voleibol contemporáneo. E) Relacionar los resultados del diagnóstico realizado por la psicóloga, con la observación que sistemáticamente hace a sus deportistas. F) Determinar en el proceso de preparación las tareas de entrenamiento deportivo que pueden ser utilizadas para la potenciar lo psicológico. G) Elaborar tareas de entrenamiento para lograr el desarrollo de procesos psíquicos de acuerdo con las demandas del mismo.

Indicaciones metodológicas: Se orientan las acciones de autopreparación a través de los materiales de consulta de los talleres, los cuales contienen situaciones presentadas por diferentes autores y tareas que están contenidas en los planes de entrenamiento, entre otros. Esos materiales deben constituir una valiosa herramienta para la toma de conciencia de la importancia de lo psicológico, y su tratamiento desde edades tempranas para que su actividad educativa no solo sea para obtener un alto resultado deportivo, sino también para preparar a un hombre para la vida.

Evaluación: Sistemática, mediante la participación en los talleres y a través de procesos de autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación.

Bibliografía

BUCETA, J. M. (1998) *Psicología del Entrenamiento Deportivo*. Madrid: Dykinson.

CAÑIZARES, M. (1999) El Entrenamiento Sociopsicológico para el mejoramiento de la eficiencia grupal del equipo deportivo. Teoría y Metodología. Cuba, Universidad de La Habana e ISCF Manuel Fajardo.

DE ARMAS, M. (2006) Algunas orientaciones metodológicas para la preparación psicológica. (pp 71-83). En Programa de Preparación del Deportista. Voleibol. La Habana: Federación Cubana de Voleibol.

GARCÍA, F. (2004) *Herramientas psicológicas para entrenadores y deportistas*. La Habana: Deportes.

GONZÁLEZ, L. G. (2004) *La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento*. La Habana: Deportes.

HERRERA, G., JORGE L. RAMOS, JUANA M DESPAIGNE. (1996). *Voleibol; Manual de consulta operativa para el entrenador.* Bilbao: Federación Vasca de Voleibol.

NAVELO, R. Y COL. (2006) *Programa de Preparación del Deportista. Voleibol.* La Habana: Federación Cubana de Voleibol.

NAVELO, R. (2004). *El Joven Voleibolista*. La Habana: Editorial José Martí.

RUSELL, LEONEL (2005). La planificación de la preparación psicológica de los deportistas noveles desde la óptica del entrenador. Tesis en opción del grado de master en Psicología del Deporte. ISCF “Manuel Fajardo”.

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo, BUAP, Puebla.

VALDÉS, H. (1996) *La preparación psicológica del deportista*. España: Inde SA.

Anexo 16

PLANIFICACIÓN DE LOS TALLERES DE LA ESTRATEGIA

Taller 1. La preparación psicológica desde una concepción integradora.
Objetivos:

- Definir el concepto de preparación psicológica a través del uso de la técnica "Palabras Clave".
- Explicar los conocimientos esenciales que debe poseer el profesor de voleibol, a través del análisis de objetivos de documentos rectores y la comparación de criterios de psicólogos y entrenadores deportivos acerca de las cuestiones básicas de la preparación psicológica para ellos.

Método: Técnica "Palabras Clave"
Medios: Pizarrón y tarjetas con definiciones de preparación psicológica
Participantes: Entrenadores de voleibol de la EIDE
Responsables: Autora de la tesis
Fecha y tiempo de duración: octubre de 2008. Sesión de la tarde.
Materiales a estudiar para la autopreparación:
VALDÉS, H. (1996). La Psicología en el contexto de la actividad deportiva: un paradigma integrador.
SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). Introducción general al trabajo psicológico con equipos deportivos. La llave del éxito

