



**UNIVERSIDAD CENTRAL "MARTA ABREU" DE LAS VILLAS**  
**VERITATE SOLA NOBIS IMPONETUR VIRILISTOGA. 1948**

**Facultad de Cultura Física**

## **Trabajo de Diploma**

**Título: Actividades para el desarrollo de la cohesión grupal en el equipo de Polo Acuático juvenil masculino de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara.**

**Autor: Raidel Faunde Mondeja**

**Tutores: Dra. C. Ángela González Padrón**

**MSc. Pedro Luís Velasco Gómez**

**Santa Clara 2016**

## **Dedicatoria**

**A mi Dios y Señor Jesucristo por su gracia y su fidelidad porque me sostiene cada día, a Él sea la gloria.**

**A mi madre querida por sus desvelos constantes y su amor incondicional.**

**A toda mi familia y sobre todo a mis Abuelos y mi hermano por su apoyo.**

**A mi novia por su cariño y confianza.**

**A todos los que quieren que el Polo Acuático florezca nuevamente en Cuba.**

**Al equipo de Polo Acuático juvenil de Villa Clara porque son el motivo de esta investigación y nos hemos convertido en una familia.**

## **Agradecimientos**

**A mi Dios por darme fuerza y valentía para no temer a gigantes.**

**A mi familia por su apoyo constante, preocupación y amor.**

**A mi Tutora Angelita porque me dio el privilegio de formar parte de su proyecto y profundizar acerca de la importancia de la preparación psicológica en el entrenamiento deportivo.**

**A Pedro Luís por su apoyo en esta etapa final de la carrera.**

**A Miquel Ferrer y Sheila Gómez por tomar con seriedad esta investigación y aportar sus ideas.**

**A todos los profesores que contribuyeron a mi formación profesional, sobre todo a Sixta Marta, ejemplo de pedagoga.**

**A mi amigos de la Universidad que compartimos grandísimas experiencias**

## **Resumen**

El trabajo aborda la cohesión grupal como parte de la preparación psicológica de los polistas masculinos juveniles, la cual constituye una demanda tecnológica del Polo Acuático en Villa Clara en el periodo 2014-2015, que se mantiene en el presente año. El equipo presentó dificultades en la cohesión grupal dadas en barreras comunicativas y un pobre clima sociopsicológico entre los polistas. Se parte del problema científico ¿cómo desarrollar la cohesión grupal en este equipo?, se plantea como objetivo proponer actividades para el desarrollo de la cohesión grupal en el equipo juvenil de Polo Acuático de la EIDE Héctor Ruiz Pérez en Villa Clara. Se emplean métodos teóricos como el analítico sintético, inductivo deductivo, modelación, de los empíricos el análisis documental, observación, entrevista, encuesta, test psicológicos: metódica del clima socio psicológico, test socio métrico y test de integración grupal, además se usa la estadística dada en la distribución empírica de frecuencias y el paquete SPSS. Se concluye que las actividades propuestas para el desarrollo de la cohesión grupal son adecuadas según criterio de especialistas y con la aplicación de estas se favorece el tratamiento de la comunicación y del clima sociopsicológico en el equipo por parte de los entrenadores, contribuyendo así a la cohesión grupal.

## Summary

This work deals with the team cohesion as a part of the youth water polo men psychological preparation which is a technological demand of the Water Polo in Villa Clara during the period of 2014-2015 that continues this year. The team presented difficulties in the team cohesion given in the communicative barriers and in a poor psychological atmosphere among the water polo men. It is started from the scientific problem: ¿ how to develop a team cohesion in this team?. It is proposed as the objective to suggest activities for the development of the team cohesion in the youth Water Polo team of the Sport School (EIDE, for its abbreviation in Spanish) Héctor Ruiz Pérez in Villa Clara. It has been used theoretical methods such as the analytical synthetic, the inductive-deductive, exemplification, of the empirical ones the documental analysis, observation, interview, survey, psychological tests: method of the socio-psychological test, socio-metric test and the team-integration test. Besides, it is used the statistic given in the empirical distribution of frequencies and the SPSS to Window. It can be concluded that the proposed activities for the development of the team cohesion are correct according to the specialists' opinion and with their application favour to the communication and sociopsychological atmosphere treatment in the team, contribute to the team cohesion.

## Índice

<b>Introducción.....</b>	<b>1</b>
<b>Capítulo I: Fundamentos teóricos sobre la cohesión grupal en el Polo Acuático.....</b>	<b>5</b>
1.1-Esbozo histórico del Polo Acuático, en Cuba y Villa Clara.....	5
1.2-La preparación psicológica en el Polo Acuático.....	7
1.2.1 Características del equipo deportivo como grupo psicosocial.....	9
1.3-La cohesión grupal, su importancia para el desempeño del equipo de Polo Acuático.....	11
1.4-Comunicación y cohesión grupal.....	14
1.5 Clima sociopsicológico y cohesión grupal.....	19
1.6-Characterización psicológica de los polistas como adolescentes.....	20
<b>Capítulo II: Marco metodológico.....</b>	<b>22</b>
<b>Capítulo III: Actividades para el desarrollo de la cohesión grupal del equipo juvenil polo acuático Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara.....</b>	<b>30</b>
3.1 Fundamentación de las actividades.....	30
3.1.1Estructura de las actividades .....	31
3.2 Evaluación de las actividades elaboradas por el criterio de especialistas.....	38
3.3 Resultados de la aplicación de las actividades.....	39
<b>Conclusiones.....</b>	<b>40</b>
<b>Recomendaciones .....</b>	<b>41</b>
<b>Bibliografía</b>	
<b>Anexos</b>	

## Introducción

En los últimos años el Polo Acuático mundial ha alcanzado un alto nivel competitivo que se extiende durante todo el año, la propia comercialización del deporte en general ha influido significativamente en los reglamentos y estructuras funcionales y organizativas del deporte, además la puesta en práctica de los adelantos tecnológicos en función de este ha provocado cambios significativos en la preparación técnica del deportista.

El Polo Acuático es un deporte de equipo cuya disciplina está enmarcada en la Federación Internacional de Natación (FINA) conjuntamente con la natación. Se define como “... un deporte acuático de equipo, sujeto a unas normas e institucionalizado, que se practica en una superficie limitada de piscina, entre dos conjuntos de siete jugadores, seis jugadores y un portero, con la finalidad de introducir el balón en la portería contraria” (Lloret Riera, 1998).

Entre los antecedentes del estudio que se muestra en este trabajo de Diploma se pueden citar el entrenamiento socio psicológico para el mejoramiento de la eficiencia grupal del equipo deportivo realizado por Cañizares M. (1999) para su Tesis de doctorado en Ciencias Psicológicas (Universidad de la Habana), la aplicación de espacios de reflexión para estimular la cohesión grupal en el equipo de Karate-do escolar de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara de Martínez López (2015) para su Tesis de pregrado (Universidad de Ciencias de Cultura Física y el Deporte, Facultad de Villa Clara) así como la tesis de Diploma de Rafael Alejandro Mederos Aguiar (2013) que presenta un estudio de la cohesión grupal en atletas del Tiro con Arco de la EIDE Héctor Ruíz Pérez, de Santa Clara en la cual se proponen actividades educativas para lograr su objetivo en este equipo. Se retoma de este trabajo el carácter educativo de las actividades para la cohesión grupal, ya que todo lo que contribuye a su formación deportiva también influye en su formación ciudadana.

De Cañizares (2004) se retoma la idea de la relación entre el clima psicológico, la cohesión grupal y las metas en un equipo deportivo. No obstante sus resultados mediante el entrenamiento sociopsicológico, queda claro que la preparación psicológica de los deportistas no puede ser vista como algo aparte de las restantes direcciones del entrenamiento deportivo, todo lo referente al sujeto, a su actividad en este contexto estará

siempre estrechamente inter relacionado y solo se dividen para su estudio, ya que, aun sin que sea una propuesta consciente del entrenador, todo lo que el haga con su equipo influye en la personalidad de sus deportistas y en el comportamiento del equipo en general.

Para justificar el estudio es necesario partir de una idea rectora que fundamenta la Psicología referida al carácter social de toda actividad humana, desde donde se puede comprender que las relaciones entre los sujetos para alcanzar un objetivo de grupo, presupone un proceso de integración de las individualidades en una dinámica de comunicación y relaciones interpersonales donde se prioriza lo colectivo (González, 1995).

Es importante recordar que *el Polo Acuático es un deporte acuático de equipo* y en esta conceptualización aparecen dos aspectos esenciales, uno es el medio donde se desarrolla el deporte, es decir, el agua y el otro es que se realiza en equipo. Para lograr entonces buenos resultados en el Polo Acuático los polistas, entre otros aspectos, deben manifestar una unidad entre ellos, basada en buenas relaciones inter personales, una comunicación afectiva y un clima sociopsicológico positivo.

En el caso del equipo que se estudia, la investigación comienza por observaciones al entrenamiento, se establecen diálogos con los polistas y su entrenador principal para ir determinando las diferentes problemáticas que hacen que este equipo esté situado hoy en el séptimo lugar nacional.

Resulta evidente que el Polo Acuático en Villa Clara, desde la experiencia del autor en su práctica laboral, presentaba dificultades de carácter psicológico, lo cual se corrobora mediante un seguimiento al equipo que no evoluciona desde hace 2 años hacia los primeros lugares nacionales en comparación con etapas pasadas.

Además la preparación psicológica es una demanda tecnológica del Polo Acuático para el INDER en Villa Clara que se expresa desde el 2014 y se mantiene este año.

Luego de varios análisis se precisa que existe una problemática real con la falta de entrenamiento en piscinas, a lo cual se le suma un aspecto de carácter sociopsicológico referido a que algunos de ellos no son bien aceptados por todos sus compañeros, en algunas ocasiones el líder de mayor edad y madurez no logra la plena unidad de sus compañeros, no se evidencia una comunicación totalmente afectiva, el clima socio

psicológico no es realmente positivo y todo ello se concreta en una escasa cohesión grupal.

A pesar de que la efectividad en las diferentes situaciones de juego pueden ser atribuidas a múltiples factores, se considera que uno de estos es la cohesión grupal ya que según Marta Cañizares (2004), la cohesión grupal, la integración grupal en cuanto a las metas, la unidad de afectos, criterios y la acción conjunta, regulan las acciones de los miembros del equipo.

La integración de los miembros de un equipo se realiza “como consecuencia de una unidad armoniosa que se entreteje desde la realización de la actividad común” (Fuentes, M. 1993), además existe un vínculo afectivo con la tarea que a su vez resulta ser mediatizador del sistema de vínculos interpersonales.

Se demuestra además que el trabajo en grupo “tiene un claro sentido de movilización social unitaria, agrupada en vínculos de comunidad, compañerismo, facilitando las fuerzas que vienen de compartir, de la búsqueda conjunta, del intercambio entre seres humanos”. (Calviño, M.A. 1998).

Situación problemática: Se evidencia un bajo desarrollo de la cohesión grupal, los polistas no están suficientemente unidos entre ellos, la comunicación es insuficiente, el clima socio psicológico es poco favorable al desempeño general, algunos deportistas están aislados del resto del equipo, los éxitos y los fracasos no son percibidos como propios, todo ello se concreta en apatía y poca motivación por alcanzar las metas deportivas grupales, tanto en el entrenamiento como en las competencias.

Problema científico: ¿cómo desarrollar la cohesión grupal del equipo juvenil de polo acuático de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara?

Objetivo general: proponer actividades para el desarrollo de la cohesión grupal en el equipo juvenil de Polo Acuático de la EIDE Héctor Ruiz Pérez en Villa Clara.

