

Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte



Facultad de Villa Clara

Título: Consideraciones acerca del tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara.

Trabajo de Diploma para optar por el título de Licenciado en Cultura Física

Autor: Boris Andrés González Ríos

*Tutores: MsC. Conrado Pères Armenteros
Lic. Ernesto Ricaño Camacho*

*Año 52 de la Revolución
Santa Clara
2010*

**Universidad de las ciencias de la Cultura Física y el Deporte.
Facultad “Manuel Fajardo” Villa Clara.**



*Trabajo de Diploma para optar por el título de
Licenciado en Cultura Física.*

Título: Consideraciones acerca del tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara.

Autor: Boris Andrés González Ríos.

Tutores: MSc. Conrado Pérez Armenteros.

Lic. Ernesto Ricaño Camacho.

**Santa Clara
2010.**

“Más aprende un niño, en un rato, labrando un palito,
que en días enteros conversando con un maestro
que le habla de abstracciones superiores a su existencia”

Simón Rodríguez

Agradecimientos

A la revolución cubana por darme la posibilidad de formarme como un profesional de la Cultura Física.

A mis tutores, MSc. Conrado Pérez Armenteros y Lic. Ernesto Ricaño Camacho por su ayuda durante toda la investigación.

A mis seres queridos que por una razón u otra, hoy no se encuentran junto a mí, donde quiera que estén lleguen a ustedes desde lo más profundo de mi corazón el más sincero agradecimiento.

A mis compañeros de la FEU.

A los entrenadores y atletas de la EIDE sin los cuales no hubiese sido posible este trabajo.

Y porque no, a ti también.

Dedicatoria

A mis abuelos por su cariño infinito.

A mis padres que han sido todo para mí, en especial a mi madre por ser la inspiración de este trabajo y con la que tenía una deuda que saldar.

A mis Familiares, por su ayuda incondicional.

A mis amigos del alma, que siempre creyeron en mí.

A los profesores de la Facultad que durante todos estos años me inculcaron su sabiduría y experiencias.

RESUMEN:

La investigación tiene como objetivo principal constatar el estado actual del tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara. Los antecedentes teóricos e investigativos analizan a la planificación como aspecto determinante en la gestión del rendimiento, y a la individualización como uno de sus aspectos más débiles en cuanto a la existencia de elementos y relaciones para su materialización. Se considera también la importancia y necesidad de la individualización en las categorías escolares y en el baloncesto, el reconocimiento del modelo de Matveev, L. como válido para estas categorías, la definición de las principales tendencias y problemáticas en su abordaje, y se exponen las concepciones que fundamentan el tratamiento de la individualización en la planificación el entrenamiento deportivo, para lograr nuestros objetivos se utilizaron diferentes métodos y técnicas participativa entre las que se destacan, Histórico-lógico, Analítico-sintético, Inductivo-deductivo, Revisión documental, Encuesta, Entrevista semiestandarizada, Observación científica, Sondeo de opinión y la Triangulación metodológica. Esta Última nos da la oportunidad una vez realizados los análisis de los métodos y/o técnicas de manera independiente y desde diferentes ángulos, contrastar los datos y establecer tendencias en relación con el conocimiento acerca de la individualización, así como su tratamiento en los baloncestistas escolares. La individualización hoy día es una realidad y una necesidad dentro del deporte de alto rendimiento. El tema ha alcanzado una gran relevancia dentro de los estudios pedagógicos debido a su carácter decisivo en el desarrollo de los deportistas y en el logro del máximo resultado deportivo. Las conclusiones y recomendaciones a las que arribamos serán de gran utilidad para el desarrollo del baloncesto escolar Villaclareño

ÍNDICE

	<i>Páginas</i>
I. Introducción.....	1
1.1 Problema científico.....	5
1.2 Objetivos.....	5
II. Desarrollo.....	7
2.1 Fundamentación Teórica.....	7
2.2 Metodología.....	27
2.2.1 Selección de sujetos y/o equipos.....	27
2.2.2 Métodos y técnicas de investigación.....	27
2.3 Técnicas para el procesamiento de la Información.....	29
2.4 Análisis e interpretación de los resultados.....	30
III. Conclusiones.....	41
IV. Recomendaciones.....	42
V. Bibliografía.....	43
VI. Anexos	

I. INTRODUCCIÓN

El incremento de los resultados deportivos y la práctica sistemática del deporte en nuestro país han sido factores fundamentales en los cambios sustanciales en el proceso de preparación del deportista que en sentido general constituye un proceso pedagógico con el objetivo de garantizar el fortalecimiento de la salud del ser humano para que se desarrolle y perfeccione física y mentalmente, ejerciendo una influencia positiva en el mundo espiritual del individuo en sus emociones, gestos estéticos, nociones éticas y una concepción científica del mundo que fortalece y respalda una conducta moral y al mismo tiempo ofrece a cada persona enormes posibilidades de superación, perfeccionamiento y mejoramiento, en fin de calidad de vida, es por ello que podemos plantear que la actividad deportiva forma parte en nuestra sociedad de la formación integral del individuo.

Al deporte como parte integrante de la cultura física se le da una vital importancia en nuestra sociedad, poniendo el mismo al alcance de todo el pueblo, medios, especialistas, instalaciones deportivas, y todo el arsenal científico acumulado en nuestras instituciones deportivas, algunas con más de cuarenta años de experiencia en las distintas disciplinas deportivas, todo lo cual redundará en el desarrollo del deporte y la práctica masiva del mismo.

Atendiendo a lo anteriormente planteado es que debemos enfrentar de forma inmediata cualquier problema que incida sobre el desarrollo del deporte en nuestro país, investigando y buscando vías, formas y soluciones para la aplicación cada vez más científica de los problemas que deben enfrentar el deporte contemporáneo.

En las condiciones actuales no concebimos al maestro con métodos artesanales de trabajos, sino como un activo investigador, como una persona capaz de aplicar de la forma más científica los principios del entrenamiento deportivo, de los medios, métodos más eficientes para el establecimiento de los modelos y todo ponerlo en función del deporte. Las bases fundamentales para alcanzar elevados

resultados deportivos son lograr un alto dominio técnico-táctico, un buen nivel de preparación psicológica, física y alto nivel intelectual que permita al deportista interpretar todas las orientaciones y direcciones del entrenamiento y la competencia.

Para el logro de estas acciones es necesario que el entrenador conozca con profundidad los métodos y formas de aplicación de todo el proceso pedagógico del entrenamiento deportivo de modo tal que garantice el aprendizaje, dominio e integración de cada uno de estos componentes.

Las particularidades principales del entrenamiento deportivo presentan en su cumplimiento distintos indicadores o direcciones de la preparación (Forteza, A 2000) como son la física, técnico – táctica, Psicológica, etc., teniendo por características en la preparación del baloncestista que todos tienen el mismo énfasis en el proceso de preparación ya que se considera la integralidad de estos elementos en la formación del atleta.

Las recién finalizadas Olimpiadas de Beijing 2008, han marcado una pauta en el altísimo nivel de desarrollo que ha alcanzado el deporte. Estas fueron las Olimpiadas de mayor calidad, las de más record rotos, las de mayor concurrencia de deportistas competentes y de mayor juventud, y donde las medallas han sido más repartidas entre los diferentes países, 80 países con medallas y más de 40 con medallas de oro. Beijing creó una gran expectativa acerca de hasta donde son capaces de llegar las posibilidades del hombre. Deportistas de la talla de Usain Bolt y Maikel Phels dieron muestras de sus individualidades, al batir record que parecían inalcanzables.

Este panorama que cada día es más exigente plantea nuevos y complejos problemas que obligan a la investigación de formas más eficientes de concepción de la preparación del deportista. En este contexto adquiere significativa importancia la planificación del entrenamiento deportivo.

Tomando en consideración a Sánchez Bañuelos, F. (1995) en lo referente a la planificación, cuando expresa que el profesor en su labor deberá contribuir al

desarrollo de hábitos y habilidades, y para ello deberá lograr una adecuada planificación y estructuración del proceso educativo, en el mundo del deporte se han desarrollado estudios que reconocen la importancia de la planificación para la consecución de los resultados deportivos.

La planificación es considerada como una proyección hacia el futuro, y como esa concepción en la que se determinan con anticipación los objetivos tendentes a satisfacer definidas necesidades, así como señalar las actividades o tareas que deben realizarse y los recursos que se requieren para poder alcanzar los objetivos propuestos en un tiempo también determinado. Es proponerse hacer realidad una posibilidad (Harre, D. 1973; Muguerzia, P. 1986). Cuando se planifica el entrenamiento con vista a alcanzar el máximo rendimiento posible en un momento determinado se intenta lograr los niveles de adaptación más elevados de las capacidades relevantes de la especialidad. El procedimiento que se sigue para entrenar estas capacidades está afectado por la forma en que se intenta lograr la adaptación mediante la aplicación de las cargas de entrenamiento en función de su naturaleza, magnitud, orientación y organización, como señalan Verjoshansky, Y. (1990) y Navarro, F. (2003).

Varios son los factores que inciden en el logro de la adaptación a partir del entrenamiento de las capacidades relevantes del rendimiento. Entre ellos, según afirman Graham, T. y Cross, N. (2005), la individualización ha mostrado ser un concepto crítico en la planificación de un programa óptimo de entrenamiento para deportistas.

En este ámbito, y coincidimos con Verjoshansky, Y. (1990) cuando hacen referencia a las características individuales, la individualización constituye uno de los aspectos condicionantes de la planificación. Por tanto, para que una u otra alternativa de planificación sea racional y la posibilidad de rendimiento sea real, ella debe atender la individualidad de los deportistas, entendida por el conjunto de rasgos, cualidades y necesidades que lo hacen diferente de los demás. En este contexto es en el que se promueven las reflexiones en torno a la necesidad de perfeccionar el proceso de individualización en la planificación del entrenamiento

deportivo de los deportes colectivos, centrándose en el conocimiento de la esencia de este fenómeno, para lo cual se han destinado investigaciones, estrategias deportivas y programas que reconocen la importancia teórica y práctica del tema. (Navarro, F. 2003; Graham, T y Cross, N. 2005).

La individualización hoy día es una realidad y una necesidad dentro del deporte de alto rendimiento. El tema ha alcanzado una gran relevancia dentro de los estudios pedagógicos debido a su carácter decisivo en el desarrollo de los deportistas y en el logro del máximo resultado deportivo. Es el entrenamiento deportivo como proceso educativo el escenario principal, donde se puede llevar a cabo la individualización. Tal como expresa Ruiz Aguilera, A. (1994), este proceso se corresponde con el carácter de universalidad de la educación, donde el profesor debe atender las características individuales de sus alumnos, porque aunque los objetivos sean comunes, no todos tienen el mismo ritmo de desarrollo. Al dosificarse la carga debe tenerse en cuenta que las condiciones orgánicas no son las mismas en cada niño, aún con las mismas edades y sexo. Lo mismo que, al enseñarse una habilidad motriz deportiva, no tienen las mismas aptitudes, ni las mismas condiciones sociales y por tanto, las mismas facilidades para su aprendizaje. En esta idea se va haciendo evidente el principal encargo del proceso de individualización: la atención a las características individuales de los alumnos.