Taller 2. La preparación psicológica desde la función del profesor deportivo.
Objetivo: Valorar la función del profesor deportivo en la preparación psicológica a través del uso de situaciones problémicas y el trabajo cooperado.
Método: Debate
Medios: Programa de preparación del deportista, planes de entrenamiento, resultados del diagnóstico psicológico realizado a los voleibolistas y pizarrón.
Participantes: Entrenadores de voleibol de la EIDE, Psicóloga.
Responsables: Autora de la tesis
Fecha y tiempo de duración: Noviembre de 2008. Sesión de la mañana
Materiales a estudiar para la autopreparación:
PUNI, A. (1975). El estado de la preparación psicológica y nivel de la preparación psicológica con vistas a las competencias en el deporte. *Cuestiones de la psicología del deporte*, 3-24.
DE LA VEGA, R. Y GARCÍA F El liderazgo del entrenador. Tomado de factores psicológicos que influyen en el alto rendimiento deportivo. En soporte digital
BUCETA, J. M. Cuestiones actuales en la aplicación de la psicología al deporte de competición. En soporte digital.

Taller 3. El trabajo con la dimensión psicológica de lo físico, lo técnico y lo táctico.

Objetivo:

Identificar los rasgos psicológicos que distinguen tareas del entrenamiento para el desarrollo de lo físico, lo técnico y lo táctico.

Método: Participativo

Medios: Tarjetas con propuestas de ejercicios para el desarrollo de los diferentes componentes de la preparación.

Participantes: Entrenadores de voleibol de la EIDE, Psicóloga

Responsables: Autora de la tesis

Fecha y tiempo de duración: Diciembre de 2008. Sesión de la mañana

Materiales a estudiar para la autopreparación.

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). Aspectos psicológicos específicos del trabajo del entrenador. La llave del éxito.

VALDÉS, H. (1996). La planificación y el control de la preparación psicológica.

Taller 4. "Determinación de las exigencias psicológicas del voleibol"

Objetivos:

- Identificar los rasgos psicológicos que distinguen tareas del entrenamiento para el desarrollo de lo físico, lo técnico y lo táctico.
- Relacionar los rasgos psicológicos en función de la situación social del desarrollo de la categoría estudiada.

Método: Participativo

Medios: Propuestas de ejercicios para el desarrollo de los diferentes componentes de la preparación.

Participantes: Entrenadores de voleibol de la EIDE, Psicóloga

Responsables: Autora de la tesis

Fecha y tiempo de duración: Febrero de 2009. Sesión de la mañana

Materiales a estudiar para la autopreparación.

Programa de Preparación del Deportista del voleibol. Colectivo de autores.

DEL PINO, M. A. Perfil de exigencias del voleibol Femenino. Tesis en opción del grado de master en Psicología del Deporte

MEDVEDEV, V. V. La preparación psicológica del voleibolista. En Klesshev, Y. I. Voleibol.

DOMINGUEZ, L. (2003) .Caracterización de diferentes etapas del desarrollo de la personalidad. En Psicología: selección de textos.

Taller 5. Diseño de acciones metodológicas para la preparación psicológica con la utilización de los recursos propios del entrenamiento deportivo.

Objetivo: Relacionar contenidos teóricos y metodológicos de la preparación psicológica con los recursos propios del entrenamiento deportivo, a través del debate de experiencias prácticas y la profundización del tema en la literatura especializada.

Método: Debate

Medios: Textos seleccionados

Participantes: Entrenadores de voleibol de la EIDE

Responsables: Autora de la tesis

Fecha y tiempo de duración: marzo de 2009. Sesión de la tarde.

Materiales a estudiar para la autopreparación.

Programa de Preparación del Deportista del voleibol. Colectivo de autores

DE ARMAS, M. (2006) Algunas orientaciones para la preparación psicológica. En el Programa de Preparación del Voleibol.

Taller 6. "Reflexiones de la práctica pedagógica, sobre la preparación psicológica desde la figura del entrenador deportivo".

Objetivos:

- Valorar en colectivo las ideas acerca del trabajo metodológico que propicien el tratamiento de la preparación psicológica desde la función del entrenador.
- Valorar, a través de la autoevaluación, coevaluación y la heteroevaluación el crecimiento profesional alcanzado en relación con el tratamiento metodológico de la preparación psicológica con la superación recibida.

Método: Debate

Medios: Textos seleccionados

Participantes: Entrenadores de voleibol de la EIDE

Responsables: Autora de la tesis

Fecha y tiempo de duración: abril de 2009. Sesión de la tarde.