Objetivos específicos:

1-Diagnosticar el estado de la cohesión grupal en el equipo juvenil de Polo Acuático de la EIDE Héctor Ruiz Pérez en Villa Clara.

2- Elaborar actividades para el desarrollo de la cohesión grupal en el equipo juvenil de Polo Acuático de la EIDE Héctor Ruiz Pérez en Villa Clara.

3-Evaluar las actividades elaboradas mediante el criterio de especialistas.

Métodos:

Del nivel teórico: el analítico sintético, el inductivo deductivo, la modelación, permitieron extraer las ideas esenciales, comparar criterios de autores que abordan cuestiones psicológicas en el Polo Acuático, determinar los conceptos que más se tratan en la fundamentación de la tesis y modelar las actividades así como explicar el proceso investigativo seguido.

Entre los empíricos: el análisis documental, la observación, la entrevista, la encuesta, test psicológicos como: metódica del clima socio psicológico, test socio métrico, test de integración grupal y otros, con todos estos métodos se obtienen datos relevantes del deporte en la provincia, de las relaciones entre los polistas del equipo desde el punto de vista psicológico, su comunicación, la forma en que el entrenador dirige las clases y del comportamiento de la cohesión grupal en el equipo.

Se emplea además el criterio de especialistas para valorar las actividades de la propuesta.

De los estadísticos y matemáticos se emplea la distribución empírica de frecuencias y el paquete SPSS, con lo cual se expresa en tablas el comportamiento del fenómeno estudiado.

Las variables que se relacionan son las siguientes: como independiente las actividades para desarrollar la cohesión grupal y la dependiente es la cohesión grupal mediante la comunicación y el clima socio psicológico como indicadores.

Población: se toma el equipo juvenil de Polo Acuático masculino de la EIDE Héctor Ruiz Pérez de Villa Clara, constituido por 16 polistas, los cuales tiene entre 16 y 18 años de edad. Casi todos entrenan el deporte desde hace 5 años.

La tesis cuenta con la introducción, capítulo 1 con el marco teórico, capítulo 2 con el marco metodológico, capítulo 3 con el análisis de los resultados del criterio de especialistas y de los métodos, técnicas e instrumentos aplicados a la población de polistas, las conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos.

## **Capítulo I. Fundamentos teóricos sobre la cohesión grupal en el Polo Acuático.**

Este capítulo contiene un esbozo histórico sobre el Polo Acuático, se deriva la necesidad de la preparación psicológica y de esta los conceptos esenciales sobre cohesión grupal y otros aspectos socio psicológicos asociados. Se caracteriza la adolescencia, periodo psíquico de los polistas.

### **1.1-Esbozo histórico del Polo Acuático, en Cuba y Villa Clara.**

El Waterpolo es un juego con pelotas, que se desarrolla dentro del agua, con toda una caracterización especial, tal como su nombre lo indica, se juega en el agua y se desarrolla manipulando un balón y que, además, es el único con estas características que aparece en el Calendario Olímpico (Medina y col. PIPD Polo Acuático, 2013).

El Waterpolo como deporte según Delahayc. A (1929) “Surgió en Glasgow, puerto pesquero de Escocia aproximadamente en 1867, se le llamo Waterpolo, por su semejanza con el Polo Ecuestre, ya que en sus orígenes, se jugó montado sobre toneles vacíos, en los cuales se ubicaban los jugadores, cada uno de ellos está provisto de una especie de bastón, que sirve al mismo tiempo de remo para moverse, dirigir el artefacto y para golpear el balón, cuya finalidad era ubicar el balón sobre un muelle pre determinado, quien más números de veces lograrse esto, durante el tiempo total del juego ganaba”.

En 1870, se reúne la Federación Mundial de Natación y crea las cinco primeras reglas oficiales, se le denomino Fútbol Acuático (Mayoni M., Pallamoto Ed. Sperling & Milano, 1954).

Otro evento que da impulso al desarrollo general del waterpolo, es la constitución en 1908 de la Federación Internacional de Natación Amateur, (FINA,) máximo organismo aglutinador y organizador de eventos de deportes acuáticos (natación, waterpolo, saltos y natación sincronizada) (Medina y col. PIPD Polo Acuático, 2013).

La FINA en 1911 obliga a revisar a fondo el reglamento, delimitándose con mayor precisión los límites del campo, las porterías, el balón, la duración del partido, las características de juego y la composición de los equipos.

Dentro de las corrientes, modalidades y tendencias contemporáneas se constata en estos momentos que existen dos corrientes claras en el waterpolo actual: una es la propia de los Países del Este, mientras que la otra es la que se observa en los Países Latinos.

Los países del este desarrollan un estilo de juego rígido y compacto, sin demasiados alardes de versatilidad o improvisación, desempeñan las estrategias tácticas dictadas por su entrenador con seguridad y eficiencia, en ataque tienen un waterpolo más estático, basado en la calidad técnica y física de sus jugadores. En defensa, estas mismas cualidades los disponen para conseguir mayores frutos tácticos que el resto de sus adversarios. Los países que desarrollan este tipo de juego son, como exponentes máximos, la ex Yugoslavia, Rusia, Hungría y Rumania.

Los países latinos, por el contrario, muestran sistemas de mayor flexibilidad y versatilidad, dando lugar a la improvisación de movimientos defensivos y ofensivos que, en numerosas ocasiones, se convierten en recursos estratégicos de alto valor táctico. Los países que caracterizan este estilo de juego son España, Italia, Francia, Cuba y Grecia.

Se analizan los últimos cambios reglamentarios y se llega a la conclusión de que estos comportan un acercamiento de las posturas tácticas y, en determinados momentos se llega a una convergencia, ya que los requisitos físicos deben ser relevantes y por ende, los parámetros técnicos y estratégicos, son decisivos (Medina y col. PIPD Polo Acuático, 2013).

Resulta interesante que ambas tendencias se manifiestan actualmente en el Polo Acuático cubano, lo que depende de la provincia y de la formación de los entrenadores.

En nuestros días la tendencia creciente es a incorporar a los atletas de cualquier parte del mundo, a los campeonatos profesionales de nivel que existen, Ejemplo: España, Italia, Alemania, Grecia y Rusia entre otros, lo cual crea dificultad en los pronósticos a nivel mundial, debido a que el intercambio de atletas de un club a otro o de un país a otro, cambia con mucha rapidez el contexto cualitativo de cualquier equipo, sobre todo si es del tercer mundo.

En el reglamento la tendencia es a reajustarse para que pueda ser más utilizado por la televisión y esto conlleva a más tiempo de trabajo y mucha más intensidad en el mismo.

El Waterpolo Cubano ha transitado por diferentes momentos, en 1930 se introduce en nuestro país por la Y MCA, Asociación de Jóvenes Cristianos. En 1930 se realiza la primera competencia Oficial entre Club privados, gana el Miramar Yacht Club, luego en 1931 se intentó participar en los Juegos Centroamericanos, con el equipo del Miramar Yacht Club, esto fue sin eliminación, ya que la directiva del Club pagaba los gastos, pero no se pusieron de acuerdo con la Liga de Natación y no hubo participación ese año (García, 2001).

En 1962 se participa en los Juegos Centroamericanos de Jamaica, donde se obtiene el último lugar, sin embargo en 1968, fecha importantísima en el desarrollo del Waterpolo Cubano, Cuba participó por primera vez en una Olimpiada y obtuvo el octavo lugar constituyendo una de las revelaciones de los juegos.

Se destaca el resultado de los equipos nacionales por edades, los cuales han dominado el área centroamericana y panamericana, obteniendo a nivel mundial, dos medallas de Oro, una de Plata y dos de Bronce. Más adelante en 1989, después de una etapa dorada para el Polo cubano (1970-1989), el país atraviesa el llamado periodo especial, donde las condiciones para el entrenamiento deportivo resultaron muy difíciles para el desarrollo de este deporte y de todos en general.

En Villa Clara los resultados del Polo han sido inestables, el equipo juvenil ha transitado por varios momentos aunque siempre ha tenido buenos resultados, sin embargo la preparación psicológica en estos momentos debe ser atendida por las insuficiencias que se detectan en la cohesión grupal del equipo.

## 1.2-La preparación psicológica en el Polo Acuático

EL rendimiento general de un equipo deportivo es una consecuencia no solo de las cualidades físicas y técnicas del desarrollo táctico, sino también del desarrollo homogéneo de las propiedades psicológicas de cada uno de sus miembros (Cañizares, 2004), por eso es una necesidad tener en cuenta la preparación psicológica del deportista como parte integrante de su preparación integral. Por lo general es la preparación que algunos entrenadores descuidan y le prestan menor importancia pero viene siendo una de las columnas del entrenamiento deportivo sin la cual queda incompleto ese proceso dando paso a la deficiencia.

Cuando se prepara a un deportista todo en él o ella recibe a la vez el peso de esa preparación, desde el punto de vista pedagógico y deportivo (González y Castro, 2014), en el caso del polista es un sujeto que actúa y piensa en condiciones rápidas enfrentando a un adversario, bajo un reglamento, el medio acuático que caracteriza este deporte hace que las dificultades se acentúen porque el desempeño en la piscina requiere dominar la natación básica además de la técnicas propia de este deporte, además es miembro de un grupo con características socio psicológicas propias que afectan lo individual ,todo esto representa un arsenal de recursos físicos y psicológicos entrelazados que no pueden separarse, estamos en presencia de un único sujeto que está diseñado biosicosocialmente es por eso que el proceso de entrenamiento deportivo es indisoluble en cuanto a sus direcciones .

Según Morales Águila A. (S.F): La preparación psicológica es el proceso pedagógico que garantiza el desarrollo de cualidades y propiedades psíquicas en la personalidad del deportista, las cuales determinan su adaptación a las condiciones del entrenamiento y el alto nivel de perfeccionamiento deportivo para la intervención en competencias de envergadura.

Al tratar la preparación psicológica se debe tener en cuenta la siguiente clasificación: por el carácter objetivo puede ser preparación psicológica general y preparación psicológica especial, por el carácter subjetivo puede ser del entrenador y del atleta. Por el carácter del medio para el que se prepara: del entrenamiento y de la competencia.

Los problemas más generales que se manifiestan en los deportista y que han sido planteado por (Palmi, J.1991) son :el estrés competitivo, la falta de confianza y la concentración ,pero en los deportes de equipo como el polo acuático ocurre que al ser un grupo se establecen además de estos, otros fenómenos o aspectos de carácter socio psicológicos que pueden también afectar su desempeño como son la comunicación ,las relaciones interpersonales ,el clima socio psicológico ,el estilo de liderazgo y la cohesión grupal .

Según Marta Cañizares (2004) el equipo deportivo de alto rendimiento se caracteriza por su elevada productividad materializada en los resultados deportivos concretos que promueven su prestigio local ,nacional, internacional y como grupo socio psicológico, es

sujeto de influencias de los factores como la comunicación , las relaciones interpersonales ,clima socio psicológico, normas grupales ,cohesión grupal ,la dirección ,entre otros los cuales se presentan con sus características y dinámicas en cada equipo, incluso de diferentes niveles .

En esta investigación se toman la comunicación y el clima como indicadores de la cohesión grupal por los datos tomados de la observación sistemática del autor al equipo juvenil.

#### 1.2.1 Características del equipo deportivo como grupo psicosocial.

Para profundizar y entender los aspectos y fenómenos asociados a un equipo deportivo se hace necesario caracterizarlo y verlo como un grupo socio psicológico.