A través de los años el Baloncesto se ha convertido en un deporte de punta en nuestra provincia por los logros alcanzados en el ámbito nacional, esto se debe en gran medida a la calidad que presentan nuestros atletas que son capaces de entregarse por completo dentro del terreno y dar el máximo de sí por obtener un resultado sobresaliente en cada competencia que se presenten. Sin embargo hay que señalar que nunca esto hubiera sido posible si no estuvieran presentes los entrenadores del deporte encargados desde la base de la enseñanza y el perfeccionamiento de la formación de estos atletas para que tengan el alto rendimiento alcanzado por cada uno de ellos. Siempre la provincia a contado con entrenadores al más alto nivel, ejemplo de esto lo son Miguel del Rio, Rafael Pequeño, Conrado Pérez, Leonardo Pérez, Yudit Abreu entre otros que han

formado parte del colectivo de entrenadores de los diferentes equipos nacionales en algún momento de su carrera, que a través de los años han representado a Cuba en disímiles competencias internacionales.

En la actualidad la práctica de la actividad deportiva está en constante movimiento y desarrollo, es por eso que la preparación del atleta se torna cada vez más compleja y especializada lo que requiere de análisis constantes que conlleven a la obtención de resultados más satisfactorios.

El baloncesto no está ajeno a esta necesidad. Como deporte colectivo perteneciente al grupo con pelotas, presenta características muy diferentes a los demás, situaciones de juego cambiantes, así como modificaciones reglamentarias constantes y diversidad en el accionar de las posiciones de los jugadores. Como es conocido, las EIDE del país preparan los atletas para alcanzar altos resultados deportivos y promover a los equipos superiores, y constantemente se emplean medios y métodos más novedosos para lograr estos objetivos, teniendo en cuenta la siguiente situación problemática: insuficiencias en el tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara durante el curso 2009 – 2010 es que presentamos nuestro **problema científico**.

1.1 Problema científico:

¿Cuál es el tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara durante el curso 2009 – 2010?

1.2 Objetivos:

Objetivo General:

Constatar el estado actual del tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara durante el curso 2009 - 2010.

Objetivos específicos:

- 1- Diagnosticar el nivel de conocimiento de los entrenadores en el tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo.
- 2- Determinar los procedimientos para llevar a cabo la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los equipos objetos de estudio.
- 3- Valorar el estado actual de la individualización en la planificación en el proceso de entrenamiento deportivos en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara. .

II. DESARROLLO

2.1 Fundamentación teórica

Durante los últimos años, se ha producido un progreso del entrenamiento, o mejor dicho, una evolución de conocimientos sobre cómo enseñar los deportes de equipo, consecuencia lógica desde un punto de vista, de la tendencia existente en la actualidad por desarrollar una teoría, un conocimiento específico de los deportes colectivos o de colaboración-oposición.

Sin embargo desde la experiencia acumulada por los profesores deportivo de baloncesto, es necesario reconocer que la evolución se produce a lo largo de los años 90, de manera especial en los últimos períodos, en los que se empieza a establecer una nueva forma de enseñanza, aunque, se continúan utilizando estrategias, métodos de enseñanza que forman parte de las categorías de la pedagogía y la didáctica que siempre han existido, solo que en la actualidad han adquirido más importancia, han ascendido en la escala jerárquica de métodos utilizados.

El baloncesto como deporte colectivo, ofrece al jugador posibilidades para poder desarrollar los elementos de creación, desde el punto de vista de los contenidos técnicos, tácticos y estratégicos. En este sentido es necesario precisar la interrelación de los contenidos del juego en la etapa de aprendizaje y formación del jugador. Es cierto, y cada vez más que la metodología deportiva actual se globaliza en cuanto a evitar que los objetivos estén aislados entre sí y cada vez más el proceso de asimilación de una tarea en particular conlleva otra asimilación paralela. La técnica no puede aislarse de la táctica, el gesto no puede separarse del uso del porqué de su utilización y de sus fines, lo que exige un aprendizaje permanente en situaciones de juego. El gesto técnico considerado de forma aislada no es suficiente en el aprendizaje de un deporte colectivo porque no propicia un aprendizaje rápido, de aplicación.

El baloncesto en el contexto actual forma parte de los programas de investigaciones en el área educativa. El proceso de enseñanza aprendizaje del

mismo en Cuba ha tomado las sendas más avanzadas de la pedagogía contemporánea y no son pocos los especialistas e investigadores que se afanan en promover estas tendencias a tono con lo que en el resto del mundo se considera acerca de la enseñanza y la formación de los recursos humanos. No obstante, se aprecian en el sector deportivo, profesores deportivos que utilizan los métodos de la pedagogía tradicional solamente y no buscan ir incorporando las tendencias más novedosas en el proceso de enseñanza aprendizaje en el deporte de las cestas y los aros como una necesidad de desarrollo.

En el ámbito del deporte abundan los escritos que resaltan la importancia de la individualización desde la perspectiva de la necesidad de observancia del cumplimiento del principio de la individualización. Entre ellos se pueden mencionar, por ejemplo, Ozolin, N. (1983) y Harre, D. (1973), los cuales desde sus intenciones teóricas e investigativas ofrecen valoraciones y pautas para la profundización de su conocimiento y tratamiento. Algunos de los aportes de estos autores se refieren a los factores que determinan la confección de los planes individuales, las reglas para la estructuración del proceso, y el acercamiento individual en el sistema de entrenamiento colectivo.

Hay que decir que, al ser comparado con el tratamiento que se le ha ofrecido al resto de los principios, dígame, todos los que tienen que ver con la dinámica y carácter de las cargas, entre ellos el aumento progresivo, cambio ondulatorio y el de la relación entre la preparación general y especial, el principio de la individualización es el menos atendido desde el punto de vista de satisfacción de sus exigencias. Pues los modelos de planificación contemporánea a pesar que García Manso, J. M., Navarro, M. y Ruiz, J. (1996) destacan como uno de sus rasgos caracterizadores a la individualización de las cargas, el énfasis mayor de su tratamiento se aprecia en los principios antes mencionados. En este caso se encuentran, Cargas Concentradas de Verjoschansky, Y. (1988), y el más reciente, el modelo de las Campanas Estructurales de Forteza, A. (1998).

El modelo de periodización de Matveev, L. no escapa de esta realidad al no considerar con profundidad las características y relaciones esenciales y

funcionales de la individualización, dejando una puerta abierta para su perfeccionamiento. Respecto a este modelo, existe consenso en la literatura especializada acerca de su difusión y validez actual. Navarro, M. en su libro “La natación” (1990), al referirse a los aspectos básicos de la planificación reconoce que el modelo de planificación más conocido y utilizado ha sido el de periodización del entrenamiento de Matveev, L. (1983). Por su parte, Gambetta (1990) estima que es válido solamente para las primeras fases del entrenamiento, considerándose que al aumentar el nivel de rendimiento de los deportistas, se debe aumentar también el porcentaje de utilización de los medios de preparación específica.

Por tanto, atendiendo a las condiciones actuales de la dinámica competitiva internacional del deporte elite, consideramos que la Periodización del entrenamiento deportivo del científico ruso Matveev, L. ha pasado a ser la forma efectiva de estructuración del deporte juvenil y de menores donde los objetivos de alto rendimiento tienen un carácter de perspectiva. (Forteza, A. 1994).

A partir de este marco de reconocimiento es que se valora la necesidad de perfeccionamiento de la individualización dentro de este modelo. Un gran peso en este empeño recae en los aportes de Vigotsky, L. (1979) referente a la teoría del enfoque histórico cultural, donde sus principales preceptos orientan la individualización a partir de la consideración de las zonas de desarrollo próximo en los alumnos, de manera que las influencias educativas que se empleen, favorezcan el desarrollo individual. Estos estudios dan fe de la necesidad de emplear formas de enseñanza en las que el alumno se sienta ayudado por el profesor, sobre todo en las primeras etapas, y más adelante, en correspondencia con su desarrollo, cumplir las tareas de manera independiente, demostrando el desarrollo alcanzado.

En el ámbito de la cultura física y el deporte, los autores cubanos, entre ellos Ruiz, A. (1983); Calderón, C. (1996) y López, A. (2003), también han dado su aporte a los estudios sobre la individualización desde posiciones vigotskianas, con una perspectiva de respeto a la individualidad de los educandos. En sus

contribuciones, los autores coinciden en ratificar que todo proceso de enseñanza debe tener un enfoque individual, ya que las personas tienen sus diferencias particulares, y solamente con la individualización de las exigencias es que se puede lograr la manifestación del máximo de capacidades.

Todas estas teorías y consideraciones constituyen fundamentos de nuestra investigación dirigida a la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo de los baloncestistas escolares. Ellas demuestran la importancia del abordaje del tema que también se declara en documentos oficiales como las Indicaciones del Presidente del INDER, el Programa de Preparación del Deportista y las Estrategias de desarrollo de los deportes para el ciclo olímpico. En estos documentos se consigna como prioridad “el logro del carácter individualizado de la influencia educativa”. La relevancia del estudio resulta válida para cualquier ámbito de la actividad humana, por tanto, el deporte, en general, y el baloncesto, en particular, no escapan de ella, ya que en la actualidad se han asumido posiciones contrapuestas a los principios del respeto a la individualidad, a la búsqueda de altos resultados deportivos, pero con un proceso altamente humanista, libre de la espontaneidad y de pretensiones perfeccionistas y reduccionistas.

El baloncesto es un deporte colectivo, donde todavía se hace muy difícil llevar a cabo la individualización dentro de la planificación del entrenamiento deportivo, se observan algunas tendencias que no respetan las diferencias individuales, en algunos casos por desconocimiento del tema, escases de tiempo y situaciones desfavorables con los medios.

En este sentido, uno de los estudios que, desde nuestro punto de vista, han profundizado más en el tema de la individualización es el correspondiente a Navarro, F. (2003). El mismo centra su atención en aspectos metodológicos para normar de forma individual las cargas de entrenamiento a partir de la consideración de la relación entre las vertientes de la carga (naturaleza, magnitud, orientación y organización) y las condicionantes de la planificación (deportista, especialidad y competición).