Materiales a estudiar para la autopreparación.

Programa de Preparación del Deportista del voleibol. Colectivo de autores

Resolución 256/89 del INDER

SAINZ DE LA TORRE, N. (2003). Aspectos psicológicos específicos del trabajo del entrenador. La llave del éxito.

VALDÉS, H. (1996) La planificación y el control de la preparación psicológica.

Anexo 17

Resultados del criterio de expertos

Aspectos evaluados de la metodología	Muy Aceptable	Bastante aceptable	Aceptable
Su objetivo	10	5	3
Su fundamentación	9	5	4
La concatenación y ordenamiento de sus fases	15	3	0
El contenido de cada una de las etapas			
- Etapa 1	17	1	0
- Etapa 2	12	3	3
- Etapa 3	11	7	0
Las posibilidades de implementar la estrategia en la práctica	18	0	0

Anexo 18

Niveles de preparación para el trabajo metodológico de la preparación psicológica del grupo de entrenadores de voleibol la EIDE Héctor Ruiz de Villa Clara antes de aplicar la estrategia.

Indicadores de la dimensión conceptual	Alto	Medio	Bajo
Conocimientos de la actividad específica del voleibolista y sus particularidades para así poder interpretar los fundamentos científicos de la preparación psicológica del deportista.	0	5	3
Conocimientos para comprender el significado de la preparación psicológica desde una concepción integradora.	0	1	7
Conocimiento psicológico para mejorar la organización de la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo.	0	1	7
Indicadores de la dimensión procedimental			
Habilidades para integrar la preparación psicológica al resto de los componentes de la preparación del deportista, aprovechando las potencialidades de lo físico, lo técnico, lo táctico y lo teórico en el trabajo con la preparación psicológica.	0	1	7
Habilidades para organizar la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo.	0	1	7
Habilidades para utilizar los elementos del diagnóstico, y así conocer las debilidades y fortalezas tanto individuales como del equipo que en el orden psicológico puedan afectar una adecuada actuación deportiva.	0	3	5
Habilidades para identificar el cometido del psicólogo del deporte y el del entrenador en la intervención psicológica que se requiera.	0	4	4

Indicadores de la dimensión actitudinal			
Motivación para la superación y actualización en los temas relacionados con la preparación psicológica.	1	6	1
Interés en la planificación, ejecución y evaluación del trabajo con la preparación psicológica desde su accionar.	1	2	5
Expresión de valores como: respeto, tolerancia, aceptación, responsabilidad hacia el trabajo del psicólogo en relación con la preparación psicológica.	1	4	3

Anexo 19

Técnica: “Palabras Clave”

Objetivo: Estimular la producción de ideas para la definición de *Preparación psicológica,* con el uso de palabras clave a través de la vía inductiva, así como ofrecer modelos de procedimientos o técnicas a emplear para la preparación psicológica.

Descripción:

Se exhorta a los participantes a pensar en un término que se relacione con *Preparación Psicológica.* Estos se van colocando en forma de lista en el pizarrón y se sitúa junto al término el nombre de quien lo propuso.

Los profesores deportivos que no tienen propuestas se pueden adscribir a algunos de los términos propuestos.

Al finalizar este momento se les pide a los profesores que propusieron cada término, que den argumentos de por qué lo consideran. Si el responsable observa que se quedan términos muy importantes que no han sido propuestos, debe realizar preguntas de apoyo que compulsen a pensar sobre estos.

Una vez que se hayan dado todos los argumentos, se plantea a los participantes la tarea de elaborar la definición de Preparación psicológica desde la figura del entrenador deportivo, para lo cual se someten a votación aquellos términos que deben formar parte de la misma.

Con los términos que reciban mayor puntuación los entrenadores elaborarán la definición. Luego se leen algunas definiciones y se vale estimular los mejores resultados.

Se comparan aquellas elaboradas por los entrenadores con la de los investigadores del tema, las cuales serán repartidas por el responsable de la actividad en tarjetas. En este caso se toman definiciones tanto de preparación psicológica en sentido general, como de preparación psicológica desde la figura del entrenador, dentro de la concepción integradora de la misma.