Desde una visión sociológica (Muñoz, 2006) plantea que los pequeños grupos pueden verse como subsociedades en las cuales tiene lugar la interacción social y cita a Olmsted (1986) que conceptualiza al pequeño grupo “como una pluralidad de individuos que se hallan en contacto los unos con los otros, que tienen en cuenta la existencia de unos y otros y que tienen conciencia de cierto elemento común de importancia.

Mara Fuentes (1985, citada por Cañizares, 2004) analiza al grupo en la unión de las acciones de sus miembros que están caracterizadas por un particular grado de comunidad de intereses, objetivos, por la unidad de acción y lo entiende “como un organismo que se encuentra en constante desarrollo”.

“El grupo pequeño es una formación relativamente estable que supone una forma permanente y directa de comunicación que posee una determinada estructura de interacción determinada por las características de la actividad conjunta”.(Fuentes ,M.1985) ,también el concepto de pequeño grupo ha sido citado por (Casales ,J.1989) que define el “ pequeño grupo como aquel en el cual resulta posible el establecimiento de relaciones directas entre sus integrantes”.

Muñoz (2006) en el libro selección de lecturas sobre Sociología y trabajo social aborda los principales fenómenos de grupo desde un punto de vista sociológico , estos se dividen estructuralmente en elementos externos y elementos internos.

Entre los elementos externos están el tamaño del grupo, del cual se plantea que el número de miembros que posea un grupo va a condicionar su vida y las actividades que se lleven a cabo. Un grupo pequeño no debe exceder de doce miembros para facilitar la realización de las tareas y de esta forma evitar la aparición de subgrupos con vida propia. La edad de los miembros es un elemento de vital importancia ya que permite una mejor elaboración del grupo de actividades, así como entender la evolución de sus miembros y el grupo en general. El lugar de reunión pues condiciona el tipo de actividades a realizar. El contexto del grupo que se define cómo el ambiente inmediato en el que surge y se desenvuelve el grupo.

Entre los elementos internos se tienen en cuenta los objetivos del grupo que pueden ser definidos como la meta o finalidad del grupo, en este caso del equipo, hacia donde se orientan las actividades y que estos pueden ser objetivos comunes al conjunto de miembros que forma un grupo y objetivos individuales ,en cuanto a expectativas sobre el trabajo grupal. Las normas en el grupo que ayudan a percibir y a juzgar lo adecuado de lo inadecuado en cuanto a los comportamientos que tienen lugar en el grupo. Los roles que se caracterizan por la posición que ocupa cada miembro en el grupo y estos pueden ser formales e informales. Y cohesión grupal que abordaremos con profundidad en un epígrafe posterior.

La Doctora Marta Cañizares (2004) profundiza en estos aspectos desde la Psicología en el contexto del funcionamiento de un equipo deportivo y plantea que “el sistema de interrelaciones de trabajo ,deportivo y de juego ,constituye la estructura externa(formal) del grupo y se basa en el sistema de entrenamiento , el entrenador y el capitán (La estructura de dirección ), relaciones espacios temporales regidas por las reglas deportivas, a lógica de los planes tácticos y las funciones desempeñadas por los miembros .La estructura no oficial(informal o interna ) representa el sistemas de contactos y relaciones de carácter interpersonal que se componen según el principio de preferencias y orientaciones personales ,sentimientos de simpatía y antipatía, entre otros”.

Las personas al incorporarse en un grupo sociopsicológico establecen relaciones constituyendo estas relaciones una estructura de múltiples niveles ,que en su estabilidad y dinámica conforman el grupo como sistema que le permite tener integridad y diferenciarse

del contexto como una totalidad específica (Pérez Yera, A.1989), atendiendo a este criterio el autor de esta tesis coincide con (Cañizares,M .2004) al plantear “ que el equipo deportivo constituye una unidad estructural ,en los marcos de la cual se realiza la actividad deportiva y se establecen variadas acciones e interacciones” ,por lo cual un equipo deportivo no representa una unión externa entre sus miembros sino un organismo social único e irrepetible que lo distingue de los demás grupo deportivos ,en el surge diversas manifestaciones psicosociales que pueden existir solo en el equipo y no en el individuo aislado ,por ejemplo :esfuerzos volitivos colectivos ,el pensamiento táctico colectivo ,normas opiniones , así como la disposición colectiva ,también denominada voluntad grupal.(Casales ,1989).

Las particularidades del equipo deportivo como grupo incluyen aspectos tales como: la comunicación y las relaciones interpersonales entre los atletas y entre estos y su entrenador, el clima socio psicológico y la cohesión grupal, relacionados con la eficiencia grupal. Se ha probado que estos aspectos, bien orientados por el entrenador, asesorado por el psicólogo, contribuyen de forma proporcional a la eficiencia grupal en cuanto al cumplimiento de las metas deportivas (Cañizares, 2004).

Se plantea a manera de resumen que los equipos deportivos colectivos de acuerdo a su estructura y organización constituyen grupos socio psicológicos ,donde los resultados grupales dependen del el aporte de lo individual y una interacción directa (simultanea )entre todos los deportistas ,estos están sujetos a diferentes procesos y fenómenos que condicionan su desarrollo.

### 1.3-La cohesión grupal, su importancia para el desempeño del equipo de Polo Acuático.

En los deportes de equipo, como el Polo acuático que se caracteriza como un deporte de cooperación-oposición, la actividad de sus miembros se produce en condiciones de interrelación e intercondicionalidad, por eso para que los resultados sean más efectivos entre otros aspectos es esencial la cohesión de sus integrantes.

Del latín cohaesum, cohesión es la acción y efecto de adherirse o reunirse las cosas entre sí.

Petrovsky, A. V. (1987) citado por Cañizares (2004) señala que la necesidad del estudio de la cohesión fue planteada en 1940 por Bales, R. en 1955, en la Universidad de Harvard.

En sus inicios fue investigada por diferentes autores como Festinger (1950) y Newcomb (1950), Gross y Martin (1952), Lott, A. (1965) y Cartwright (1974), junto a otros psicólogos norteamericanos que absolutizaron las preferencias emocionales en el estudio de esta temática.

Andreeva, G. M. (citada por Cañizares, 2004), ofrece algunas reflexiones, donde destaca que en un grupo cohesionado, sus integrantes respiran al unísono, es decir, que todos sus miembros son guiados por un único y máximo objetivo, por la obtención de ciertos valores significativos para todos y para cada uno de ellos y especialmente ligados a su actividad conjunta.

"Cohesión es el grado con que los miembros de un grupo se sienten atraídos mutuamente.", además se relaciona con la atracción hacia el grupo y resistencia a abandonarlo, la moral o nivel de motivación que muestran sus miembros y la coordinación de esfuerzo para obtener objetivos comunes, así lo expresa Shaw (1983).

Por otra parte Tutko, C. A y Richard, J. W (1984) definen la cohesión como un grupo de individuos pensando, sintiendo y actuando como una unidad. Los psicólogos deportivos de origen español, Cruz, Jaime y Joan Riera, (1991), consideran que la cohesión está relacionada con los afectos grupales en tanto la destacan por su valor en partidos cerrados y fuertes, donde se torna decisiva para la victoria.

Davis, K (1987) puntualiza, " cuando existe cohesión, el grupo está comprometido con una acción coordinada, los miembros responden responsablemente y con entusiasmo ante las tareas".

Carron un prestigioso psicólogo norteamericano lo conceptualiza como "Un proceso dinámico reflejado en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido en la búsqueda de sus metas y objetivos" (Carron, 1991).

En los estudios sobre cohesión grupal realizados en Cuba se encuentra el de Cañizares Hernández (2004) , que al referirse a la cohesión grupal en el libro Psicología y Equipo deportivo, tiene en cuenta aspectos y fenómenos asociados a este proceso y la define como "... la expresión del acercamiento y la coincidencia de las opiniones, de los puntos de vista, de la igualdad en el plano afectivo, valorativo de la actividad conjunta que el equipo realiza, no es más que el nivel comunitario entre sus miembros en relación con

los objetivos generales de importancia, además de la asimilación que cada uno hace de su papel y de la concientización del porqué está en el conjunto, de la interpretación personal de los resultados.”

Mara Fuentes (1993), considera que “ la cohesión del grupo se estructura desde la presencia y participación de sus miembros, quienes, teniendo como base la actividad conjunta, entretejen un sistema de vínculos interpersonales que no puede ser entendido como una simple reproducción de la individualidad, sino como portador de un individual para el contexto grupal específico. Por tanto lo define como: “un producto de la integración de los miembros del grupo en el desarrollo de la actividad conjunta, como consecuencia de su unidad afectiva, valorativa y para la acción”.

Castellanos, A. V (1996), afirma que la cohesión supone la interacción, no la interacción disociada relacionada con la participación verbal, en la que los individuos prescinden de lo que está pensando el grupo, no escuchan y se encierran en lo que ellos piensan, sino de la interacción dinámica, real, consciente, donde se piensa en lo grupal. Un equipo unido en el que los atletas se apoyen los unos a los otros en situaciones determinadas, constituye una garantía psicológica porque permite elevar la autoestima y la confianza de los compañeros para enfrentar una competencia, un combate o un adversario determinado (Martínez López, 2015).

La cohesión grupal es la capacidad del grupo para mantenerse unidos, supone la identificación de cada miembro con el grupo, así como la satisfacción que cada uno recibe del grupo (Muñoz, 2006). Desde este enfoque sociológico se establecen factores que favorecen la cohesión, entre los cuales están: que el grupo sea homogéneo, la existencia de objetivos claros, concretos y evaluables, cuando hay una amenaza externa el grupo se cohesionan, existe una buena comunicación entre sus miembros donde se pueden expresar libremente y sentirse aceptados y hay una colaboración respetuosa que evita la competencia entre ellos (Muñoz, 2006).

Palmi, Joan (1994), determina un conjunto de indicadores que mejoran los niveles de cohesión grupal, entre los que se destacan:

- Facilitar el progreso de la cohesión en el equipo proyectando sistemas de comunicación grupal en el entrenamiento y competencias.

- Potenciar las normas de funcionamiento grupal.
- Trabajar sobre situaciones variables, imprevistas y complejas a nivel grupal, para que los atletas se logren educar en circunstancias difíciles.

Un equipo deportivo como grupo representa una unidad, un cuerpo conformados por miembros que son dependientes unos de otros y que necesitan estar cohesionados para su desarrollo y desenvolvimiento en el contexto que realizan la actividad. La cohesión, no es estática, ella es dinámica, flexible, hay que desarrollarla y detectar fisuras que pueda hacer perder el equilibrio dentro del equipo.

#### 1.4-Comunicación y cohesión grupal.

El mantenimiento de un elevado nivel cohesivo se debe a la preparación oportuna y sistemática que ha recibido el equipo a la apertura de los canales comunicativos ,(Cañizares,M.2004) ,esto ha sido reiterado por Budge,Yukelson y (Carron,A:1991).

En la actividad deportiva de alto rendimiento al igual que toda actividad humana se manifiesta la comunicación como un proceso complejo , enmarcado en el contexto en que se desenvuelve, en este caso , el entrenamiento deportivo y la competencia , este afecta directamente el rendimiento y el ajuste emocional de cada deportista que integra un grupo socio psicológico (equipo deportivo) que se encuentra en una constante interacción e interrelación entre sus miembros.

L.S. Vigotsky y S.L. Rubinstein, interpretan la comunicación como un intercambio de pensamientos, sentimientos y emociones. Otros, como G. M. Andreieva resaltan cómo la comunicación es un modo de realización de las relaciones sociales que tiene lugar a través de los contactos directos e indirectos de las personalidades y los grupos en el proceso de su vida y actividad social.