Los autores cubanos también han aportado criterios teóricos que respaldan la necesidad y la manera de proceder con la individualización. Aportaciones como las de Torres, I. (1985), Ruiz, A. (1983), Cuervo, C. (1990), Calderón, C. (1996) y López, A. (2003), clarifican el camino para el hallazgo de formas metodológicas que orienten la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo. También resulta importante la relación básica que establecen los autores entre el conocimiento de las particularidades individuales de los deportistas, las estrategias o modelos de planificación que contemplen las cargas óptimas de entrenamiento, y el control de su cumplimiento. No obstante, es de significar que aunque Morales, A. (2000) Alvares, M (2009), entre otros, se empeñaron en introducir la línea de investigación sobre el diseño de alternativas más eficientes en las que no solo se expusieran elementos aislados, sino que fueran presentados en una relación lógica que facilitara el conocimiento y tratamiento de la individualización, Navarro, F. (2003) y Cross, N. (2005), persisten en la tendencia de profundizar en la individualización únicamente desde la perspectiva de los **factores que la condicionan**, tales como la edad, el sexo, nivel de entrenamiento, entre otros.

En sentido general, los estudios han trazado algunas pautas para la individualización en el baloncesto, pero no dejan claro cómo insertarla durante las etapas de la preparación, ni qué elementos, ni relaciones tener en cuenta para concebirla teórica y metodológicamente de tal forma que su esencia y funcionamiento actúen en correspondencia con las particularidades y posibilidades individuales de los deportista y los objetivos de la preparación. Por tal motivo, se requiere de conocimientos que aporten distintas aristas a las existentes y que asuman posiciones que reconozcan la necesidad, como estiman Cuervo, C., (1990) y López, A. (2003), de dar máxima atención a cada alumno en la labor colectiva de trabajo de grupo, lo que implica una individualización del proceso de enseñanza aprendizaje.

La planificación del entrenamiento deportivo y el tratamiento de la individualización en su finalidad debe estar enfocada hacia la perspectiva de vinculación y compromiso con el rendimiento deportivo. En este sentido, Harre, D.

(1973) es del criterio que la planificación es un método importante para asegurar un aumento continuo del rendimiento y para capacitar a los deportistas para que logren los mejores resultados deportivos en el periodo de alto rendimiento. Navarro, F. (2003), por su parte, estima que la planificación del entrenamiento es un instrumento fundamental en la gestión del rendimiento deportivo, ya que las estructuras de la planificación, las formas de organización del entrenamiento y sus contenidos conforman una estrecha ligazón con la dinámica de rendimiento pretendida.

Esta finalidad de la planificación en la gestión del rendimiento deportivo esta condicionada por la observancia de los principios del entrenamiento, relación que muy bien fue clarificada por Menéndez, E. (1984) cuando señaló que la planificación constituye toda la concepción teórica de un proceso mental sustentado en las bases que rigen los principios de la Pedagogía general, los principios metodológicos de la Educación Física y los principios fundamentales del entrenamiento deportivo así como las reglas de la periodización, el empleo adecuado de los medios y métodos. La planificación exige de los profesores deportivos un extenso campo cognoscitivo y de experiencia práctica relacionados con la estructuración del proceso de entrenamiento; además de la visión objetiva sobre los procedimientos que permitan materializar de una manera consciente las leyes del desarrollo del rendimiento deportivo.

Los principios pueden ser considerados como puntos de partida que garantizan el buen funcionamiento de un proceso, en este caso, el proceso de planificación del entrenamiento deportivo. Los principios más reconocidos en la literatura especializada son los propuestos por Matveev, L. y ratificados por otros autores como Ranzola, A., Forteza, A., Barrios, J. y Morales, A. Entre ellos se presentan: Dirección hacia logros superiores, Continuidad, Relación entre la preparación general y especial, Aumento progresivo de las cargas, Cambio ondulatorio de las cargas y Ciclicidad.

Existen definiciones de principios del entrenamiento deportivo que utilizan otros criterios, como es el caso de la clasificación de principios que aporta Grosser,

Starischka y Zimmermann (1988) a partir del reconocimiento de la adaptación como una de las leyes básicas de la preparación del deportista. En este sentido se destacan tres grupos de principios:

1. Los que inician los efectos de la adaptación (Principios del esfuerzo).
2. Los que aseguran la adaptación (Principios de ciclización).
3. Los que guían la adaptación en una dirección específica (Principios de especialización).

Esta clasificación aunque no dista mucho de la anterior dada por Matveev, L., aporta una dirección importante en el manejo de los principios, ya que en esencia la planificación debe conducir al logro de adaptaciones a los nuevos niveles de exigencias en la preparación, que son cada vez más altos. Sin una correcta adaptación, no existe alto rendimiento, y esto se logra gracias a la lógica aplicación de los principios. Por tal motivo, en el panorama de la planificación del entrenamiento deportivo, los investigadores como Forteza, A. (1989) y Verjoshanski, V. (1990) alertan sobre la necesidad de buscar nuevas formas y sistemas metodológicos estructurales que perfeccionen el proceso de preparación de los deportistas. Al respecto los autores coinciden en reconocer que, por una parte, el aumento considerable de los resultados deportivos demanda un elevado perfeccionamiento tanto del nivel de los deportistas como del sistema metodológico de preparación a corto y largo plazo, y por otra parte, que aumentar el altísimo nivel de preparación obtenido es tarea extremadamente difícil, lo que obliga a buscar formas metodológicas y estructurales de organización que persigan tal fin.

En este contexto queda planteada la necesidad de perfeccionamiento de las actuales formas de planificación, teniendo en cuenta que sin conocimientos científicos y simplemente apelando al buen sentido y a la intuición, no es posible resolver racionalmente los complejos problemas del entrenamiento moderno. Los técnicos de vanguardia así lo han entendido y colaborando con los investigadores científicos, buscan nuevas vías para racionalizar y aumentar la eficacia del

proceso de entrenamiento y la posibilidad de perfeccionar los principios y las formas tradicionales de construcción del entrenamiento. (Verjoshanski, Y. 1990).

Estas ideas de los autores respaldan las intenciones de nuestra investigación ya que se pretende enfrentar el problema del tratamiento de la individualización dentro de la planificación del entrenamiento deportivo en el baloncesto escolar. Además, teniendo en cuenta la relación que han dejado por sentada los autores mencionados entre el rendimiento y los principios del entrenamiento, en nuestra investigación partimos de la lógica que perfeccionando el abordaje del tratamiento de la individualización dentro de la planificación del entrenamiento, se estará contribuyendo al logro de resultados deportivos superiores. Esta investigación actúa en correspondencia con las pretensiones de los autores de los modelos contemporáneos (pendular, cargas concentradas, campanas, entre otros) los cuales se propusieron hacer más efectivo el tratamiento de otros principios tales como aumento progresivo de la carga, cambio ondulatorio y el de la relación entre la preparación general y especial. Pero, sus aportes continúan siendo aún insuficientes en cuanto al tratamiento de la individualización.

Esta idea del tipo de actualización a que debe responder la planificación en nuestros tiempos es necesario dejarla clarificada por la siguiente razón. Independientemente que está demostrado que los resultados deportivos se incrementan proporcionalmente a la individualización del entrenamiento, aún se observa la inclinación de profesores a menospreciar las ventajas de la planificación individual. Es cierto, que la labor se incrementa con esta forma de planificar, pero vale la pena el sacrificio de dedicar un poco más de tiempo al trabajo si el mismo se revierte en resultados más elevados (Menéndez, E. 1984). Hay que buscar formas de individualización que a la vez que resuelvan los problemas de planificación permitan elevar la preparación científica y pedagógica de los profesores, y estos dentro de la teoría de Hecheverría, M. y Paula, O. (2006) clasifiquen como Profesor Deportivo de Excelencia, es decir un profesor de calidad superior. Al respecto los autores señalan que las preparaciones científicas y pedagógicas generales del profesor deportivo constituyen elementos importantes

para llevar a cabo un desarrollo seguro y continuo de su especialidad, por lo tanto es necesario capacitarlos o superarlos sistemáticamente en correspondencia con el desarrollo impetuoso de las ciencias aplicadas al deporte y de las nuevas marcas deportivas establecidas.

De lo que se trata es de aprovechar las bondades de la planificación para hacerla más efectiva en el abordaje de la individualización. Pues los actuales criterios teóricos y metodológicos que se ofrecen para la proyección y estructuración de la planificación resultan insuficientes y restringidos para enfrentar la individualización. Esta apreciación se fundamenta en lo siguiente. Desde Menéndez, E. (1984) pasando por Barrios, J. y Ranzola, A. (1995), hasta Falero, J. R. (2006) recomiendan modelos para concebir la planificación que se sintetizan en los siguientes elementos:

- Caracterización individual y colectiva.
- Breve reseña del ciclo anterior.
- Objetivos y tareas principales.
- Los ciclos de preparación (macros anuales y semestrales).
- Calendario de competencias principales y la dinámica de la forma deportiva.
- La dirección y tareas principales a cumplir en las etapas.
- La dinámica de los elementos principales, descanso, sesiones de entrenamiento, relación del volumen y la intensidad, relación de la preparación general y especial, etc.
- Los controles de entrenamiento.
- La dinámica del rendimiento deportivo.
- Requerimientos mínimos para alcanzar los objetivos propuestos.

En la teoría del entrenamiento deportivo se ha sistematizado la experiencia de recomendar para el funcionamiento de estos elementos, el empleo de guías y orientaciones metodológicas que facilitan la elaboración de los planes escritos y gráficos, donde el primero constituye la fundamentación teórica del segundo, y este a su vez es la representación esquemática de las acciones a realizar durante un ciclo de entrenamiento.

Teniendo en cuenta que estos mismos autores reconocen en su teoría de la planificación que existen, atendiendo a la cantidad de personas para los cuales se destina el plan, dos formas básicas de planificación, la individual y la grupal, donde la individual según sus criterios, están adaptados a los objetivos y tareas de cada uno de los deportistas, y la grupal se elabora para equipos, los elementos teóricos y metodológicos que proponen para la concepción de la planificación, son muy genéricos, pues resultan idénticos tanto para una forma como para la otra, y se tienen en cuenta en todos los deportes y en el baloncesto en particular. Esto evidencia que, en términos de planificación, aún tiene vigencia lo advertido por Menéndez, E. (1984) cuando expresó que en la esfera del deporte queda mucho por recorrer en busca del perfeccionamiento de los planes individuales. La vigencia queda demostrada en el siguiente análisis. En 1984, Menéndez, E. ofreció orientaciones específicas para la **concepción de los planes individuales**. Datos generales que identifiquen al atleta (Nombre y apellidos, escolaridad, tiempo en el deporte, edad, sexo), objetivos generales a lograr con dicho atleta, meta individual para la competencia fundamental, y conjunto de actividades a desarrollar durante el macrociclo, períodos, mesociclos, en los diferentes aspectos de la preparación del deportista.

La valoración de las obras de otros especialistas en que se aprecian estos mismos elementos (Barrios J., Ranzola, A. (1995) y Falero, J. R. (2006)) revela que se ha sistematizado este aporte de Menéndez, E., y que hasta la fecha no ha sido objeto de ese perfeccionamiento que él advirtió en su tiempo.

La idea central que hemos promovido gira en torno a la necesidad de inserción de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo como parte del

proyecto de preparación del deportista durante toda la temporada. Aún cuando Morales, A. (2000) llamó la atención sobre esta necesidad, todavía no queda resuelto en la teoría y metodología del entrenamiento de los Baloncestistas, el cómo proyectar el tratamiento de la individualidad y qué elementos utilizar para este fin.