Anexo 20

Contenido de las tareas que se presentan como propuestas para desarrollar los talleres.

Actividades para la mejora de la toma de decisiones.

<table>
<tr><td colspan="2">Nombre: Mantener equilibrio situacional</td></tr>
<tr><td colspan="2">Período: Cualquiera</td></tr>
<tr><td>Objetivos técnicos: pase, control, remate, otros
Objetivos tácticos: creación, ocupación y aprovechamiento de espacios libres.</td><td>Objetivos psicológicos: desarrollar la concentración de la atención y la toma de decisiones.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Finalidad: Mantener el equilibrio entre el ataque y la defensa en una situación real modificada.
Estructura: 2 equipos de 6 jugadores, situados en las zonas del campo.
Desarrollo: Juego normal con el condicionante de que existan cambios de zonas de jugadores.
En este caso solo se va a permitir el cambio 4-2 en la zona delantera
Esta actividad se puede adaptar en función del sistema de juego que se utilice. En el ejemplo se propone un 4-2 para ambos equipos para que los jugadores de cada zona se encuentren en igualdad numérica. Además, se propone que solo se puede atacar con saltos cuando el balón sea pasado desde la zona tres.
En el caso de que se incumpla alguna de las reglas el balón pasará al contrario.
Aspectos importantes El entrenador debe recalcar en mantener la condición de juego planteada.
Variantes: Como variante de esta actividad se puede modificar el sistema con el que juega cada equipo. Por ejemplo que uno juegue con 4-2 y otro juegue con 5-1, en función de lo que se quiera trabajar.</td></tr>
</table>

Actividades propuestas para mejorar la cohesión del equipo deportivo.

Nombre: Posicionamiento cooperativo entre recibidores.	
Período: Cualquiera	
Objetivo técnico: Recepción del saque **Objetivos tácticos:** Colocación con anticipación para recibir	**Objetivos psicológicos:** Cohesión grupal
Finalidad: Conseguir recepcionar el balón en una zona u otra según los movimientos del sacador. **Estructura:** Tres jugadores en zona zaguera deben recepcionar el balón sin ser burlados por el sacador. **Desarrollo:** El sacador hará las acciones de saque tratando de burlar a los defensores de la zona zaguera a lo que los defensores deben colocarse con anticipación para recepcionar el saque. **Aspectos importantes:** Hay que hacer entender a los jugadores que es fundamental que se muestren atentos a los movimientos de los sacadores y perciban cuál es el tipo saque y la dirección del mismo en función de la zona en la que se encuentren estos para lograr así una correcta ubicación entre ellos y que se apoyen entre sí limitando espacios libres que puedan beneficiar los objetivos del sacador. Además, deben tener en cuenta cómo desplazarse dentro del terreno acorde al saque aunque parezca más fácil para un jugador que para otro. **Variantes:** Se puede variar el número de jugadores que forman la actividad.	

Actividades para la mejora de la concentración

Nombre: Concentración en saque y recibo	
Período: Cualquiera (Preparación técnico-táctica)	
Objetivos instructivos: Desarrollar el complejo I *vs.* complejo II	**Objetivo psicológico**: Concentrar la atención en el saque y el recibo
Finalidad: Colocarse en disposición de sacar y defender una jugada después del KI del equipo contrario. **Estructura:** Dos equipos juegan el balón en todo el terreno. Recibiendo saque a cualquier zona del terreno y conformando K1, así como el otro equipo conformará el K2. **Desarrollo:** Los dos equipos se sitúan en un espacio del terreno de voleibol y juegan a intentar cumplir el objetivo del juego, dejar caer el balón en el campo del contrario. El grupo que lo consiga realizará el saque, para lo que todos los jugadores deben colocarse en función de cuál es su rol. **Aspectos importantes:** Establecer el sistema estadístico (más-menos) para valorar si los jugadores han cumplido con el objetivo de acuerdo con sus funciones.	