Por otra parte, O. P. Predvechni y Yu. A. Sherkovin, recalcan, al definir la comunicación, en cómo esta a la vez que representa el proceso de intercambio de informes que contienen los resultados del reflejo de la realidad por parte de las personas, es además parte inseparable de su ser social y medio de formación y funcionamiento de su conciencia individual y social.

González M. y colaboradores (2005) plantean que “la comunicación representa una forma de interrelación humana. En ella se expresa como los hombres interactúan y a su vez ella constituye una vía para la interacción.

B. F. Lomov atribuye a la comunicación tres funciones fundamentales: informativa, afectiva y reguladora, definiéndolas de la forma siguiente:

- Función informativa

Comprende el proceso de recepción y transmisión de la información. Para la personalidad es una de las vías más importantes de adquisición de la experiencia histórico-social

- Función afectiva

Incluye toda la gama de emociones, sentimientos, vivencias, en general, que aparecen y se desarrollan en la comunicación y que se expresan en la necesidad que tiene el hombre de compartir sus impresiones, de sentirse comprendido.

- Función reguladora

Se relaciona con el control de la conducta, de la acción de los participantes en la comunicación y se expresa en la influencia mutua de unos sobre otros.

La comunicación presenta mecanismos determinados por la actividad conjunta como factor de influencia mutua, estos son: contagio, persuasión, sugestión y contagio.

- Contagio

Es el sometimiento involuntario del sujeto a determinadas conductas o estados psíquicos. Por ejemplo, en el clímax de una batalla, cuando no se puede transmitir una orden de ataque a todos los soldados, estos siguen a su oficial que se levanta y avanza audazmente contra el enemigo. Esto, por supuesto, está respaldado por el prestigio de ese oficial, la confianza que sus subalternos tengan en él, además de motivos comunes que guían la actuación de todos, el valor social de los ideales que defienden. Estos casos pueden verse también en tareas de choque y diversas actividades. Puede darse el caso de un profesor que quiere educar en sus alumnos la perseverancia, el tesón, la voluntariedad y planifica una excursión para escalar una montaña de difícil acceso. En el

punto culminante de la escalada, cuando todos están cansados y el camino es más escabroso, si el maestro sigue subiendo, y anima a los jóvenes con su estado de ánimo optimista, estos lo siguen y la actividad puede ser.

- Persuasión

Es un proceso de fundamentación lógica con el objetivo de obtener el consentimiento del sujeto que recibe la información.

La persuasión, según O. P. Predvechni y Yu. A. Sherkovin, supone un cambio en la conciencia del interlocutor que lo prepara para defender un punto de vista y actuar en correspondencia con él. En la persuasión el que recibe la información hace conclusiones por sí mismo, concordando finalmente con el que le dio la información. La persuasión es un mecanismo preferentemente intelectual, ya que provoca análisis, reflexiones, comparaciones y generalizaciones en los deportistas.

Este mecanismo es muy utilizado en el entrenamiento deportivo aunque muchas veces de forma inconsciente, por ejemplo cuando el entrenador explica una ejecución técnica, cuando analiza los pasos que realizan los polistas si son correctos o no en esa ejecución, cuando hacen ejercicios de fuerza y resistencia, por qué y para qué los hacen. Se utiliza tanto en el trabajo individual como en el trabajo en grupo, en el aspecto técnico táctico y en el educativo.

El efecto de la persuasión depende no solo de su propia argumentación, sino también de las características psicológicas tanto del emisor como del receptor, de la experiencia pasada entre ambos, de la autoridad del emisor, de la percepción que el otro tenga de él. La persuasión, a pesar de ser un medio de influencia preferentemente intelectual, también puede apelar a los sentimientos del interlocutor; por ejemplo cuando el entrenador argumenta una idea dentro del entrenamiento apelando al sentimiento del deber, a la dignidad, y en general los valores de los polistas, lo que puede movilizar sus procesos volitivos.

En la actividad deportiva la persuasión puede apoyarse en demostraciones directas e indirectas, es decir, del propio entrenador o de deportistas aventajados. De esta manera los demás del equipo aceptan dicha información como verdadera.

También puede utilizarse la demostración indirecta cuando analizamos el error de un deportista, incluso si se analizan conductas incorrectas en el equipo. Esto puede servir de demostración de la conducta correcta no solo al implicado, sino indirectamente a los demás al analizar y enjuiciar al otro.

- Sugestión

Es el modo de influencia comunicativa dada por la percepción no crítica de las informaciones sin recurrir a la argumentación o demostración.

En la sugestión no hay acuerdo, solo aceptación. Es una influencia preferentemente afectiva. La sugestión depende de la edad del interlocutor, de sus características psicológicas (hay personas más fácilmente sugestionables que otras) de la situación en que se produzca, la misma, pero sobre todo de la autoridad de la fuente que da la información, de la sinceridad de sus intenciones y la autenticidad de las mismas. Un caso típico de esto se da en los niños cuando se inician en la vida escolar y asumen una actitud no crítica hacia su maestro y toda la información que este trasmite con o sin argumentación es aceptada por ellos. La sugestión puede ser utilizada en algunas ocasiones en el trabajo educativo. Cuando se logra es muy efectiva.

En este mecanismo es muy importante el papel del liderazgo, siempre que sea bueno, tanto del entrenador como del capitán del equipo, porque son ejemplos a seguir por los polistas y ejercen una influencia tácita sobre el equipo.

- Imitación

Implica no solo la aceptación de los rasgos internos de la conducta de una persona, sino la reproducción por el sujeto del modelo de comportamiento demostrado. Algunos autores la consideran una forma voluntaria de contagio.

Depende también de la edad (hay edades en que es un mecanismo muy utilizado), de las características psicológicas de ambos sujetos, la actitud que se tenga hacia el que se imita. Por esta vía los niños adquieren numerosos patrones de conducta de los adultos, y también, los adolescentes, de sus propios compañeros. En los adultos se presenta mucho menos dado el conocimiento que este tiene de sí mismo y sus posibilidades, del desarrollo de su autodeterminación y sus valoraciones críticas de los que lo rodean.

En general, el conocimiento y utilización de estos mecanismos son importantes para el profesor, pues pueden ayudarle a realizar un trabajo educativo más efectivo. Es de resaltar cómo en todos ellos la efectividad de su utilización depende en gran medida del prestigio de la figura que dirige la comunicación, por lo que el maestro debe lograr este elemento fundamental.

La comunicación tiene dos formas de manifestación, en dependencia de donde transcurre la actividad del deporte en el momento de entrenamiento o en la competición deportiva, en el primero la comunicación del deportista y su entrenador se caracteriza porque se le presta una mayor importancia a su respuesta motriz expresado en una ejecución técnica y menos a la verbal, esta tiene un porcentaje disminuido respecto a la motriz (Perez, 2014). En el espacio competitivo los pequeños movimientos constituyen señales a la defensa o defensiva del deportista que deben ser leídas y conducen la actividad competitiva, e intervienen otros en la comunicación actuando cinco partes en el proceso entrenador-deportista-contrario-arbitro-público.

Al respecto se coincide en la complejidad de la comunicación deportiva, sin embargo resulta insuficiente el planteamiento de que la comunicación verbal se disminuye respecto a la motriz, si se toman en cuenta los resultados de investigaciones como la de Marta Cañizares se comprende que tanto en el entrenamiento como en la competencia, lo verbal tiene una extraordinaria importancia, no se trata de absolutizar lo verbal sino de utilizar todos los términos necesarios para que el deportista comprenda cada aspecto de su preparación, la palabra tiene su peso en la orientación en todas las direcciones del entrenamiento y más en la unidad del equipo, donde hay que resolver problemas entre los polistas, hay que hacerlos sentir satisfechos y emocionalmente bien con lo que hacen, hay que hacer que comprendan que en su cohesión grupal descansa una buena parte de sus desempeños, por ser un deporte colectivo, el debate, las ideas tratadas entre todos, hacer que lleguen a acuerdos, que vean lo individual subordinado a lo colectivo, eso se logra con el dialogo franco y abierto, por tanto la comunicación no verbal apoya pero no garantiza todo el proceso.

Este autor no declara en su artículo ninguna consideración respecto a la comunicación entre los propios deportistas.

## 1.5-Clima sociopsicológico y cohesión grupal.

Existen diferentes definiciones del clima sociopsicológico (Predvechni, Y. A. y Sherkovin.(1986), (Puni 1990:35), que lo expresan como el estado emocional dominante y relativamente estable del grupo.(Fuentes, M. 1984:153) plantea que una de las características del clima sociopsicológico referidas por Ovosob, N.N. es la satisfacción de los miembros del grupo por las relaciones interpersonales.(Martinó Sánchez, C.M. 1992) resumiendo el criterio de investigadores rusos de la década del 80, Cañizares expresa que en el clima sociopsicológico se manifiesta un conjunto de sentimientos, estados de ánimos, aspiraciones, orientaciones valorativas comunes para un grupo dado que predominan por un período relativamente estable.

Según Cañizares(2004) relacionado con los equipos deportivos, se observa que cada deportista, aporta de sí al clima sociopsicológico a la vez que recibe su influencia. Cuando está presente un adecuado clima sociopsicológico en el equipo, los atletas movilizan todas su fuerzas y dan lo mejor de sí a la práctica deportiva. Se sienten dueños del triunfo y ganan plena confianza en sus posibilidades.

Se coincide con (Pérez Yera, A. 1995) cuando plantea que:"...al lograrse un clima sociopsicológico positivo se promueve bienestar emocional, satisfacción, identificación grupal, los estados emocionales predominantes provocan disposición a rendir y mejoría de las relaciones interpersonales."

Cañizares (2004) resalta que existen múltiples factores influyentes en el clima, las condiciones materiales, el estilo de dirección del entrenador, el estado de las relaciones interpersonales entre los deportistas, deficiencias relacionadas con la organización de la vida deportiva, inadecuada utilización de los estímulos y sanciones.

El clima sociopsicológico de los equipos a veces se ve afectado por la presencia de conflictos que pueden ser nocivos y suelen influir en la dinámica grupal. El manejo adecuado del conflicto estimula la búsqueda de soluciones conjuntas porque se desarrollan relaciones de cooperación y colaboración entre los miembros del grupo que favorece la unidad integrativa y eficiencia grupal. El entrenador debe tratar de evitar la presencia de conflictos que debiliten la unidad del equipo y cuando estos se revelen aprovecharlos en aras del mejoramiento del clima sociopsicológico teniendo en cuenta las

normas morales predominantes en el grupo que constituyen el sistema de exigencias formadas en el equipo(Cañizares,M.2004).

El entrenador deportivo debe propiciar climas favorables en el equipo, estimulando la optimización de las relaciones interpersonales (Rodionov, A. V. 1990:77), así viabilizará la existencia de emociones y sentimientos positivos en el grupo.

Mara Fuentes considera que el clima sociopsicológico puede analizarse como el aspecto psicológico del sistema de relaciones intra e intergrupales y se forma como consecuencia de la presencia e interacción del siguiente grupo de factores: peculiaridades de la cohesión grupal, comunidad de intereses, necesidades y gustos, características de la comunicación recíproca, peculiaridades de la percepción interpersonal, preparación grupal para el desarrollo de la acción conjunta, compatibilidad psicológica entre los miembros y el estilo de dirección, el logro de las tareas y a la satisfacción por estas, es por eso que en esta tesis se coincide con lo afirmado por Cartwright y Zander (1960) citado por Cañizares (2004) cuando afirman que “un clima de colaboración favorece las fuerzas de atracción del grupo“

La cohesión grupal se encuentra insertada en la interacción de complejos fenómenos que intervienen en el estado emocional del equipo y se puede ver afectada si uno o mas de estos presentan problemas perjudicando la interdependencia de los mismos.