La individualización en la planificación del entrenamiento deportivo para categorías escolares en el contexto del modelo de Matveev, L. en la introducción se afirmó que las Olimpiadas de Beijing han sido las de mayor calidad en la historia de estos eventos competitivos, y que una de las características marcadas fue la presencia de deportistas muy jóvenes en casi todas las disciplinas en general. El mundo disfrutó de la presencia de jóvenes deportistas que mostraron resultados impresionantes y que se convirtieron en pruebas fehacientes de los avances experimentados por la teoría y metodología del entrenamiento deportivo. No dudamos de que los resultados de Beijing 2008, los cuales han venido a confirmar la tendencia de la disminución del promedio de edad que se auguraba desde hace varios años por los investigadores, vayan a continuar revolucionando las aportaciones científicas y tecnológicas al deporte. La realidad planteada, es que si se quiere estar en la élite en los próximos ciclos olímpicos hay que profundizar los estudios en las categorías inferiores. De hecho el contexto mundial está planteando exigencias que obligan a asumir esta tendencia, tal es el caso de la organización de las primeras Olimpiadas Juveniles para el año 2010. Tomado en consideración estas demandas, nuestro organismo INDER se ha planteado la estrategia rumbo a las próximas Olimpiadas con una visión que comprende un periodo de 16 años. De manera que el trabajo en las categorías escolares va a requerir una atención especial, y como parte de ella las aportaciones científicas en el ámbito del perfeccionamiento de los sistemas metodológicos de preparación, serán decisivas. Si Beijing, fue muestra de una marcada individualidad en los jóvenes participantes, entonces hay que pronunciarse para ver de qué forma se estudia y se hace más eficiente su proceso de atención y tratamiento. Por tal motivo, consideramos necesario encontrar alternativas que aborden la individualidad del deportista desde las categorías

escolares, para de esta forma lograr, lo que afirma Forteza, A. (1989), una perfecta estructuración del entrenamiento, que garantizaría no solo la obtención de resultados deportivos a nivel mundial, sino además aseguraría la longevidad de nuestros deportistas.

Esta es una visión que procura aprovechar las potencialidades de esta categoría de edad para iniciar el tratamiento de la individualidad desde etapas tempranas. También se suma a esta visión el criterio de Morales, A. dado en su tesis doctoral (1996) cuando expresó que el deporte escolar constituye el relevo de los equipos nacionales, es decir, es la cantera de donde se nutre a los equipos elites, por tanto, si logramos desarrollar una buena formación en los escolares, estaremos garantizando un buen relevo para el futuro, máxime en estos tiempos en que no todos los equipos nacionales cuenta con deportistas capaces de cubrir plazas en un futuro inmediato. Pero existen otros elementos dados por autores como Weineck, J. (1988), Makarenko, L. P. (1991) y Rodríguez, García, C. (2006) que a la vez que fundamentan la importancia de los estudios en las categorías escolares ponen al descubierto fenómenos que debemos prever para evitar sus daños y no crearnos falsas expectativas sobre las metodologías del entrenamiento que se emplean. En este sentido, Weineck, J. (1988) advierte en sus investigaciones un completo cambio de la existencia física y social de los escolares que produce alteración en sus intereses, lo que no deja de tener consecuencias en el plano deportivo, pues la motivación por el deporte disminuye bruscamente, a diferencia de lo que ocurría cuando estaban en categorías más pequeñas, donde ésta actividad era vital para ellos.

Resultados similares obtuvo Rodríguez García, C. en su tesis doctoral (2006) afirmando que la actitud positiva hacia el deporte no se mantiene invariable, en todos los niños, durante la etapa escolar. Los datos indican que el interés de algunos disminuye bruscamente, comienzan a cansarse de las obligaciones, tratan de faltar a clase, su aplicación disminuye, y se produce así mismo un cambio paradójico, los recursos físicos y psicológicos se perfeccionan: la atención se hace más estable y voluntaria, la percepción se agudiza, aumentan las capacidades

físicas, y sin embargo, la actitud hacia la actividad, no solo se perfecciona sino que sufre una involución.

Como ha quedado demostrado, tanto la disminución del interés hacia la práctica deportiva, como el desconocimiento de las verdaderas causas que condicionan el rendimiento, ponen en riesgo la continuidad de la carrera deportiva en los escolares. Para que esto no suceda, en una etapa deportiva que es decisiva para la vitalidad de los equipos nacionales, se requiere de estudios que profundicen en las características individuales de los escolares, sus intereses, necesidades, capacidad de rendimiento, etc. Es decir, que aborden su individualidad lo que favorecería la conducción exitosa de los baloncestistas hacia el deporte elite y a la longevidad deportiva.

A partir de la Olimpiada de Los Ángeles, EE.UU. 1988, salieron a la luz pública numerosos artículos en los que se reflejan toda una serie de particularidades de la planificación del entrenamiento deportivo que son interesantes para su consideración, esto por una parte, y por otra, toda la literatura existente de varios países entre los que encontramos a la vanguardia las extintas URSS, y las Repúblicas de Alemania (Democrática y Federal), así como Bulgaria, España, Francia, y algunas que otras obras de países de América incluyendo los EE.UU. reflejan una linealidad en el contenido estructural sobre el tema, aunque muchos se dan como autores, si la mayoría afirman la convergencia de sus planteamientos con la teoría de Matveev, L.. Indiscutiblemente, la paternidad de una teoría científica y aún válida (aunque con profundas modificaciones) sobre la estructura y planificación del entrenamiento se la debe el mundo deportivo al ruso Matveev, L. (Forteza, A. 1998).

Las concepciones de Matveev, L. fueron utilizadas durante mucho tiempo en los equipos nacionales, pero el incremento de las competencias deportivas de alto nivel, la necesidad de participar con frecuencia en ellas y mostrar un alto rendimiento, han provocado constantes modificaciones y perfeccionamiento de esta teoría, así como la aparición de nuevas propuestas. Ante tales circunstancias

los científicos exhiben justificaciones que reconocen la validez del modelo de Matveev, L. para las categorías más pequeñas.

La periodización del entrenamiento deportivo, cuando fue concebida, tenía como base resultados competitivos más bajos y de un nivel de exigencia menor que las actuales, de ahí que ésta forma de estructurar el entrenamiento se debe concebir únicamente para deportistas de nivel medio y no en deportistas de elite, que trabajan con exigencias mayores. (Verjoshanski, Y. 1990).

Morales, A. y Álvarez, M. (2000), al considerar estos estudios y precisiones exponen los beneficios de este modelo para las categorías escolares:

- a) Garantiza el cumplimiento efectivo de los objetivos de preparación longeva hasta tanto el joven no haya alcanzado el deporte elite.
- b) Permite a los novatos alcanzar un alto nivel de preparación general, creando las bases para la respuesta a las demandas del deporte de alto rendimiento.
- c) La ausencia de tantas competencias durante el periodo preparatorio permite concebir una buena preparación para los compromisos del periodo competitivo.

En este contexto es en el que se aprueba la aplicación del Modelo de Matveev, L. en el proceso de planificación del entrenamiento para categorías escolares. El reto ahora consiste en perfeccionarlo a partir del aporte de elementos, relaciones y requerimientos que lo hagan más eficiente desde el punto de vista de tratamiento de la individualización, pues como reconoce el propio Matveev, L. (1983) en su obra, las particularidades individuales de la adaptación del organismo no han sido estudiadas lo suficiente.

Desde la perspectiva que plantea nuestra investigación se asume que la individualización no es abordada en el contexto de su modelo, en el sentido de que no se expresa como proyección, no se deriva a la unidad de entrenamiento, ni se aportan los elementos teóricos y metodológicos para lograrlo, lo que hace el cumplimiento del principio de la individualización el más vulnerable.

ESTRATEGIA DEL BALONCESTO CUBANO PARA EL CICLO DEPORTIVO 2008 – 2012.

MISION: Priorizaremos y fortaleceremos a través de los programas conjuntos con las escuelas deportivas, el trabajo de formación integral de nuestros baloncestistas, entrenadores, dirigentes y árbitros, siendo este aspecto de valores y compromisos con la Revolución la primera condición para representar a la Patria en todo el proceso competitivo de nuestro deporte y ejemplo para las futuras generaciones en nuestros torneos nacionales.

VISIÓN: Seguiremos elevando el nivel del espectáculo del deporte en todos los niveles y categorías, como actividad sana que involucre desde la escuela a todos los niños y jóvenes como parte de su formación integral y espíritu colectivo.

Trabajaremos por continuar siendo en el sexo femenino, una potencia Centroamericana, Panamericana y Mundial, logrando ubicarla en el nivel olímpico y en el sexo masculino por insertarnos entre los 3 primeros lugares del nivel Centroamericano.

DEBILIDADES

Formación Integral

- Insuficiente control y exigencia de la actividad docente en los niveles de selección nacional masculina producto de la Liga Superior.
- Vulnerabilidad con la deserción que exige un mayor rigor y profundidad en el trabajo político ideológico de todo nuestro personal directivo.

Programación

- No planificación de Torneos de larga duración desde el nivel de escuela hasta finales provinciales en la mayoría de la provincias.
- La interpretación a nivel municipal y provincial de la efectividad en la participación nacional.

Alto Rendimiento

- Sistema de Torneos de larga duración para la EIDE y ESPA.
- La integración de los atletas de la EIDE y ESPA a sus municipios en las competencias provinciales.
- La búsqueda de talentos permanente, deficiente en la mayoría de las provincias.
- El completamiento de la matrícula en categorías y sexos deficiente en varias provincias.
- La no inclusión de los equipos juveniles en las competencias internacionales desde el 2000.

AMENAZAS

- La preparación metodológica con los nuevos profesores emergentes a nivel de municipio.
- En el nivel nacional la no participación en Torneos Internacionales calendariados en las categorías juvenil resulta una amenaza para los resultados de mayores a largo plazo.
- La ausencia de las competencias de base en la categorías escolares y juveniles a corto y largo plazo.
- Insuficiente preparación competitiva previa a eventos fundamentales.
- Insuficiente calidad de los balones para la enseñanza y la practica en la base y la EIDE y ESPA
- Dificultad a pesar de los esfuerzos del organismo por rescatar instalaciones, aros y tableros a nivel de escuelas y escuelas comunitarias.
- Falta de competencia nacional de larga duración del baloncesto femenino.
- Afectaciones por instalación para el entrenamiento de las selecciones juveniles en ESFAR Giraldo Córdova Cardin
- Estado actual de la instalación ESFA Cerro Pelado. (Techo, Tabloncillo, Gimnasio de Fuerza)

FORTALEZA

- Nuestra mayor fortaleza es que nuestros atletas defienden ideales, sentimientos y valores de su pueblo que se enorgullece de sus triunfos y

disfruta de sus actuaciones. Ellos son capaces de hacer esfuerzos gigantes en los eventos nacionales e internacionales, sin preocuparse por beneficio personal alguno.