Actividades para la mejora de la atención y la percepción

<table>
<tr><td colspan="2">Nombre: Pase con atención</td></tr>
<tr><td colspan="2">Período: Cualquiera</td></tr>
<tr><td>Objetivos técnico: Pasar.
Objetivos tácticos: Evadir bloqueo</td><td>Objetivos psicológicos: Contribuir al desarrollo de la atención, la concentración y la visión periférica</td></tr>
<tr><td colspan="2">Finalidad: Pasar balón con atención a las pautas que el entrenador les dicta y percibiendo lo que ocurre a su alrededor.
Estructura: Todos los jugadores delanteros del campo contrario preparados para el bloqueo.
Desarrollo: Los pasadores realizan el pase a la zona contraria donde se mueve el jugador central. Para ello deberán atender y percibir al balón y a los movimientos de los bloqueadores.
Poco a poco se irá complicando el grado de dificultad de atención en la tarea que realizan los pasadores mediante variaciones de la actividad:
• Se hará primero a la señal del entrenador levantando sus manos de acuerdo a donde se quiere dirigir el pase.
• Después se realizará el ejercicio con un jugador central adelantado hacia una zona de los laterales del terreno (izquierda o derecha) y el pasador dirigirá el balón a la zona contraria.
• Con tres bloqueadores en el campo contrario realizar el pase contrario a donde se mueva el jugador central.
• En condiciones de juego tratar de pasar a la zona donde menos bloqueadores exista.
Aspectos importantes: Es fundamental que las tareas que se propongan tengan un nivel de dificultad perceptiva acorde al nivel de los jugadores y que vayamos en progresión para de esta forma mejorar la capacidad de nuestros jugadores. Asimismo, es importante ofrecer feedback correctivo encaminado a mejorar el trabajo que realizamos.
Variantes: Se utilizarán variantes técnicas de acuerdo con la situación de juego.</td></tr>
</table>

Anexo 21

Técnica “Lluvia de ideas”

Objetivo: Estimular la producción de ideas para identificar los procesos psíquicos de mayor relevancia en el voleibol.

Descripción:

Se sitúan en el pizarrón las interrogantes siguientes:

- ¿Cuáles son las exigencias psicológicas del voleibol?
- ¿Cómo se manifiestan en la categoría en que trabaja?

Se exhorta a los profesores de voleibol a pensar en los procesos psíquicos y cómo se manifiestan en su deporte.

Primero lo realizan por parejas, van elaborando las exigencias y a su vez las relacionan con la situación social del desarrollo.

Posteriormente se lleva a sesión plenaria y se escriben en el pizarrón, donde se van colocando en forma de lista y se sitúa junto al término el nombre de quien lo propuso.

Los profesores deportivos que no tienen propuestas se pueden adscribir a algunos de los términos propuestos.

En la sesión plenaria se enfatiza en lo relacionado con la situación social del desarrollo.

Anexo 22

Acciones de orientación que deben tenerse en cuenta para *la ejecución de las acciones proyectadas* de la preparación psicológica combinando los contenidos psicológicos con los recursos propios del entrenamiento deportivo.

Elaborado por: M.Sc. Mercedes de Armas Paredes

a) Determinación de los objetivos.
b) Determinación del contenido psicológico de los medios del entrenamiento deportivo.
c) Análisis de las potencialidades y/o dificultades de los deportistas obtenidas del diagnóstico.
d) Análisis las condiciones del contexto de actuación.
e) Determinación de las líneas de orientación.
f) Determinación de las actividades.

A continuación se ilustra para una mejor comprensión una acción proyectada de carácter general y su ejecución, analizada en el taller.

Acción proyectada: Planificar la forma en que puede presentarse la relación de lo psicológico con los medios del entrenamiento, ejercicios físicos que vinculen de forma coherente los componentes de la preparación del deportista con su contenido psicológico.

Determinación de los objetivos

En este caso se identifica lo psicológico en los objetivos generales del programa de preparación del deportista y se derivan a cada mesociclo. Se hace corresponder lo planteado en el programa respecto a la unidad de entrenamiento determinada y las manifestaciones psicológicas que se deben revelar en dicha unidad. Así, se tiene una idea de los contenidos psicológicos de los diferentes momentos del entrenamiento deportivo, de modo tal que se

entienda cómo se contribuye a la preparación psicológica en cada momento de la preparación del deportista.