Algunos autores plantean que la cohesión grupal es un indicador dentro del clima socio psicológico y están en lo cierto pero no se debe olvidar que si los demás indicadores que presenta este proceso se afectan, influirían de manera negativa en la cohesión del grupo, es por eso que no se debe ver a estos fenómenos de manera aislada ya que dependen unos de otros para su funcionamiento

Dados los criterios anteriores se concluye que la cohesión grupal es un factor influyente en el clima sociopsicológico del equipo deportivo y viceversa.

#### 1.6-Characterización psicológica de los polistas como adolescentes.

Los adolescentes de la segunda etapa, de 15 a 18 años, también llamada adolescencia tardía, se caracterizan por la búsqueda y reafirmación de tres aspectos relevantes para el resto de su vida como son la pareja, la orientación laboral y la concepción del mundo, aun

su madurez esta evolucionando bajo la influencia de los agentes socializadores dados por la familia, la escuela y la comunidad en conjunto, así como la propia selectividad del adolescente. Los masculinos suelen ser más parecidos en lo físico a sus aspectos de adultos, ya que su cuerpo es más proporcional.

Son más razonadores, operan con conceptos esenciales aprendidos en la escuela y otros contextos, siguen la moda con sus particularidades individuales, continúan teniendo en cuenta la opinión de sus coetáneos aunque ya no tanto como en la etapa anterior. Tienen en cuenta la opinión de figuras que constituyan ejemplos ante ellos como sus maestros, padres u otras personas, el entrenador entre estos, los cuales funcionan como ideales y mueven sus intereses y expectativas en esta etapa de la vida.

En el caso del equipo que se estudia, aunque tienden a ser alegres, bromistas, compartir parte de su tiempo libre juntos y disciplinados, en muchas ocasiones son inconstantes, su comprensión de las ordenes por parte del entrenador es relativamente lenta, necesitan repeticiones para dominar los elementos técnicos, una vez que los comprenden son capaces de desarrollar sus propias ideas basados en la experiencia en este deporte.

Existe un líder y dos populares en el entrenamiento, o sea en la actividad formal, sin embargo en la actividad informal o compartir en el tiempo libre, son otros dos los mas populares pero no coinciden, esto evidencia que no hay una definición de líder total para el equipo, la función del liderazgo no se cumple correctamente, solo existen populares que no bastan para atraer a sus compañeros hacia la unidad entre todos, pues no son ejemplo. Existen subgrupos tanto para lo formal como para lo informal en el equipo.

La comunicación entre estos por momentos resulta agresiva, caen en faltas de respeto, discusiones, a la hora de rectificar errores no lo hacen de manera adecuada, hay momentos en que se cohíben por burlas de sus compañeros o de los entrenadores, en esos casos se sienten mal emocionalmente. Todo esto se comprueba en el Test socio métrico y la Metodica del clima socio psicológico.

## Capítulo 2: Marco metodológico

En este capítulo se explican las variables que se relacionan en la investigación, los métodos, técnicas e instrumentos para evaluar los indicadores de la variable dependiente, los resultados obtenidos y los análisis sobre las tendencias que se evidencian en la cohesión grupal en el equipo como parte del diagnóstico inicial.

### 2.1-Las variables, conceptualización y operacionalización.

Las variables que se relacionan en este trabajo con un enfoque sociopsicológico y educativo son las actividades diseñadas y la cohesión grupal, desde el empleo de la comunicación y el clima socio psicológico como indicadores.

Conceptualización de las variables de la investigación:

Variable independiente: son las actividades que se diseñan para desarrollar la cohesión grupal, se conceptualizan como aquellas que contienen en su estructura el título, el objetivo, los pasos metodológicos, el desarrollo, la evaluación y las conclusiones dirigidas a desarrollar determinados aspectos socio psicológicos del equipo de Polo Acuático juvenil de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Santa Clara.

Variable dependiente: es la cohesión grupal que se conceptualiza como: " la expresión del acercamiento y la coincidencia de las opiniones, de los puntos de vista, de la igualdad en el plano afectivo, valorativo de la actividad conjunta que el equipo realiza, no es más que el nivel comunitario entre sus miembros en relación con los objetivos generales de importancia, además de la asimilación que cada uno hace de su papel y de la concientización del porqué está en el conjunto, de la interpretación personal de los resultados" (Cañizares, 2004)

Indicadores:

Comunicación: se toma la expresión del acercamiento y la coincidencia de las opiniones, de los puntos de vista, dado en los mecanismos y las funciones de la comunicación.

Clima socio psicológico: se toma la igualdad en el plano afectivo, valorativo de la actividad conjunta que el equipo realiza, no es más que el nivel comunitario entre sus miembros en relación con los objetivos generales de importancia,

## Métodos:

Del nivel teórico se emplean el analítico sintético, el inductivo deductivo, la modelación, con estos se extraen las ideas esenciales de los conceptos de cohesión grupal, comunicación, clima sociopsicológico, y adolescentes, comparar criterios de autores, determinar la posición teórica a seguir en la fundamentación de la tesis y modelar las actividades así como explicar el proceso investigativo seguido.

De los empíricos se emplean el análisis documental para estudiar el Programa de Polo Acuático, la observación a los entrenamientos, la entrevista a polistas y a los entrenadores, la encuesta, test psicológicos como metódica del clima socio psicológico, test socio métrico, test de los estilos de comunicación , con todos estos métodos se obtienen datos relevantes del deporte en la provincia, de las relaciones entre los polistas del equipo desde el punto de vista psicológico, su comunicación, la forma en que el entrenador dirige las clases y del comportamiento de la cohesión grupal en el equipo.

De los estadísticos y matemáticos se emplea la distribución empírica de frecuencias y el paquete SPSS, con lo cual se expresa el comportamiento del fenómeno estudiado y se lleva a tablas y graficas.

## Resultados del diagnóstico:

El análisis documental aportó los antecedentes bibliográficos existentes sobre el tema en estudio, tales como libros de texto de la carrera y artículos de internet, se abordaron los conceptos establecidos por diversos autores, las características psicológicas de los adolescentes. Se analizaron diversos documentos como el Programa Integral de Preparación del Deportista del deporte de Polo acuático, el plan de entrenamiento del año en curso y las Orientaciones Metodológicas implícitas en el mismo. En ellos se constata que todos se planifican sobre la base del rendimiento deportivo y del cumplimiento de los objetivos para las etapas del entrenamiento, por lo que no existen orientaciones explícitas para la preparación psicológica, en este caso para el desarrollo de la cohesión grupal de los atletas desde los documentos. Todo ello permitió obtener los fundamentos teóricos necesarios para enfrentar el proceso investigativo.

Se aplica la observación durante los entrenamientos y los toques donde se pudo conocer el estado de las manifestaciones de la comunicación y el clima psicológico de los polistas

como indicadores de la cohesión grupal. En este sentido se evidenció que los polistas en general se comunican entre todos y son alegres y juguetones, pero en momentos se faltan al respeto y juegan pesado entre ellos, a la hora de rectificar errores en los entrenamientos y en partidos no lo hacen de la mejor manera, se encuentran por debajo del marcador cuando en los partidos se evidencia por momentos discusiones entre ellos, las relaciones interpersonales son aceptables pero no lo suficiente como para lograr la efectividad a nivel de equipo. Se evidencia madurez en ciertos polistas pero en general responden con inmadurez a los análisis y los señalamientos realizados por el equipo, se evidencia que por momentos se cae en faltas de respeto entre entrenador –deportista. Se observan reacciones colectivas ante las amenazas, pero en ocasiones manifiestan desinterés por lo que afecta la seguridad del equipo. (Anexo 1)

Se aplicó una entrevista a los polistas del equipo que tuvo como objetivo constatar cuáles son los aspectos que estarían afectando el clima sociológico en el equipo de polo acuático juvenil de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de la provincia de Villa Clara y demostró que los polistas en ocasiones se molestan con sus compañeros, consideran que al equipo le falta entrenamiento suficiente en la piscina, se han desmotivado por alcanzar un alto resultado, muchas veces cuando están jugando un partido se sienten seguros con sus compañeros de equipo, pero no siempre, ellos se rehúsan a hablar de sus entrenadores abiertamente, sin embargo expresan que no todas las decisiones del entrenador son buenas.

Afirman que en el equipo ocurren sucesos como falta de respeto, juegos pesados y burlas entre ellos y su entrenador no siempre los requiere por eso, refieren que les rectifican los errores cuando se equivocan, a veces de forma correcta y otras no lo que les hace sentirse mal, algunos de ellos sienten que sus compañeros de equipo no los tienen en cuenta, este dato se corrobora con el test sociométrico y otros métodos, en ocasiones se culpan por la derrota de un partido importante pero esto es común entre ellos, lo cual evidencia la existencia de antagonismos. (Anexo 2)

Se le realiza una entrevista con los entrenadores para conocer el estado de la preparación psicológica del equipo

Al realizar esta entrevista se comprueba que son 2 entrenadores, uno para la preparación física y otro para la técnica y táctica, el segundo afirma que este equipo no tiene un líder como tal y los que se destacan no son suficientemente influyentes en sus compañeros de equipo, ni para los juegos ni para la actividad informal. Este profesor desde su experiencia plantea que hace falta más condiciones para el entrenamiento, pues si las piscinas no están listas se afecta la preparación general y hasta los aspectos psicológicos de estos polistas, pero concuerda en que la preparación psicológica ha estado pobre y que necesitan capacitarse con actividades prácticas que influyan en los aspectos psicológicos de los miembros del equipo para lograr mejores resultados. Sugiere desde su experiencia que las actividades sean aplicables en las acciones técnico tácticas. (Anexo3)

Se aplicó el test socio métrico para conocer las interrelaciones entre los diferentes miembros del equipo, la posición o estatus socio métrico de cada uno de ellos y conocer el grado de popularidad, autoridad, expansibilidad y aislamiento así como la estructura socio métrica del equipo en su conjunto, tanto en la actividad formal como la informal. Toda esta información brinda conocimiento de cómo se comportan la comunicación y el clima socio psicológico como indicadores de la cohesión grupal. (Anexo 4)

Análisis del sociograma: Actividad formal

Se puede determinar que el grupo se encuentra disgregado ya que presenta un índice bajo de elecciones recíprocas, cinco aislados y dos de ellos rechazados en cuanto a elecciones, está compuesto por un subgrupo centrado en dos miembros promedios y un popular, las relaciones preferenciales existentes entre los miembros más elegidos y el subgrupo son antagónicas. También existe falta de cadenas entre los miembros por lo cual se afecta el flujo de la información y la comunicación entre los miembros del equipo.

Se evidencia una pobre percepción afectiva entre ellos, que aparentan relaciones amistosas y sin embargo emocionalmente no vivencian simpatías profundas que regulen su actividad como grupo, esto indica pobre cohesión grupal y afecta su desempeño.

Análisis del sociograma: Actividad informal.

Aunque en la tarea informal se evidencia una mayor distribución de las elecciones entre casi todos los miembros del equipo se determinan que el grupo se encuentra ligeramente disgregado ya que su índice de reciprocidad es de 0,4 que responde a un nivel medio, se manifiestan 2 aislados que a la vez son rechazados en cuanto a elecciones, existen 2 subgrupos de 3 integrantes considerados miembros promedios con la excepción de la estrella sociométrica, se comprueba que estos están separados y que las relaciones preferenciales existentes entre los miembros más elegidos y los subgrupos son antagónicas. También se evidenció la ausencia de cadenas entre los miembros demostrando que la comunicación y el flujo de información son pobres.