- El Baloncesto como parte del programa de clases de todos los centros primarios del país.
- La posibilidad de efectuar todos los plenos a diferentes niveles que permitan la valoración colectiva de los problemas y sus formas de solucionarlo.
- La nueva estructura de la Comisión Nacional y la forma organizativa y unida de interactuar con las provincias y las bases.
- Contar con escuelas que poseen las condiciones óptimas para la práctica del deporte a niveles provinciales y nacionales.
- El nivel alcanzado por la selección femenina a nivel panamericano y en el ranking mundial.
- El apoyo incondicional del organismo para el desarrollo de eventos de larga duración de mayores convirtiendo el baloncesto en unos de los primeros espectáculos deportivos del país
- Contar con 5 Doctores en la Especialidad vinculados a la Comisión Técnica del deporte.
- Contar en la Comisión Nacional con Ruperto Herrera como presidente de la CONCENCABA

OPORTUNIDADES

- La TNA y LSB permitirán elevar el nivel de la selección masculina a los planos estelares centroamericanos y su participación panamericana en el cuatrienio.
- Las alianzas estratégicas permitirán elevar la calidad de los procesos pedagógicos y competitivos así como de informática y salud de nuestros atletas.
- El incremento de Torneos de larga duración nacional y provincial permite la formación y categorización de nuevos árbitros y jueces así como la superación de los ya existentes.

- El desarrollo a través de la especialidad de la formación de Master de Baloncesto que ya se abrió en 3 provincias del país y fueron aprobados 12 por vía directa que ya están vinculados a la formación de nuestros especialistas.
- contar con el programa de preparación del deportista para todos los niveles de enseñanza y entrenamiento del baloncesto.
- Lograr en el comienzo del cuatrienio toda la matrícula del baloncesto en la ESFA Cerro Pelado por contar con la instalación adecuada y una mejor utilización de los colectivos de trabajo.
- La introducción de nuevas bibliografías y videos de enseñanza así como la participación de técnicos extranjeros destacados en Clínicas en nuestro país.

OBJETIVOS ESTRATEGICOS PARA EL CICLO 2009 / 2012.

PREPARACION OLIMPICA

- Lograr niveles de preparación integrales óptimos, que permitan a la selección femenina estar en Londres y alcanzar un lugar decoroso, que contribuya a las aspiraciones de la delegación cubana.
- Elevar la formación integral de entrenadores y árbitros que contribuyan a la formación de valores y capacidad técnica y táctica de nuestros atletas.
- Continuar elevando el baloncesto masculino como espectáculo a nivel nacional, creando la base estratégica para futuros logros internacionales.

RESERVA DEPORTIVA

- Incrementar los niveles de formación integral de entrenadores y atletas en el sistema de enseñanza deportiva, sobre la base de las nuevas tendencias en lo educacional e ideológico, para enfrentar los retos de los ciclos olímpicos 2012/2016.

SISTEMA COMPETITIVO

- Elevar la calidad y eficiencia en la organización deportiva para lograr que la participación en las competencias municipales y provinciales sea sistemática en todas las categorías y sexos desde la escuela hasta las finales.

- Seguir perfeccionando nuestro TNA y LSB, a niveles superiores como espectáculo nacional.

SUPERACIÓN

- Elevar la calidad en el trabajo metodológico que se revierte en el resultado y en la formación de nuestros atletas.

Incrementar el número de especialistas a través de los cursos de maestría y el trabajo sistemático de superación con profesores habilitados de todo el país.

ALIANZAS ESTRATÉGICAS.

CINID

- Controlar los datos estadísticos en todos los eventos nacionales e internacionales efectuados en Cuba.
- Contribuir de manera activa en la superación de los entrenadores con materiales específicos que se encuentren en los sitios de Internet.
- Trabajar en el proceso de instrumentación y control de la automatización de diferentes resultados del deporte.
- Contribución con el estudio de los contrarios de un programa de chequeo y de almacenamiento de datos de atletas y equipos rivales.

UCCFD

- Determinar el banco de problemas de la provincia y darlo a conocer cuanto antes a la Comisión Nacional, trabajando sobre ellos en los diferentes cursos de superación. Pueden solicitar para su ayuda a determinado ponente especialista para abordar algún problema, incluso pueden ser temas para abordar en maestrías, doctorados, trabajos de diplomas, diplomados u otras vías investigativas.
- Elaborar un programa o guía para el control y desarrollo de las reuniones metodológicas y de superación en las cátedras de las EIDE, ESFAAR, Cerro Pelado y Academias.
- Durante la celebración de las competencias nacionales (según la designación de la sede) los metodólogos responsables de superación en las provincias coordinaran con los representantes de la Comisión Nacional,

la organización para efectuar la superación correspondiente y brindar las facilidades al ponente previamente designado.

- Incluir en el cumplimiento de las acciones del próximo ciclo olímpico, a los catedráticos de las diferentes Facultades de Cultura Física y al Centro Rector del ISCF Manuel Fajardo como pilar fundamental en las diferentes vías de superación.
- La responsabilidad junto a la Comisión Nacional de los cursos de especialistas (martes) y la formación de profesores emergentes.
- Preparación Metodológica de los profesores emergentes.
- Preparación Metodológica de los entrenadores nacionales y juveniles (2 veces al mes)

PRENSA Y PROPAGANDA

- Divulgación permanente de nuestros eventos nacionales e internacionales (TV, Radio Rebelde, Radio Coco y emisoras provinciales)
- Alianza con Radio Surco en el control y la divulgación de todas las estadísticas desde 1993 hasta a fecha de TNA y LSB.
- Programas televisivos de clases metodológicos del baloncesto para jóvenes entrenadores con Tele Rebelde.
- Información del accionar del baloncesto a través del Periódico Jit de nuestro organismo.

2.2 Metodología:

2.2.1 Selección de sujetos:

1ra población, compuesta por los cuatro equipos escolares de baloncesto de ambos sexos para un total de (48) jugadores.

2da población, conformada por los entrenadores de dichos equipos y metodólogos para un total de (9).

2.2.2 Métodos y procedimientos:

Métodos y/o técnicas.

- **Histórico-lógico**

Se vinculó a la construcción del marco teórico de la investigación, lo que permitió realizar un estudio en torno a los conceptos y teorías existentes en relación con la planificación y la individualización. De esta forma, al conocer la lógica interna del desarrollo de la individualización en el proceso de planificación del entrenamiento y sus diferentes alternativas, se pudo justificar el problema y fundamentar el modelo propuesto.

- **Analítico-sintético**

Se empleó en la descomposición del proceso de individualización en los principales elementos que lo conforman para determinar sus particularidades, y mediante la síntesis, integrarlos para descubrir sus relaciones y características generales.

- **Inductivo-deductivo**

Permitió la combinación del movimiento de lo particular a lo general (inductivo), lo que posibilitó el establecimiento de generalizaciones con el movimiento de lo general a lo particular (deducción). Así, desde la concepción teórica general se determinaron los fundamentos teóricos y metodológicos que caracterizan la contextualización de la propuesta. En este sentido, el diagnóstico del estado actual de la individualización aportó el marco inductivo que sustenta el modelo desde las evidencias empíricas.

- **Matemático-estadístico**

Este permitió el procesamiento de la información obtenida por otros métodos y técnicas. De él se utilizó la distribución empírica de frecuencia y sus correspondientes distribuciones porcentuales para el procesamiento de los datos registrados en encuestas, entrevistas, observación y criterio de expertos.

- **Revisión documental**

Se empleó con el objetivo de conocer la información en torno a las exigencias y orientaciones metodológicas de los documentos oficiales que tratan a la individualización en la planificación actual del entrenamiento deportivo. Los documentos fueron revisados mediante la aplicación de la técnica de análisis de contenido planteada por Vázquez, F. (1997) y Alfonso, M. R. (2006) que consiste en la lectura global del texto, lectura analítica y selección de las categorías de análisis e interpretación. Estas categorías fueron:

- Concepción acerca de la individualización.
- Tratamiento de la individualización.
- Procedimientos que abordan.

- **Encuesta**

Fue aplicada a los profesores con el objetivo de precisar las informaciones acerca del conocimiento, procedimientos metodológicos y demandas en la superación respecto al tema, de manera que pudieran emplearse como pautas para el diseño del modelo. Ver anexo 4.

- **Entrevista semiestandarizada**

Fue aplicada al comisionado con el objetivo de valorar el tratamiento de la individualización y necesidades de su perfeccionamiento en la planificación del entrenamiento deportivo en nadadores escolares, así como las demandas en la superación respecto al tema. Ver anexo 5.

- **Observación científica**

Se empleó con el objetivo de percibir, en el escenario natural, el tratamiento y los procedimientos que se emplean para la individualización en la unidad de entrenamiento, como espacio principal en el que tiene lugar el cumplimiento de la

planificación del macrociclo. En la guía de observación, ver anexo 6, fueron constatado aspectos tales como:

- Formulación de los objetivos en función de la individualización.
- Formación de los grupos en función de la individualización.
- Organización del entrenamiento.
- Cumplimiento de tareas individuales

Las observaciones realizadas fueron del tipo estructurada, no participante, abierta, de campo y sistemática. Los datos obtenidos fueron contrastados por protocolos establecidos al efecto, ver anexo 7 y 8. El método se aplicó teniendo en cuenta sus características de generalidad, sistematicidad y objetividad. Se realizaron en total 15 observaciones en distintas etapas de la preparación de los nadadores en la unidad de entrenamiento.

- **Sondeo de opinión**

Este fue aplicado a los deportistas integrantes de los equipos de baloncesto escolar de la provincia con la intención de conocer su opinión acerca de las posibilidades que le brinda la individualización para su desarrollo como baloncestista. Ver anexo 10

- **Triangulación metodológica.**

Permitió, una vez realizados los análisis de los métodos y/o técnicas de manera independiente y desde diferentes ángulos, contrastar los datos y establecer tendencias en relación con el conocimiento acerca de la individualización, así como su tratamiento en baloncestistas escolares.

2.3 Técnicas para el procesamiento de la Información

Procesamiento de la información.

Los resultados de la aplicación de los diferentes métodos y/o técnicas de investigación empleados se procesaron tras la combinación de procedimientos cuantitativos y cualitativos, teniendo en cuenta los que son de índole textual y cuántico. En dependencia de estas características se elaboraron categorías de análisis de contenido y se emplearon las distribuciones empíricas de frecuencia.

2.4 Análisis e interpretación de los resultados

Constatación del estado actual de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la EIDE provincial de Villa Clara.

La constatación del estado actual constituyó el objetivo general de nuestra investigación. En los momentos actuales del desarrollo de la ciencia, un paso importante para concebir nuevas alternativas metodológicas lo constituye el análisis crítico de lo anteriormente existente, porque es precisamente esta información la que nos aporta sus principales debilidades o potencialidades. Por tal motivo, se considera necesario constatar el estado actual de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en baloncestistas escolares.