Este momento es importante, pues los objetivos que se formulen direccionan el trabajo de planificación y este modo de proceder se corresponde con el establecido en el programa de preparación del deportista vigente.

Para la determinación de los objetivos se debe realizar un análisis del macrociclo que se va a planificar, en cuanto a los aspectos siguientes:

- Estudio de los objetivos del macrociclo.
- Análisis de su derivación en relación con los objetivos del programa, en los mesociclos, identificando dentro de su formulación la de los aspectos que se refieran a lo psicológico.
- Análisis del contenido psicológico de los objetivos correspondientes a los mesociclos en sus relaciones de precedencia y sucesión dentro del macrociclo, para derivar adecuadamente el objetivo propuesto, por ejemplo:

  Mesociclo: V- Especial variado

  Objetivo de la preparación técnico-táctica: Perfeccionar las acciones individuales y de grupo alcanzando un rendimiento en el K-I entre el 50 y el 60 % y en el K-II más del 40 %

  Objetivo específico: Perfeccionar el saque variado.

  Contenido psicológico: En este ejemplo hay un predominio de las percepciones visuales y particularmente de la sentido de la distancia, que a instancias del profesor debe dirigir el saque a diferentes zonas, la precedencia y sucesión está presente en la variabilidad exigida por los diferentes tipos de servicio y la precisión a alcanzar en la ubicación del mismo.

  En este momento es importante tener en cuenta los resultados del diagnóstico psicológico como elemento que permite determinar la conducta a seguir en función del perfeccionamiento planteado.

Para determinar los contenidos psicológicos correspondientes a los mesociclos**:**

Debe guiarse por el trabajo que se realizó previamente con los objetivos, tener en cuenta las características de la situación social del desarrollo, y los tipos de contenido de los componentes de la preparación a abordar en cada momento, para determinar el contenido psicológico en cada uno de ellos.

Después de identificar dentro del sistema de preparación los contenidos psicológicos, los cuales pertenecen a cada subsistema de la preparación (físico, técnico-táctico y teórico), anotarlos de forma independiente.

Se confecciona una relación de los ejercicios del programa, y de los que se recomiendan en las orientaciones metodológicas, así como otras actividades vinculadas con la preparación dentro de la unidad de entrenamiento, que sean factibles de ser realizadas en el mismo. Se determinan cuáles se ajustan a cada subsistema de contenidos. (Por ejemplo: cómo está presente lo volitivo en lo físico y en lo técnico-táctico).

Se sugiere habilitar dos columnas en cada mesociclo correspondiente a las diferentes etapas de la preparación, con los siguientes contenidos:

Columna (A)	Columna (B)
Escribir las acciones motrices deportivas que se van a trabajar en la unidad de entrenamiento.	Esbozar la forma en que puede presentarse lo psicológico relacionado con las acciones motrices deportivas, anotando la manera de desarrollar los procesos psicológicos a través de los mismos.

Se realiza un ordenamiento de los procesos psicológicos siguiendo una relación lógica (de acuerdo con la conveniencia de abordar algunos antes, por servir de base a otros, por ejemplo: percepciones especializadas en relación con la anticipación del pensamiento); no tiene que ser necesariamente el mismo orden en que están presentados en las orientaciones del programa de preparación actual.

Análisis de las potencialidades y/o dificultades de los deportistas obtenidas del diagnóstico.

Este análisis parte del diagnóstico realizado a los deportistas, que se concibe como un proceso continuo y participativo, e incluye no solo una valoración de

las deficiencias del deportista (como tradicionalmente se hace), sino de los elementos positivos y negativos —sus potencialidades— que inciden en el cumplimiento de los objetivos de la preparación deportiva en general, y de la psicológica en particular.

De aquí se desprende que la planificación no puede ser un proceso rígidamente concebido sino un proceso construido y devenido un quehacer cotidiano que debe ser constantemente revisado, cuestionado y reconstruido, partiendo de un diagnóstico sistemático de la realidad y desde una actitud crítica frente a la misma.

Es necesario evitar que la actuación profesional se transforme en un mecanismo irreflexivo y no consciente de acción (Quiroga, A. 1993). Sólo esto garantiza el desarrollo profesional del profesor deportivo y la posibilidad de las acciones de orientación con el consiguiente crecimiento del deportista.