Se aplica el Test de la metódica del clima socio psicológico que tuvo como objetivo valorar las manifestaciones del clima sociopsicológico en el equipo donde se identificó los Ítems más afectados según la elección de cada polista. (Ver tabla 2.1)

Los resultados de la tabla 2.1 muestran la tendencia a tener relaciones tirantes (Ítem 6). Las relaciones se caracterizan por la falta de afecto y la comprensión mutua, (Ítem 8). Los fracasos o los éxitos de los deportistas provocan en los demás una sincera satisfacción, (Ítem 13). Los señalamientos críticos se realizan de forma reprobadora e inherente a los demás, (Ítem 16). En los momentos difíciles para el equipo, ocurre una unidad emocional, donde se pone de manifiesto aquello de: todos para uno y uno para todos, (Ítem 20). En las situaciones difíciles el equipo se amilana. Se observa una confusión, perplejidad, surgen alteraciones. Los miembros del equipo se culpan entre sí de las situaciones existentes, (Ítem 21). Los éxitos y fracasos del equipo son percibidos por todos los atletas como propios, (Ítem 22). Los atletas del equipo elogian y estimulan muy poco a su equipo, (Ítem 26). Es difícil llevar al equipo a realizar una tarea conjunta. Cada uno piensa en base a sus intereses personales (Ítem 28). Todo esto Según (Anexo 5)

Tabla 2.1 Test de la metódica del clima sociopsicológico

Ítems	Alternativas			
	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
6	9	5	1	1
8	9	7		
13	5	3	5	3
16	5	5	5	1
20	8	5	2	1
21		3	6	7
22	11	4	1	
26	9	4	3	
28	10	3	3	

Se aplicó el test de comunicación para conocer los estilos de comunicación existentes en los miembros del equipo y sus principales características, resumiendo la tendencia comunicativa del equipo, donde los resultados fueron los siguientes:

Centrado en la acción, (3 miembros).

Contenido (ellos hablan acerca de...)

Resultados, objetivos, funcionamiento, productividad, eficiencia, responsabilidad, retroalimentación, experiencia, retos, realización, cambios, decisiones.

Comportamiento:

Prácticos, directos, impacientes, decisivos, rápidos, enérgicos.

Comunicadores:

Dinámicos, impacientes, operativos. Su impaciencia y operatividad pueden limitar su capacidad de escucha. Su relación comunicativa suele ser compulsiva. No tiende a favorecer una relación muy afectiva.

Centrados en el procesos (5 miembros)

Contenido (ellos hablan acerca de...)

Hechos, procedimientos, planes, organización, controles, exámenes, experimentos, análisis, observación, pruebas, detalles.

Comportamiento:

Sistemáticos, lógicos, objetivos, verbosos, pasivos, cautelosos, pacientes.

Comunicadores:

Prácticos y analíticos. Poseen una gran capacidad de escucha. Deben controlar sus expresiones verbales a fin de no bloquear a sus interlocutores con un lenguaje ampuloso, impersonal y técnico. Su relación comunicativa dependerá de dicha condición.

Centrado en las personas (6 miembros)

Contenido (ellos hablan acerca de...)

Gentes, necesidades, motivaciones, trabajo en equipo, comunicaciones, sentimientos, espíritu de equipo, comprensión, su propio desarrollo, sensibilidad, conciencia, cooperación, creencias, valores, expectativas, relaciones.

Comportamiento:

Espontáneos, enfáticos, calurosos, subjetivos, emocionales, perceptivos, sensitivos.

Comunicadores:

Sinceros e impetuosos. Para ellos lo más importante es expresar sus sentimientos. Deben poner especial cuidado en su relación comunicativa porque su franqueza e ímpetu pueden

frenar el desenvolvimiento de sus interlocutores. No tienen gran capacidad de escucha, suelen ser subjetivos e impresionables. Tiende a atribuir un contenido imaginario al mensaje que expresan y reciben.

Centrado en las ideas (2 miembros)

Contenido (ellos hablan acerca de...)

Conceptos, innovación, creatividad, oportunidades, posibilidades, grandes diseños, publicaciones, interdependencia, nuevas vías y métodos, inventivas, problemas, potencial y alternativas.

Comportamiento:

Imaginativos, carismáticos, difíciles de comprender, egocéntricos, no realistas, creativos, lleno de ideas, proveedores.

Comunicadores:

Evasivos, no comprometedores. Poca capacidad de escucha, su relación comunicativa suele ser imprecisa, deben tener sumo cuidado en que sus mensajes sean objetivos y precisos.

A modo de resumen es necesario destacar que solo se evidencian 6 polistas de un total de 16, para un 37.5 % con un estilo de comunicación centrado en las persona, por lo cual es un resultado insuficiente dado que en un deporte de equipo como el Polo Acuático, es necesario que predomine este estilo ya que se enfoca en términos tales como gentes, necesidades, motivaciones, trabajo en equipo, comunicaciones, sentimientos, espíritu de equipo, comprensión, su propio desarrollo, sensibilidad, conciencia, cooperación, creencias, valores, expectativas y relaciones. El autor considera que este debe ser el estilo predominante en correspondencia con una alta cohesión grupal, sin embargo no es lo constatado en este equipo.

### **Capítulo III: Actividades para el desarrollo de la cohesión grupal del equipo juvenil polo acuático Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara.**

En este capítulo se hará referencia a la estructura de las actividades para lograr el desarrollo de la cohesión grupal del equipo juvenil de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara, se expondrán los resultados del criterio de los especialistas y datos de la implementación de las actividades en la práctica.

#### **3.1 Fundamentación de las actividades.**

Se denomina actividad a aquellos procesos mediante los cuales el individuo, respondiendo a sus necesidades, se relaciona con la realidad, adoptando determinada actitud hacia la misma. Según A.N. Leontiev (citado por González y col., 1995) toda actividad se estructura en acciones y operaciones, debe satisfacer necesidades del sujeto ya sean materiales o espirituales y responden a un objetivo que refleja los motivos del sujeto.

En este caso las actividades responden a la necesidad de la preparación psicológica en particular en la cohesión grupal de este equipo, mediante estas los polistas asimilan de forma subjetiva e ideal, ya sea conceptos, juicios, valores, según el contenido de cada actividad (cohesión grupal, clima y comunicación) y así una vez formados en ellos podrán aplicarlo a cada circunstancia, momento, tareas y objetivos del equipo tanto en el entrenamiento como en la competencia.

Estas actividades permiten estimular la efectividad en las acciones de grupo, por ejemplo en las superioridades, apoyos, zonas y semi zonas, porque los niveles de cohesión definen la participación para alcanzar el éxito en las ejecuciones y por lo tanto en las competencias.

Los objetivos generales de las actividades son:

- Desarrollar la cohesión grupal en un marco de comunicación y en un clima socio psicológico positivo.
- Asesorar a los entrenadores de Polo Acuático.

Las actividades se estructuran siguiendo la metodología de las actividades de aprendizaje y educativas por la repercusión integral que estas tienen en los deportistas.

Cada actividad tiene su objetivo que tributa a los objetivos generales.

Las actividades se corresponden con el modelo técnico táctico del entrenamiento del Polo Acuático, ya que su finalidad es la unidad psicológica, la cooperación para la toma de decisiones en situaciones de juego, la unidad de criterios entre los polistas y, aunque se realizan algunas fuera del agua, importa la reflexión en la búsqueda de mejores ejecuciones que le den resultados en su deporte. De ahí que se enfatiza en que se comuniquen entre ellos para lograr la cooperación, compañerismo, amistad, colectivismo y respeto, coincidiendo con valores propios del Polo como deporte colectivo.

### **3.1.1 Estructura de las actividades**

Se les da un título como expresión sintética de lo que se trata, se determina su objetivo que le da la dirección a la actividad, es su meta, se elaboran pasos metodológicos para organizarla, se explica el desarrollo para ejecutarla, la evaluación para comprobar el cumplimiento del objetivo de esa actividad y las conclusiones para finalizar la actividad en un marco afectivo donde se consolida lo realizado.

#### **Actividad 1**

Título: los jugadores marcan goles, los equipos ganan partidos.

Objetivo: analizar la importancia de la cohesión grupal con los polistas y entrenadores mediante un video debate.

Pasos metodológicos: Primero se le orienta al entrenador que estas actividades tienen como finalidad que los polistas comprendan que mientras más unidos estén, mientras mejor se comuniquen entre ellos y alcancen una mejor relación más ventajas tendrán en la dinámica de juego (ofensiva –defensiva). Se emplean métodos como el diálogo, el debate, la persuasión, en algunos casos la exigencia, la analogía, el entrenador será el que propicie el análisis y debate del video, para eso debe sugerir a los polistas aspectos a observar en el video dados por el investigador. Los aspectos a observar se deben corresponder con los mensajes de texto que tiene el video.

Desarrollo: Al comienzo del entrenamiento se agrupan los polistas, se le orienta la actividad, se les presenta el video y se les da por escrito aspectos a observar tales como la cooperación, amistad, trabajo en equipo protección entre los miembros y otros. Los

polistas deberán hacer una analogía entre lo que observaron y los que ellos viven diariamente en su deporte. Al finalizar la observación del video se discuten los aspectos relacionados con el mismo y se hará la siguiente pregunta ¿Qué es lo que se puede lograr en el equipo y lo que no se puede lograr en el equipo?, se evalúan las respuestas de forma cualitativa en bien, regular o mal, según el objetivo de esta actividad.

Evaluación: Se les pregunta a los polistas qué opinan acerca de la actividad y qué mensaje les queda de lo observado.

Conclusiones: Se comprueba el cumplimiento del objetivo de la actividad y se recomienda que lleven a la práctica lo que vieron y debatieron.

## **Actividad #2**

Título: ¿Puedes contar conmigo?

Objetivo: Establecer la comunicación y la cooperación entre los polistas como factores esenciales para el equipo mediante acciones técnico- tácticas.

Pasos metodológicos: El entrenador con su experiencia y con la ayuda de los test aplicados tendrá en cuenta el status psicosocial de los polistas para distribuir a los jugadores más aceptados con los menos aceptados en dúos, tríos, cuartetos, entre otras formaciones según la actividad a realizar en la parte técnico-táctica del entrenamiento. El entrenador deberá representar en tablas aquellas acciones grupales tácticas más complejas dando una explicación lógica de las mismas, llevando a los polistas al razonamiento y a la toma de decisiones en grupo. El entrenador y los polistas en conjunto rectifican posibles errores utilizando un lenguaje verbal y no verbal afectivo sin sombras ni manchas que pudieran empañar a un compañero de equipo.

Desarrollo: En la parte técnico táctica del entrenamiento el entrenador organizará y distribuirá a los jugadores más aceptados con los menos aceptados en dúos ,tríos, cuartetos entre otras formaciones para realizar pases ,tiros y acciones tácticas correspondiente a la unidad de entrenamiento ,de lo sencillo a lo complejo, sin defensa y con defensa .Al finalizar se hará en conjunto un debate de lo sucedido y los polistas reflexionarán sobre la importancia de la comunicación y cooperación para realizar con eficiencia estas acciones se culminará con esta pregunta ¿Puedo yo ser suficiente para

realizar con eficiencia las diferentes situaciones de juegos dadas en los partidos? Se evalúan las respuestas en bien, regular o mal según si se cumple el objetivo de esta actividad.