Para ello se emplearon los criterios de agrupación en dos planos de análisis:

1. Proyección oficial asumida con relación a la individualización.
2. Proyecciones de los actores principales del proceso: profesores y directivos.

Proyección oficial asumida con relación a la individualización.

Dentro de este plano se utilizó la revisión documental como vía para la obtención de las informaciones al respecto. Fueron revisados los documentos siguientes: Indicaciones del Presidente del INDER; lineamientos de trabajo a nivel nacional y provincial; Programa de Preparación del Deportista; planes de entrenamiento y los protocolos de control y chequeo de la preparación.

Indicaciones del Presidente del INDER

En este documento se recogen los aspectos esenciales en los que hay que trabajar y se implementarán en los diferentes programas, objetivos, criterios de medidas y tareas que se desarrollen. En tal sentido, una de las prioridades que se destacan en las indicaciones se inclina hacia el “logro del carácter individualizado de la influencia educativa”. Sin embargo, aún arrastramos la insuficiencia en cuanto a la no declaración de las vías y formas para abordar la individualización

desde una perspectiva planificada y que tenga la clase de entrenamiento como escenario principal para su materialización.

Lineamientos de trabajo a nivel nacional y provincial

En esta dirección del perfeccionamiento de las alternativas para la individualización se han elaborado lineamientos de trabajo a nivel nacional y provincial. En varios documentos metodológicos aparecen las guías para la confección del plan individual, los cuales norman que:

- El plan individual debe estar iniciando con los datos generales que identifican al deportista, nombres y apellidos, escolaridad, tiempo de la práctica deportiva, edad y los objetivos a alcanzar.
- El plan individual debe estar confeccionado de forma tal que contemplen el estudio cultural de los deportistas así como sus períodos de exámenes.
- Este programa de entrenamiento debe contener, desarrollado individualmente, el conjunto de actividades a ejecutar durante los períodos y ciclos en las distintas preparaciones técnicas, tácticas, físicas, psicológicas y teóricas. Es necesario que la preparación física se dosifique por capacidades motrices y combinaciones de estas (resistencia de la fuerza, fuerza rápida, etc.)

Estas orientaciones, a nuestro modo de ver, reflejan los aspectos relacionados con la forma, es decir, el parámetro externo de la individualización. Pero, aún no cubren las necesidades de los profesores y deportistas, ya que los aspectos que se abordan son los mismos que debe contemplar el profesor durante su planificación general. Por tanto, no permiten percibir la diferencia entre ambas concepciones de entrenamiento.

Puede considerarse que ya esta etapa relacionada con la parte formal de la planificación individual los profesores la han trascendido, por lo que permanece insuficiente el conocimiento acerca de qué elementos y procedimientos emplear en la concepción de la individualización, más aún conociendo de antemano, que para los profesores de baloncesto, hoy día, es muy difícil dirigir un entrenamiento en las categorías escolares por la cantidad de jugadores, el poco tiempo disponible así como el déficit de medios.

Programa de Preparación del Deportista.

El Programa de Preparación del Deportista, como bien se afirma en el documento, es un instrumento de trabajo de profesores y funcionarios del baloncesto en todo el país. Actualmente existe una nueva versión (2007) reelaborada a partir de la revisión crítica de todo su contenido, en el cual han participado representantes de la Comisión Nacional de Baloncesto, sección de baloncesto de la UCCFD “Manuel Fajardo” y todas sus facultades provinciales.

Resulta imprescindible para alcanzar la maestría deportiva, enrumbar el trabajo de los deportistas a través de un orden lógico y sistemático durante la preparación, la que desarrolla bajo los principios del entrenamiento deportivo acorde a las diferentes edades y categorías adecuando en los momentos precisos el programa de enseñanza, las orientaciones del programa de preparación del deportista se basan en los criterios de diferentes especialistas nacionales e internacionales en disciplinas que influyen en la formación de los componentes de la preparación deportiva. Estas orientaciones constituyen una guía de trabajo la cual no impide flexibilizar las tareas a realizar por parte de los entrenadores siempre velando por no violar los principios del proceso enseñanza – aprendizaje.

Los entrenadores para conducir la formación integral de los deportistas, deben poseer un nivel académico adecuado para la interpretación de las orientaciones metodológicas enunciadas en el presente documento, convocando así a los que no lo posean a incorporarse a la superación en aras de alcanzar un rendimiento deportivo bajo bases científicas metodológicas, el programa recoge los documentos del entrenador, el plan gráfico de entrenamiento así como la organización semanal del contenido, la preparación técnico- táctica física teórica y psicológica, las pruebas a realizar con su correspondiente procedimiento metodológico para su aplicación y las orientaciones metodológicas todo esto a partir de las edades de 7,8 y 9,10 años hasta la categoría juvenil y solamente dentro de las orientaciones metodológicas se orienta en todas las categorías e instituciones, dedicar diariamente un valor de tiempo (30 minutos) para trabajo individual para fundamentos técnicos ofensivos y defensivos.

Planes de entrenamiento

Los planes de entrenamientos constituyen parte de los documentos oficiales que organizan la actividad del profesor deportivo. En ellos se concibe la planificación del entrenamiento deportivo, a partir de la distribución del trabajo dirigido a cada componente de la preparación y en función de las diferentes etapas. En los planes de entrenamiento se observa como una fortaleza, desde el punto de vista de la individualización, el hecho de que las tareas encaminadas al desarrollo de la fuerza, se plantean a partir de las marcas personales obtenidas en los test iniciales. Esto representa un aspecto básico para la individualización en los baloncestistas escolares. Sin embargo, por una parte, no en todos los planes se aprecia ni se inserta la proyección general en el macrociclo de preparación, y por otra parte, no se le da tratamiento a otros aspectos que pudieran determinar el éxito de la individualización, como por ejemplo, su temporalización, grado de independencia y la dirección.

Protocolos de control y chequeo de la preparación

Los protocolos como documentos que utiliza la Sección Técnica Metodológica del INDER surgen en el contexto de la necesidad de controlar y chequear de manera sistemática el estado de la preparación de los baloncestistas. En ellos se materializa la idea de que no basta solo con entrenar y entrenar, sino que también es importante y determinante controlar el efecto de estos procesos. Por tal motivo, el control se convierte en una fuente de retroalimentación del proceso de preparación, la cual permite dirigir con éxito el cumplimiento de los objetivos trazados.

Los actuales controles abarcan únicamente la información acerca del cumplimiento de la carga planificada y el estado que alcanza el deportista durante la etapa de la preparación. Para ello se valen de la relación carga planificada y carga real, así como de la aplicación de diferentes pruebas, entendiéndose físicas, técnicas, pedagógicas, psicológicas y médicas. El discurso general que prima en la discusión del acto del chequeo y control de la preparación no aborda los aspectos relacionados con la concepción y tratamiento de la individualización. Se

habla en todo momento de un estado general de los deportistas como resultado de la atención general que se ofrece mediante la planificación del entrenamiento.

Proyecciones de los actores principales del proceso: profesores y directivos.

En este plano se aplicó **la encuesta para la recogida de la información**. Esta técnica fue aplicada a los profesores (8) de la EIDE que entrenan a los baloncestistas escolares, con el objetivo de precisar las informaciones acerca del conocimiento, procedimientos metodológicos y demandas en la superación respecto al tema, de manera que pudieran emplearse como pautas para determinar el estado actual del tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo. Ver anexo 4.

Para una reflexión más profunda esta fue analizada en dos partes, la primera agrupa las preguntas que informan sobre las orientaciones metodológicas (preguntas 4, 5, 6, y 7), la segunda parte se refiere a las nociones que sobre la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo debe dominar el profesor (preguntas 1, 2, 3, 8, 9 y 10).

En cuanto a las orientaciones metodológicas, se apreció que existía exigencia hacia la obligatoriedad en el uso de este tipo de entrenamiento en los equipos deportivos (100%). Exigencias que provenían de diferentes instancias, los profesores reconocían el empeño y actuación, en primer lugar, de la sección técnica metodológica de la provincia, jefes de grupo, metodólogos y jefes de cátedras. Quiere decir, que en todos los directivos, existía preocupación por la temática; de igual manera se apreció que en la práctica que existía correspondencia entre las exigencias y las orientaciones recibidas, pues prácticamente el (100%) de los profesores expresaron que recibían orientaciones precisas, pero las orientaciones que se brindaban no resolvían en gran medida el problema de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo (37%).

De esta forma se observó la necesidad de hacer corresponder las exigencias de los directivos con la preparación de las orientaciones y aportes de ésta en la solución a la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo.

Por su parte, las preguntas relacionadas con las nociones de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo reflejaron los siguientes resultados. Al definir la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo, los profesores tuvieron en cuenta para quienes se elabora este tipo de planificación, el tiempo que dura, el nivel de independencia y la dirección. El mayor grupo de profesores (62%) coincidió en que este plan es para determinados deportistas y con vista a erradicar las dificultades. Este criterio da una idea en torno a la exclusión o privatización de la individualización, pues el profesor debe prestar atención a todos los alumnos, de manera que cada uno reciba lo que verdaderamente merece. También la idea es un reflejo de la aplicación en los entrenamientos de una pedagogía “clínica”, que se refiere al trabajo único y exclusivamente sobre las dificultades, obviando el rol determinante de las fortalezas en el rendimiento deportivo.

Otro de los criterios que se maneja es que este tipo de entrenamiento debe realizarse para cada deportista en particular. A nuestro modo de ver, la idea no debe ser compartida porque en el baloncesto por sus características de juego colectivo existe la posibilidad de la individualización grupal que representa una forma eficiente y eficaz en el logro de altos rendimientos. Es muy acertada la idea de los profesores en cuanto a que la individualización en la planificación debe estar en correspondencia con las características del deporte y de cada atleta.

Los beneficios y posibilidades que brinda la individualización en la planificación están bien determinados en la experiencia práctica, de ahí que el 87% de los profesores expresan su interés por el tipo de concepción del entrenamiento y valoran altamente su importancia (100%), el cual se fundamenta, según ellos, en que permite un trabajo más eficiente y directo y que constituye la base del desarrollo individual y colectivo del deportista.

Al analizar en un sentido más estrecho los conocimientos que poseían los profesores acerca de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo, se apreció que la mayoría plantea que si conocían cada uno de los aspectos que lo caracteriza, pero la fundamentación que acompaña su criterio es contradictoria, ya que no coincide con las principales teorías que sobre la temática se plantean. Se observó que ellos definen como factores las características o necesidades de los deportistas, pero sin hacer explícito cuáles específicamente. En cuanto a cómo confeccionar el plan, manejaron la idea de que el trabajo es solo para las cualidades físicas y a partir del resultado de los test, como si estos fueran los únicos parámetros o procedimientos de control determinantes para el rendimiento.