Análisis de las condiciones del contexto de actuación

El proceso de preparación del deportista ocurre esencialmente a través del entrenamiento deportivo, por tanto la preparación psicológica desde la figura del profesor deportivo debe desarrollarse en este contexto, utilizando las influencias psicológicas de los medios del entrenamiento y, como se ha explicado en los momentos y acciones anteriores, lo más importante es que tengan un carácter planificado e intencional.

Contextos fuera del entrenamiento como es el escolar y el extraescolar ejercen su influencia y debe ser interés del profesor deportivo tenerlos en cuenta.

En este momento también es necesario delimitar el contexto de actuación profesional del profesor deportivo y del psicólogo, conocerlo para contar con él. Cuando no se cuenta con las condiciones del contexto de actuación profesional se corre el riesgo de planificar estrategias que luego no se pueden aplicar.

Determinación de las líneas de orientación

Se toma como línea de orientación la optimización del proceso educativo que se produce en el entrenamiento deportivo, y se realiza en estrecha e indisoluble vinculación con los medios de este.

Esta acción está muy relacionada con lo que el profesor deportivo puede hacer realmente desde su papel profesional. Es necesario determinar qué puede

hacer y qué no puede hacer desde su posición en relación con la preparación psicológica.

Constituyen competencias del profesor deportivo los medios propios del entrenamiento deportivo que están bajo su conducción; los recursos psicológicos más complejos y específicos requieren de la participación de un profesional de esta ciencia.

Por tanto, otra línea de orientación lo constituye la proyección metodológica expuesta en: “El modelo didáctico para el entrenamiento técnico-táctico del joven voleibolista”, de Navelo (2004), la cual permite el empleo de las condiciones estándares y variables durante todo el entrenamiento ajustadas a la situación social del desarrollo del deportista.

Determinación de las actividades

Las actividades que desarrolla el profesor deportivo en el cumplimiento de su papel profesional relacionadas con la preparación psicológica, deben seleccionarse y conformarse atendiendo a las informaciones, datos y análisis realizados anteriormente. En este caso se entiende por actividades, todas aquellas que realiza el profesor deportivo vinculadas directamente con la preparación deportiva, y que encierran un gran valor psicológico, sobre todo si ya se ha efectuado la determinación de las potencialidades psicológicas.

Anexo 23

Niveles de preparación para el trabajo metodológico de la preparación psicológica del grupo de entrenadores de voleibol de la EIDE Héctor Ruiz de Villa Clara después de aplicar la estrategia.

Indicadores de la dimensión conceptual	Alto	Medio	Bajo
Conocimientos de la actividad específica del voleibolista y sus particularidades para así poder interpretar los fundamentos científicos de la preparación psicológica del deportista.	7	1	0
Conocimientos para comprender el significado de la preparación psicológica desde una concepción integradora.	5	3	0
Conocimiento psicológico para mejorar la organización de la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo.	5	3	0
Indicadores de la dimensión procedimental			
Habilidades para integrar la preparación psicológica al resto de los componentes de la preparación del deportista, aprovechando las potencialidades de lo físico, lo técnico, lo táctico y lo teórico en el trabajo con la preparación psicológica.	5	3	0
Habilidades para organizar la preparación psicológica utilizando los recursos propios del entrenamiento deportivo.	5	3	0
Habilidades para utilizar los elementos del diagnóstico, y así conocer las debilidades y fortalezas tanto individuales como del equipo, que en el orden psicológico puedan afectar una adecuada actuación deportiva.	1	7	0
Habilidades para identificar el cometido del psicólogo del deporte y el del entrenador en la intervención psicológica que se requiera.	8	0	0

Indicadores de la dimensión actitudinal			
Motivación para la superación y actualización en los temas relacionados con la preparación psicológica.	5	3	0
Interés en la planificación, ejecución y evaluación del trabajo con la preparación psicológica desde su accionar.	6	2	0
Expresión de valores como: respeto, tolerancia, aceptación, responsabilidad hacia el trabajo del psicólogo en relación con la preparación psicológica.	5	3	0