Evaluación: Se preguntara a los polistas si creen que ha sido interesante este tipo de actividad para el desarrollo de la cohesión grupal del equipo.

Conclusiones: Se comprueba el cumplimiento de los objetivos y se recomienda al entrenador ser sistemático usando esta actividad según los objetivos de cada unidad de entrenamiento.

### Actividad 3

Título: Edificando un clima favorable

Objetivo: Interactuar para el mejoramiento del clima psicológico del equipo mediante un debate.

Pasos metodológicos: Para la realización de esta actividad se planifica un viaje a la playa que va a tributar al buen desarrollo y funcionamiento de la misma. El entrenador deberá conocer la importancia de un clima socio psicológico favorable para el desarrollo de la cohesión grupal, será quien exponga los aspectos desfavorables para el mismo y propiciara el debate con diferentes preguntas dadas por el investigador, el debate deberá hacerse con orden para que todos puedan participar y emitir sus criterios.

Desarrollo: Después de un breve tiempo de recreación en la playa el entrenador agrupará a los polistas en un círculo y antes de dar comienzo al debate expondrá brevemente la importancia y ventajas de un clima socio psicológico favorable y los indicadores y aspectos más comunes de un clima desfavorable que pueden perjudicar a al equipo deportivo y después se le da comienzo al debate al realizar las siguientes interrogantes ¿Que me gustaría que ocurriera en el equipo? Y ¿Qué no me gusta que ocurriera en el equipo? Los deportistas emitirán con sinceridad sus criterios y llegaran a la conclusión lo que falta y lo que le estorba en el equipo para el desarrollo de un clima socio psicológico. Esto llevara a la reflexión y al compromiso por parte de los polistas para evitar situaciones desagradables y frustrantes durante el entrenamiento, competencia y el tiempo libre. Se terminara el debate con la siguiente afirmación “Hagan con sus semejantes lo que les gustaría que hicieran contigo”

Evaluación: Se preguntara a los polistas si creen que ha sido interesante este tipo de actividad para el desarrollo de un clima socio psicológico positivo y este como factor influyente en el desarrollo de la cohesión grupal del equipo.

Conclusiones: Se comprueba el cumplimiento del objetivo de la actividad, se recomienda al entrenador ser sistemático usando esta actividad usando otros espacios recreativos, realizar cumpleaños colectivos, entre otros.

#### Actividad #4

Título: Jugando y reflexionando.

Objetivo: Reflexionar acerca de la unidad y la cooperación para alcanzar metas y objetivos comunes mediante el juego.

Pasos metodológicos :Es necesario que el entrenador explique y demuestre correctamente este juego a los polistas usando la metodología adecuada dada por el investigador y que establezca la relación del mismo con un espíritu de unidad y colaboración que debe existir en el equipo en cualquier situación dada

Desarrollo: El juego tiene por nombre el Balón Seco, se utilizará como medio balones, boyas, se realizará en límites marcados por el entrenador en la piscina , se conformarán tríos y se ubicarán en uno de los limites sujetando entre todos un balón con el dedo índice, al sonido del silbato deben llevar el balón hacia el otro extremo delimitado y el trío que llegue más rápido es el ganador, el balón no se debe caer al agua de lo contrario tendrán que retornar hacia la salida y el trío que lleve el balón con las manos será descalificado. Después de culminado el juego los polistas reflexionarán acerca de lo que hicieron y su relación con la unidad y la colaboración y el entrenador culminará la actividad con esta afirmación "Miramos lo difícil, miramos los obstáculos y puede que sea imposible alcanzar victorias pero si observamos más allá de lo que vemos encontraremos lo que para pocos se deja hallar, la unidad".

Evaluación: Se preguntará a los polistas qué creen de la actividad y que en una escala del 1 al 5 la valoren, siendo el 5 el más alto valor.

Conclusiones: Se comprueba el cumplimiento del objetivo y se recomienda al entrenador el uso frecuente de este tipo de actividades

## Actividad#5

Título: Tenemos que ganar en valores

Objetivo: Analizar la importancia que tienen los valores para un buen funcionamiento grupal mediante un debate

Pasos metodológicos : El entrenador será el que propiciará y organizará la actividad y antes de esto deberá tener una preparación previa en cuanto a la importancia de los valores y como estos pueden influir en el equipo en cuanto a su cohesión. El investigador le dará escrito los valores más importantes al entrenador que después dará a los polistas en el desarrollo de actividad.

Desarrollo: Se realizarán 2 equipos de 8 integrantes cada uno y serán organizados en círculos ,después se repartirán a los miembros de cada equipo 8 tarjetas que contienen los siguientes valores: compañerismo, amistad, colectivismo, altruismo ,respeto, cooperación, honestidad, confianza, después de manera ordenada cada uno explicará con sus palabras el significado y la importancia que tiene el valor otorgado para la cohesión del equipo y los demás integrantes mediante un debate añadirán sus criterios respecto a lo dicho y el entrenador realizará un resumen de lo expuesto.

Evaluación: Se preguntará a los polistas qué creen de la actividad y si realmente les ha ayudado a conocer más y a interiorizar acerca de la importancia de estos valores.

Conclusiones: Se comprueba el cumplimiento del objetivo y se recomienda al entrenador y a los polistas que trasladen hacia el diario vivir lo debatido.

## Actividad#6

Título: Derrotando Gigantes

Objetivo: Valorar la importancia que tiene el trabajo en equipo según los roles de cada miembro mediante un taller.

Pasos metodológicos : Es importante que el entrenador con la orientación del investigador y el psicólogo del equipo este bien preparado en el tema pues el dirigirá la actividad. El entrenador deberá tener las interrogantes dadas por el investigador para el desarrollo de la actividad que serán las siguientes:

¿Crees que cada miembro de este equipo es importante? ¿Por qué?

¿Qué rol usted realiza en el Equipo? Crees que es importante?

¿Crees que para lograr victorias es importante la unidad y el trabajo en equipo?

¿Cuáles serían las razones por las que un equipo pudiera amilanarse y desfragmentarse?

Escucha esta afirmación "La falta de unidad es una derrota costosa donde les entregas en las manos al contrario el arma fundamental para obtener la victoria.

¿Estás de acuerdo con lo afirmado? ¿Por qué?

Se emplearán métodos como el diálogo, la persuasión

Desarrollo: El entrenador agrupará a los polistas en un círculo y dentro del mismo el ubicará una cajita con papelitos envueltos que contienen las preguntas que serán tomadas al azar por cada polista y estos con sinceridad darán respuesta. Después el entrenador resumirá la importancia del trabajo en conjunto de acuerdo a los roles dados a cada polista en el equipo.

Evaluación: Se preguntará a los polistas qué creen de la actividad y que en una escala del 1 al 5 la valoren, siendo el 5 el más alto valor.

Conclusiones: Se comprueba el cumplimiento del objetivo

Actividad#7

Título: El rumor

Objetivo: Analizar la importancia que tiene la comunicación para el desarrollo de la cohesión grupal mediante la técnica del mensaje que se emplea aprovechando el fenómeno socio psicológico del rumor.

Pasos metodológicos : Las actividad debe realizarse en un lugar tranquilo sin mucho ruido para el buen desarrollo de la misma, las frases utilizadas serán propias del deporte, el entrenador será el que la organizará y dirigirá.

Desarrollo: Los polistas y el entrenador se organizarán en un círculo y sentados el entrenador le dice al polista que está a su lado izquierdo una frase relacionada con el

Polo Acuático este debe hacer lo mismo con su compañero y así sucesivamente hasta que llegue al polista que está a la derecha del entrenador y este dirá el mensaje que el cual llega tergiversado al final, se provocan risas y se aprovecha para debatir sobre las cosas que suceden entre ellos, cuando se comunican sobre algo que dijo otro y se cambia el contenido del mensaje generalmente para mal. Se les explica lo importante de que entre ellos se comuniquen de forma clara, sin exageraciones, que sean justos al opinar sobre sus compañeros de equipos para que se respeten y sus relaciones interpersonales sean positivas.

Evaluación: Se les pregunta a los polistas qué opinan acerca de la actividad y qué mensaje les quedado.

Conclusiones: Se comprueba el cumplimiento del objetivo de la actividad

#### Actividad#8

Título: Debatiendo con los entrenadores

Objetivo: Valorar la influencia de las características del estilo de dirección en el equipo mediante un debate Indicaciones metodológicas: Esta actividad es para los entrenadores del equipo, donde el investigador la dirigirá y llevará los aspectos y características más importantes concernientes al estilo de dirección, esta se realizará fuera del horario del entrenamiento. Se emplearán métodos como el diálogo, debate y persuasión.

Pasos metodológicos:

Desarrollo: Se comenzará la actividad donde el investigador resumirá los aspectos más importantes sobre los estilos de dirección y su influencia para un equipo deportivo, también se abordarán los principales problemas detectados durante los entrenamientos y competencias, el entrenador deberá realizar un análisis autocrítico sobre su manera de dirigir y el porqué de su estilo, el investigador le sugerirá que reflexione acerca de sus dificultades para favorecer el desarrollo de la cohesión grupal.

Evaluación: Se preguntará a los entrenadores si les fue útil y constructiva la actividad y que si fue necesario esta debate.

Conclusiones: Se comprueba el cumplimiento del objetivo y se recomienda a los entrenadores poner en práctica un estilo de dirección democrático a lo largo de su carrera deportiva

### 3.2 Evaluación de las actividades elaboradas por el criterio de especialistas.

Para la evaluación de las actividades elaboradas fue preciso tomar en consideración los criterios de los siguientes especialistas.

Nombres y apellidos	Cargo	Nivel escolar	Años de experiencia	Categoría docente	Grado científico o título académico
Jesús Turiño	Comisionado provincial de Polo Acuático	Universitario	20		MSc
Miguel Ferrer Valdés	Entrenador de Polo Acuático	Universitario	30		MSc
Luis García Vásquez	Investigador	Universitario	35	Titular	Dr.C
Sheila Gómez	Profesora	Universitario	3	Asistente	MSc
Enrique Alonso	Profesor y Psicólogo	Universitario	33	Auxiliar	MSc

A todos ellos se les realizó una encuesta con los principales aspectos a tener en cuenta para la evaluación de las actividades .(ver Anexo 7)

Los especialistas consideran que las actividades propician la relación comunicativa entre el entrenador y los polistas en el entrenamiento, que responden a las demandas del INDER para este deporte. Estas actividades favorecen la mejoría del clima socio psicológico del equipo y por ello en general las señalan como adecuadas.

Uno de los especialistas señala como inadecuada la actividad 4 (*el balón seco*) sin embargo existe contradicción con otro de los especialistas que la señala como muy adecuada por su nivel de motivación para los polistas para los cuales el juego es lo que más los motiva, sobre todo desde el punto de vista de táctica y estrategia. La actividad, los ayuda a razonar más rápido y a desarrollar su creatividad, se tuvo en cuenta esto para perfeccionar los pasos y hacerla más práctica.

La 3 (viaje a la playa) es señalada por uno de ellos como poco adecuada pero los demás especialistas la ven como muy adecuada porque consideran que los espacios físico recreativos son los mejores momentos para analizar todos los aspectos desfavorables correspondientes al equipo, los ánimos están a tope, incluso con los menos aceptados y esto estimula un clima agradable, ya que esos atletas aportan algo positivo en el disfrute de todos y en ese momento son capaces de asimilar sin disgustos los señalamientos.