Los profesores poseen el criterio de que la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo es un plan para cada deportista (75%). Es necesario agregar al análisis que esta manera de pensar converge con las orientaciones metodológicas que exige un expediente para cada deportista. Por último, no insertan en el plan de entrenamiento la individualización, expresan que esta no constituye parte orgánica del mismo y que se hace de forma aislada e independiente y de acuerdo al conocimiento que poseen del baloncestista y de sus necesidades.

En la **entrevista semiestandarizada** aplicada al comisionado, ver anexo 5, se constató que existe la necesidad de profundizar en el conocimiento sobre las teorías que respaldan este tipo de planificación, de manera que se pueda concebir una individualización más racional. El comisionado reconoce que es aún insuficiente el conocimiento que posee la familia del baloncesto respecto al tema, lo cual limita su tratamiento en la práctica. En las respuestas sobre el conocimiento que posee sobre la individualización, este contestó en los deportes colectivos la planificación de la individualización es importante porque llega a los límites de la exactitud de la dosificación de las cargas y podemos conseguir mejores índices de rendimientos en los atletas, en el baloncesto existe la individualización por posiciones de juego y se trabaja con ejercicios específicos para estas posiciones y

también existe el trabajo personalizado en las mismas posiciones que no es más que las necesidades de cada atleta para su desarrollo. Acerca de los procedimientos empleados para el tratamiento del tema, desde su planificación hasta su materialización en la unidad de entrenamiento afirmó, se adolece en el país y en Villa Clara como parte de él, del trabajo individualizado el término se domina y se conoce su importancia pero el trabajo como tal no está concientizado, además que no se cuentan con los implementos ni con el tiempo necesario para realizarlo, y en baloncesto en particular se hace muy difícil el control de este trabajo son demasiados atletas para solo dos entrenadores. No obstante la insistencia por parte de los directivos en cuanto al destaque de la importancia y necesidad de concebir la individualización de forma planificada, se percibe aún la tendencia a mantener la espontaneidad en los elementos y procedimientos pedagógicos. El comisionado considera que es necesario incluir el tema de la individualización en los programas de superación de los profesores por la importancia de este tipo de entrenamiento, aunque es del criterio de que los profesores necesitan saber primero las cuestiones más técnicas del deporte por ejemplo como enseñar los elementos técnicos la dirección de equipo y después todas estas cuestiones de la planificación y el trabajo individual y personalizado que no dejan de ser importantes. En cuanto a las vías empleadas para el tratamiento del tema en correspondencia con las necesidades de superación de los profesores, se apreció que la forma más utilizada fue a partir de la preparación metodológica organizada por los directivos del deporte, se constata en las respuestas que el tema no ha constituido un contenido de superación, sin embargo, se ha profundizado en el tratamiento de otros principios, especialmente, los vinculados a la dinámica de las cargas. Se es del criterio que el abordaje de estos aspectos desde un punto de vista, profundamente fisiológico, haya provocado el olvido de este tema, que en correspondencia con la formación de los profesores, es en primer lugar, de corte pedagógico. Estas proyecciones son, en parte, las que han actuado como otra de las causas del insuficiente conocimiento y tratamiento de la individualización en el baloncesto escolar.

También en el diagnóstico del estado actual de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en baloncestistas escolares, se realizaron **observaciones en el escenario natural**, fueron visitadas quince (12) unidades de entrenamiento en diferentes etapas de la preparación, espacio principal donde tiene lugar el cumplimiento de la planificación. Ver guía de observación en anexo 6 y protocolo de registro de la información en anexo 7. En las unidades de entrenamiento observadas, en cuanto a la formulación de los objetivos en función de la individualización, ver anexo 8, se observó que en el 100% de las unidades observadas, que los objetivos no se formulaban en función de la individualización, los mismos iban dirigidos al desarrollo de capacidades específicas en dependencia de la etapa de preparación. Se evidenció de manera general dominio por parte de los profesores sobre los objetivos de la clase y la manera en que pretendían darle cumplimiento (60%), pero se reafirma la idea de que es insuficiente el conocimiento para exponer con claridad el enfoque individual desde los objetivos. Es sabido, que los objetivos tienen un carácter universal, es decir, siguiendo el principio de la universalización estos son comunes, pero la manera de abordarlos debe ser diferente. Por tal motivo, hay que promover desde el objetivo la visión y la posibilidad de acceder a su cumplimiento de forma individual. Al no existir metas que orienten el cumplimiento del objetivo en función de las capacidades relevantes del deporte, esto entorpece el desarrollo del rendimiento individual.

En la formación de los grupos en función de la individualización, que debe apreciarse como la vía para dar cumplimiento a los objetivos, se observó que el (100%) de los profesores realizaron las divisiones del grupo teniendo en cuenta las posiciones de juego (defensas, aleros y centros). No se emplean otros criterios para formar grupos en función de atender otros tipos de individualidades como es el caso del nivel de desarrollo alcanzado en la manifestación de las capacidades y habilidades relevantes para el deporte. Al organizar el entrenamiento solo posiciones, se está concibiendo solo un primer paso de la individualización, y se obvia que entre los deportistas que conforman el grupo exista diferencia en los aspectos que promueven el rendimiento. El nivel de independencia con que se

trabaja es (100%) nula, los alumnos son dirigidos y controlados todo el tiempo por los profesores, lo cual no favorece el autoaprendizaje, ni el autoperfeccionamiento, características importantes a lograr para el alto rendimiento. En cuanto a la organización del entrenamiento, se observó en un (30%) de las unidades de entrenamiento, la tendencia a emplear el entrenamiento adicional, que sin duda, es una forma de concebir la individualización, pero que debe continuar sustituyéndose por el tratamiento en la propia unidad, que es donde tienen lugar las tareas fundamentales de la preparación. En la realización de las tareas, en un 80%, se apreció la reafirmación de que el trabajo se dirige básicamente, sobre las debilidades del deportista, y este hecho primó a lo largo del ciclo de preparación, abarcando las etapas competitivas. Esto conlleva un descuido en la potenciación de las fortalezas que determinan el éxito de un baloncestista. Por tanto, existió pobreza en el dominio y trabajo sobre las fortalezas de los baloncestistas y su manejo fue insuficiente con solo el 20%. En cuanto al cumplimiento de las tareas individuales En este sentido, se observó que el cumplimiento de las tareas, mayoritariamente, fue a partir de la variación del volumen de trabajo, no tanto así en los ejercicios, la intensidad y el descanso.

Resultados del sondeo de opiniones aplicado a los baloncestistas escolares, estos manifiestan cuatro criterios fundamentales:

- 1- Entrenamientos más motivados.
- 2- Con este tipo de trabajo se corrigen errores y dificultades.
- 3- Posibilita un mejor rendimiento deportivo.
- 4- Existe una mayor rivalidad.

Con el fin de recoger los datos desde diferentes ángulos, para contrastarlos e interpretarlos, se aplicó la **triangulación metodológica**, por su capacidad de brindar credibilidad y neutralidad. En el trabajo fue utilizada para contrastar las opiniones emitidas por los encuestados, los entrevistados y la observación, para confrontar los datos obtenidos y de esta manera obtener la información

coincidente sobre las principales insuficiencias que se presentan en el tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara.

Después de los resultados obtenidos en el análisis de la triangulación hemos arribado a las siguientes conclusiones:

III. CONCLUSIONES

1- Existen dificultades con el tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en los baloncestistas escolares de ambos sexos de la provincia de Villa Clara por falta de correspondencia entre las exigencias planteadas por los directivos del deporte y las orientaciones recibidas al respecto, estas en gran medida no resuelven los problemas.

2- Los entrenadores dominan la importancia, beneficios y posibilidades que proporcionan a los deportistas la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo, pero se le dificulta plasmarlo gráficamente y ejecutarlo en la práctica y persistirán las lagunas en el conocimiento ya que el tema no está insertado en los programas, ni constituye una necesidad de superación.

3- Predominan dentro de los procedimientos para llevar a cabo la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo el trabajo con deportistas específicos, los de mayores perspectivas, con vista a erradicar las dificultades, una pedagogía "clínica", se refiere al trabajo sobre las dificultades, obviando el rol determinante de las fortalezas, se maneja la idea reduccionista, del trabajo solo con Capacidades físicas a partir del resultado de los test, como si estos fueran los únicos parámetros o procedimientos de control determinantes para el rendimiento.

4- El estado actual del tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo, podemos considerarlo de pobre y deficiente, al no constituir en estos momentos una prioridad dentro de la estrategia para el desarrollo del baloncesto en la provincia.

IV. RECOMENDACIONES

1- Continuar trabajando y profundizando en el tratamiento de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo en el baloncesto escolar de nuestra provincia, teniendo en cuenta las ventajas y posibilidades que le brinda a los deportistas el trabajo con este principio, y de esta forma contribuir a mantener la tradición de los lugares cimeros alcanzado por el baloncesto Villareño.

2- Priorizar dentro de los temas de superación, el tratamiento de la individualización dentro de la planificación del proceso de entrenamiento deportivo, con los profesores y directivos del deporte de nuestra provincia con el objetivo de consolidar cada día La individualización que hoy día es una realidad y una necesidad dentro del deporte de alto rendimiento

V. BIBLIOGRAFIA

1. Absaliyev, T. M., Timakova, T. S. (1990). Aseguramiento científico de la preparación de los nadadores. Editorial FIS, Moscú.
2. Alemán, M y Gómez, L. (2001). Entrenamiento Deportivo Personalizado en la preparación física de los nadadores juveniles de la provincia de Villa Clara. Trabajo de Diploma, Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
3. Arias, M. (2000). La triangulación metodológica: sus principios, alcances y correlaciones. Consultado en <http://lone.udea.edu.co/Revista/> mar. 2000.
4. Bequet, Y. (2004) Aplicación del Entrenamiento Deportivo Personalizado en la natación en la categoría 12 años femenino de la EIDE provincial "Héctor Ruiz" de Villa Clara. Trabajo de Diploma, Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
5. Comisión Nacional de Baloncesto (2000-2004). Estrategia para el desarrollo del baloncesto ciclo Olímpico 2008 - 2012. Ciudad de la Habana.
6. De la Paz, Pedro Luís. (1993) Baloncesto. La ofensiva. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación. 175p. ilus.
7. De la Paz, Pedro Luís. (1993) Baloncesto. La Defensa. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación. 175p. ilus.
8. Dragomir V. (1975). Manual de baloncesto. Ciudad Habana. Editorial Pueblo y Educación.
9. Forteza, A y Ranzola, A. (1989) Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. Editorial Ciencias y técnicas. C. Habana.
10. Forteza, A. (1994). Entrenar para ganar. Metodología del entrenamiento deportivo. México, Editorial Olimpia.
11. Grosser, M. y col (1990) Alto rendimiento deportivo. planificación y desarrollo. Mexico, Editorial Martinez Roca.
12. Grosser, Manfred. (1990) Principios del Entrenamiento Deportivo. Barcelona, España, Ediciones Martínez. Roca S. A.
13. Matveev, L. P. (1977) Periodización del entrenamiento deportivo. Editorial Raduga, Moscú

14. Menéndez, E. (1984) Planificación, control y análisis del entrenamiento deportivo en las categorías escolares. Villa Clara, Editorial Establecimiento Abel Santamaría.
15. Morales, A. y Álvarez, M. (2000). El entrenamiento Deportivo Personalizado: Un camino hacia la victoria. Material mimeografiado. Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
16. Morales, A. (2008) La individualización en la evaluación: experiencia desde una perspectiva vigotskiana. Conferencia Especializada ofrecida en el marco II Congreso Científico del ALBA Venezuela, Abril – Mayo del 2008.
17. Navarro, F. (2003) Propuesta de planificación del entrenamiento en agua en los nadadores jóvenes. XII Clínica Internacional de la FMN y Expo Natación. Puerto de Acapulco, Guerrero 28-31 de Agosto 2003.
18. Navelo Cabello, R De M. (2004). El joven Voleibolista. Ciudad de La Habana, Editorial José Martí.
19. Nikitushkin, V. G. y Kvashuk, P. Y. (1998) Algunas conclusiones de la investigación del problema de la individualización de la preparación de los deportistas jóvenes. Teoría y Praktica FizkKultura.
20. Ozolin, N. G. (1970) Sistema contemporáneo del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana, Editorial Científico – Técnica
21. Pardo Hernández R. (2007) Baloncesto para Niños y Jóvenes. Editorial Deportes. Ciudad Deportiva. Ciudad Habana.
22. Pérez de la Cruz, Y., Martínez Álvarez, G. (2008). Estudio de las características evolutivas de las alternativas metodológicas para la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo. Trabajo de Diploma, Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
23. Programa de preparación del deportista. Baloncesto. (2007) La Habana INDER,
24. Román Suárez, I. (1997). Levantamiento de Pesa. Fuerza para todos los deportes. Mega fuerza.
25. Ruiz Aguilera, A. (1983), En Metodología de la enseñanza de la Educación Física. La Habana, MINED Tomo I.
26. Talaga, J. (1989) El entrenamiento – Fútbol. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

27. Verjoshansky, I. V. (2004) Súper Entrenamiento. España. Editorial Paidotribo
28. Vigotski, S. L. (1987) Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. La Habana, Editorial Científico- técnica.
29. Zatsiorski, V. M. (1989) Metrología deportiva. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.

VI. ANEXOS

ANEXO # 1 RELACIÓN DE LOS PROFESORES DE LA EIDE PARTICIPANTES EN LA INVESTIGACIÓN

#	Nombre y apellidos	Títulos			Cargos				Años de Exp
		Lic.	M Sc	Esp.	E	M	JG	JC	
1	Nelson Delgado Carreras	Lic.		X	X		X		43
2	Reinaldo Miranda Corrales	Lic.			X				36
3	Arsenio Rodríguez del Rey	Lic.			X				44
4	Jorge Romero Prieto	Lic.			X				30
5	Grisel Herrera Camacho	Lic.			X				14
6	Jorge Borges Rodríguez	Lic.		X	X				42
7	Armando Avalos Pomo	Lic.			X				43
8	Wilian Piñeros González	Lic.			X				32
Promedio de experiencia laboral									56.4

ANEXO # 2 DATOS DEL COMISIONADO DEL DEPORTE

1	Nombre y apellidos:	Miguel Virgilio del Río López
2	Nivel escolar :	Universitario
3	Graduado de :	Licenciado en Cultura física
4	Títulos:	Especialista
5	Se desempeña como:	Metodólogo provincial
6	Años de experiencia como deportista:	15 años
7	Años de experiencia como Entrenador:	42 años
8	Años de experiencia en la selección nacional:	14 años

Participación Internacional como entrenador:

2 Juegos olímpicos

4 Campeonatos Mundiales

2 Panamericanos

1 Campeonato liga profesional de Colombia

**ANEXO # 3 POBLACIONES Y MUESTRAS UTILIZADAS EN LA
INVESTIGACIÓN**

Población y/o muestra	Sujetos participantes	Labor que desempeñan	Total
Población	Profesores	Profesores de baloncesto	8
	Comisionado	Comisionado	1
	Deportistas	Baloncestistas de ambos sexos de la EIDE "Héctor Ruíz Pérez"	48

ANEXO # 4 METODOS Y/O TÉCNICAS EMPLEADOS EN LA INVESTIGACIÓN

ETAPAS	MÉTODOS	TÉCNICAS	POBLACIÓN o MUESTRA
Constatación del estado actual	Revisión documental		
		Encuesta	Profesores
		Entrevista semiestandarizada	Comisionado
	Observación científica		
	Triangulación metodológica		
	Matemático estadístico		
	Histórico lógico		
	Analítico-sintético		
	Inductivo-deductivo		
		Sondeos de opiniones	Deportistas

ANEXO # 5 ENCUESTA APLICADA A LOS PROFESORES

Compañeros profesores deportivos:

Me encuentro enfrascado en la ejecución de mi trabajo de diploma el cual responde al Proyecto, La individualización del entrenamiento y el desentrenamiento para garantizar la calidad de vida en los deportistas, hemos considerado que nos será de gran utilidad su colaboración teniendo en cuenta la actividad fructífera desplegada por usted y su experiencia. Esta encuesta es anónima. Muchas gracias.

Edad: _____ Sexo: _____ Nivel Escolar:

Centro de Trabajo: _____

Graduado de: _____

Años de experiencia como profesor: _____ Años de experiencia como
Deportista: _____

1. ¿Qué entiende por individualización? _____

2. ¿Le gusta llevar a cabo la individualización de forma planificada?

Mucho _____ Poco _____ Nada _____

3. ¿Qué importancia le atribuye a la individualización del entrenamiento deportivo?

Poca _____ Mucha _____ Nada _____

Fundamente: _____

_____ 4. ¿Se le exige la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo?

Siempre _____ A veces _____ Nunca _____

5. ¿Quién se lo exige?

Comisionado provincial_____ Jefe de grupo_____ Metodólogo Provincial_____

Jefe de cátedra_____ Sección técnica metodológica_____ Subdirector deportivo_____

6. ¿Ha recibido usted alguna orientación concreta sobre cómo se confecciona la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo?

Si_____ No_____

7. ¿Piensas que las orientaciones recibidas han resuelto el problema de la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo?

Si_____ No_____

¿Porqué?_____

8. ¿Conoce los factores que determinan la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo?

Si_____ No_____

a) De ser afirmativa fundamente su respuesta.

—

9. ¿Conoce como se concibe la individualización en la planificación del entrenamiento deportivo?

Si_____ No_____

a) De ser afirmativa diga que procedimientos emplea.

—

10. ¿La individualización en la planificación del entrenamiento deportivo consiste en la elaboración de un plan para cada deportista?

Si_____ No_____

ANEXO # 6 ENTREVISTA SEMIESTANDARIZADA APLICADA AL COMISIONADO.

OBJETIVO: Valorar el comportamiento de la individualización y necesidades de su perfeccionamiento en la planificación del entrenamiento deportivo en el baloncesto.

DIMENSIONES:

- Conocimiento sobre el tema de la individualización del entrenamiento deportivo.
- Procedimientos empleados para el tratamiento del tema.
- Correspondencia de la sesiones de superación con las necesidades de los profesores.
- Necesidades actuales de la superación.

ANEXO # 7 GUÍA DE OBSERVACIÓN

Objeto de observación:

Tratamiento de la individualización en la unidad de entrenamiento.

Objetivos de la observación:

Percibir el tratamiento y los procedimientos que se emplean para la individualización en la unidad de entrenamiento.

Aspectos a observar:

- Formulación de los objetivos en función de la individualización.
- La formación de los grupos en función de la individualización.
- Organización del entrenamiento.
- Cumplimiento de tareas individuales.

Cantidad de observadores: 1

Frecuencia de las observaciones:

Se aplicó 1 observación en cada etapa de la preparación 3 para cada equipo para un total de 12 unidades de entrenamiento observadas.

Tipos de observación:

Estructurada, no participante, abierta, de campo y sistemática.

ANEXO # 8 PROTOCOLO DE REGISTRO DE LA INFORMACIÓN DE LA OBSERVACIÓN

1. Formulación de los objetivos en función de la individualización.

- Formulación: Adecuada Si: ___ No: ___
- Enfoque general: Si ___, No___
- Enfoque individual: Si___, No___
- Cumplimiento: Si ___ Parcialmente ___ No ___

2. Formación de los grupos en función de la individualización.

- Formación por Posiciones: ___.
- Formación por nivel de desarrollo: ___
- Nivel de independencia con que trabaja el grupo: Nula___, Parcial___, Total___

3. Organización del entrenamiento.

- Momento en que se cumple la tarea:
Parte inicial:___, Parte principal:___, Otro momento:___
- Dirección en el tratamiento de la individualización:
Debilidades:___; Fortalezas:___; Ambas:___; Compensación:___

4. Cumplimiento de tareas individuales.

- Forma de aplicación de las cargas de entrenamiento:
 - Volumen: igual:___; Diferente: ___
 - Intensidad: Igual___; Diferente:___
 - Ejercicio: Igual___; Diferente:___
 - Descanso: Igual___; Diferente:___

Observaciones:

ANEXO # 9 (TABLA 1.) RESULTADOS DE LA INFORMACIÓN OBTENIDA EN LA OBSERVACIÓN

	INDICADORES A VALORAR	Categorías de respuestas	Porcentaje
	Formulación de los objetivos en función de la individualización.		
	<ul style="list-style-type: none"> • Formulación adecuada 	Si No	100%
	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque general 	Si No	100%
	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque individual 	Si No	100%
	<ul style="list-style-type: none"> • Cumplimiento 	Si No Parcialmente	60% 20% 20%
	Formación de los grupos en función de la individualización		
	<ul style="list-style-type: none"> • Formación por Posiciones 		100%
	<ul style="list-style-type: none"> • Formación por nivel de desarrollo 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel de independencia con que trabaja el grupo 	Nula Parcial Total	100%
	Organización del entrenamiento		
	<ul style="list-style-type: none"> • Momento en que se cumple la tarea: 	Parte inicial Parte principal Otro momento	70% 30%
	<ul style="list-style-type: none"> • Dirección en el tratamiento de la individualización 	Debilidades Fortalezas Ambas Compensación	80% 20%
	Cumplimiento de tareas individuales.		

	Forma de aplicación de las cargas de entrenamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio • Volumen • Intensidad • Descanso 	Igual Diferente Igual Diferente Igual Diferente Igual Diferente	100% 100% 100% 100%
--	--	--	--------------------------------------

**ANEXO # 10 SONDEO DE OPINION APLICADO A LOS BALONCESTISTAS DE
AMBOS SEXOS DE LA EIDE**

Sondeo de opinión para deportistas:

Estimado Baloncestista:

Necesitamos conocer su opinión acerca de las posibilidades que le brinda la individualización para su desarrollo como baloncestista.