### **3.3 Resultados de la aplicación de las actividades**

De las 8 actividades propuestas se aplican 4 aunque es válido señalar que no siempre estuvieron presentes todos los polistas por diferentes razones, no obstante en la 1, la 3, la 4 y la 6, se logra un nivel de reflexión de los polistas ante sus dificultades como equipo, reconocen que deben ser más unidos, se percatan de que a pesar de los años juntos entre ellos existen ciertos problemas que son fácilmente resueltos si ponen de su parte, logran vincular estos aspectos psicológicos con sus resultados deportivos.

Es necesario señalar que el solo hecho de que el entrenador principal admita la necesidad de la preparación psicológica, ya esto es bueno para dar un paso en a la solución de los problemas del equipo y que la falta de piscina aunque es algo primordial, no resulta definitorio para la cohesión del equipo.

El entrenador desarrolló un conversatorio sobre la importancia de que estos polistas estén unidos, que se comuniquen entre todos para llevarlo al agua y desarrollar combinaciones efectivas sobre la base de la cooperación y colaboración.

## **Conclusiones**

1. Se diagnostica inicialmente el estado de la cohesión grupal del equipo midiendo la comunicación y el clima socio psicológico como indicadores y se demuestra que el equipo presenta dificultad en ellos, manifestando una baja cohesión grupal.
2. Se diseñan actividades para el mejoramiento de la cohesión grupal del equipo juvenil de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara, proceso que se realiza en forma colectiva, participando en estos los entrenadores como las principales figuras que orientan a los atletas, se estructuran siguiendo la metodología de las actividades de aprendizaje y educativas por la repercusión integral que estas tienen en los deportistas.
3. Según el criterio de los especialistas las actividades son adecuadas, emiten criterios y juicios valorativos que permitieron perfeccionarlas tanto en su estructura como en sus pasos metodológicos.

## **Recomendaciones**

1. Continuar la aplicación de las actividades propuestas en el equipo juvenil de Polo Acuático masculino de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara
2. Seguir con esta línea de investigación con otros equipos de Polo Acuático en Villa Clara.

## **Bibliografía**

- Calviño, M. (2002). Análisis dinámico del comportamiento. La Habana: Editorial Félix Varela.
- Carron, A. V. (1991). Cuestionario sobre el ambiente del equipo. En Psicología aplicada del deporte. Williams, J. España: Editorial Almagro.
- Cañizares, M. (1999). Entrenamiento socio psicológico para el mejoramiento de la eficiencia grupal del equipo deportivo. (Tesis de Doctorado en Ciencias Psicológicas) La Habana: Universidad de la Habana).
- Cañizares, M. (2004). Psicología y Equipo Deportivo. Ciudad de la Habana: Editorial Deportes.
- Cañizares, M. (2008). La Psicología en la Actividad Física. Ciudad de la Habana: Editorial Deportes.
- Estévez, M., Arroyo, M., González, C. (2006). *La investigación científica en la actividad física: su metodología*. La Habana: Editorial Deportes
- ILIASOV, I. Y YA. LIANDIS: *Antología de la Psicología pedagógica y de las edades*, Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 1986
- García Ucha, F. (2004). ¿Hacia dónde se dirige la Psicología del deporte en Cuba? Revista Actualización en Psicología del deporte.
- Gómez Chávez Cheyla y Ángela González Padrón (2014) ¿Ofensiva o defensiva?, consideraciones acerca del patrón de conducta táctica a seguir en el polo acuático femenino. CDR Evento EVENHOT Las Tunas.
- González, L. G. (2004). *La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento ante el reto competitivo*. La Habana: Editorial Deportes
- González Padrón A. y Aylenis Castro Diaz (2014) La cohesión grupal en el Karate-do, una experiencia integral, Revista Arrancada, UO.

.

- González Rey, F(1983).: *Motivación moral en adolescentes y jóvenes*, Editorial Científico-Técnica, Ciudad de La Habana
- González, M. Y Rusell, L. (1994). Algunas propiedades de los pequeños grupos y colectivos en la Educación Física y el Deporte. México: Ediciones Roca.
- Gorbunov, G.D. (1988). Psicopedagogía del Deporte. Moscú: Vneshtorgizdat.
- Gutiérrez More(2010) Contenidos de la preparación táctica individual de las atacadoras del equipo nacional femenino de polo acuático. (Tesis de pregrado, Universidad de las Ciencias de la Cultura física y el deporte, Facultad de Villa Clara).
- Gutiérrez, P. (1997). La cohesión grupal y el nivel de desarrollo del grupo en equipos deportivos. La Habana. IMD (Diseño de Curso para Maestría de Psicología del Deporte).
- Lomov, A.V. (1989). El problema de la comunicación en Psicología. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
- Martínez López (2015) Espacios de reflexión para estimular la cohesión grupal en el equipo de Karate-do escolar de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara. (Tesis de pregrado, Universidad de Ciencias de Cultura Física y el Deporte, Facultad de Villa Clara)
- Matveev, L. P. (1988). Fundamentos generales de la Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Moscú: Editorial Raduga.
  
- Medina Eduardo y COL. Programa integral de preparación del deportista, deporte: Polo acuático. Proceso de perfeccionamiento ciclo 2013 al 2016.
- Mederos, R.A. (2013). Propuesta de actividades educativas para el desarrollo de la cohesión grupal de Tiro con Arco. (Trabajo de Diploma). Villa Clara: ISCF."Manuel Fajardo"
- Medvedev, A.S.(1974). Particularidades psicológicas del colectivo deportivo: Boletín del INDER.
- Muñoz Gutiérrez Teresa y col. (2006) Selección de lecturas sobre Sociología y trabajo social. Compilación. Editorial Deportes. Ciudad de la Habana.

- Ojalvo, V. (1993). Aspectos sociopsicológicos de la comunicación. La Habana: MES.
- Ojalvo, V. (1996). Comunicación educativa. La Habana. CEPES
- Ojalvo, V. (1999). La Ciencia de la Comunicación.
- Pérez .E (2011)) La comunicación en el deporte de alto rendimiento. Fundamentos generales. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - Nº 157
- Pérez, L.M. y col. (2004). *La personalidad, su diagnóstico y su desarrollo*. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Valdés, H. (1996 a). Preparación Psicológica del Deportista. *Mente y Rendimiento Humano*. Publicaciones INDE
- Williams, J. y Williams, W, (1991). *Psicología del Deporte. Pasado, presente y futuro*. En Williams, J. *Psicología aplicada al deporte*. Editorial Almagro. Madrid. 30-45.
- .-Rossi, B. (1984). *Acerca de la Psicología de deportes colectivos*. En *International Psychologist Clinic of Perugia: WABC editions*. 189-195.
- Puentes, U. (1995). La necesidad de la comunicación efectiva entre educadores y estudiantes. Seminario Científico sobre la Calidad de la Educación. CUBA-USA. Pinar del Río. (Enero)

## **Anexo 1**

### **Guía de observación**

Objetivo: Constatar las manifestaciones de la comunicación y el clima psicológico de los polistas.

Aspectos a observar:

- 1- Relaciones entre los polistas, se comunican entre todos o lo hacen en subgrupos.
- 2- Cómo realizan los análisis, son superficiales, más profundos, tienen pobres criterios de sus compañeros, exponen muchas ideas de sus compañeros, se apoyan unos a otros o no, hay contradicción o entendimiento entre ellos.
- 3- Manifiestan conocimiento de sus propósitos como equipo o no.
- 4- El capitán constituye un líder o no, los compañeros lo tienen en cuenta y lo respetan o no.
- 5- Forma en que el entrenador atiende a los atletas más indisciplinados, reacciones de los demás atletas ante el estilo pedagógico que emplea el entrenador.
- 6- Los atletas son críticos y autocríticos o necesitan orientación para hacerlo de forma constructiva.
- 7- En los entrenamientos y topes: Se apoyan independientemente del resultado, el entrenador también (forma en que lo hacen, abrazos, se dan la mano, les pasa la mano por la cabeza, otras).
- 8- Se aceptan entre ellos o se rechazan en algunas de sus cualidades personales, les cuesta trabajo tolerarse.
- 9- Cuando discuten o discrepan en sus opiniones, logran entendimiento.
- 10- Se observan reacciones colectivas o no ante amenazas, o manifiestan desinterés por lo que afecta la seguridad del equipo.

## Anexo2

### Guía de entrevista (Polistas)

Al equipo de Polo Acuático juvenil de la EIDE provincia de Villa Clara Héctor Ruíz Pérez relacionado con la clima socio psicológico del equipo durante los entrenamientos y topes:

Consigna: deseamos conocer si es afectado el clima sociológico en el equipo, pues interesa investigar los aspectos principales que estarían influyendo en su desarrollo durante los entrenamientos y en la competencia

Objetivo: Constatar cuáles son los aspectos que estarían afectando el clima sociológico en el equipo de polo acuático juvenil de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de la provincia de Villa Clara

Interrogantes:

1-¿En ocasiones te molestan con tus compañeros ?¿Por qué?

2-¿Qué aspectos tu crees que le falta a el equipo para alcanzar un alto resultado?

3- ¿Cuando estas jugando un partido te sientes seguro con tus compañeros de equipo?

4- ¿Que pasaría si usted no esta de acuerdo con una decisión del entrenador que te afectaría directa e indirectamente y también al equipo?

5-¿En el equipo ocurre sucesos como ,falta de respeto , juegos pesados y violencia deportiva ?

6- ¿De que modo o manera te rectifican los errores cuándo te equivocas? ¿Como te sientes cuando sucede?

7-¿Crees que en algunas veces tus compañeros de equipo no te tienen en cuenta?¿Por qué?

8- ¿Existen ocasiones que te culpen por la derrota de un partido importante ?

## **Anexo 3**

### **Guía de entrevista para entrenadores**

**Consigna: deseamos conocer el estado de la preparación psicológica en el equipo y como influye en los entrenamientos y en la competencia**

**Objetivo :Constatar el estado de la preparación psicológica en el equipo de Polo Acuático juvenil de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de la provincia de Villa Clara**

**Interrogantes:**

**1 ¿Cómo se organizan para realizar el entrenamiento de los polistas?**

**2 ¿Cuáles sería para usted los aspectos que estuvieran entorpeciendo una buena preparación en general?**

**3 ¿Cómo se encuentra la preparación psicológica en el equipo?**

**4 ¿Crees necesaria la intervención de actividades prácticas que influyan en los aspectos psicológicos de los polistas?**

## Anexo 4

### (Test sociométrico )

#### Elaboración del cuestionario.

A cada miembro del grupo se le presenta un cuestionario en el que debe expresar sus preferencias para unirse a otros en la ejecución de determinada actividad. Se le advierte que sus respuestas quedarán en secreto y que deben ser fieles y exactas.

Para la elaboración de las preguntas del cuestionario se tomarán en cuenta dos tipos de criterios: tarea formal (entrenamiento deportivo) y la tarea informal (tiempo libre) Se les pide a los miembros del grupo que a continuación de cada pregunta explique el porqué de la elección. Se establecen cinco elecciones.

#### Planilla sociometrica del equipo de polo acuático juvenil masculino( actividad formal)

Persona que elige	Personas elegidas				
	1ra selección	2da selección	3ra selección	4ta selección	5ta selección
1-Peralta	Ronald	Ernesto. E	José Luis	Jesús	Ernesto
2-Ronald	Peralta	Jesús	José Luis	Ernesto. E	Hay
3-Emmanuel	José Luis	Ernesto. E	Ronald	Peralta	Ariel. O
4-José luís	Ernesto. E	Ernesto	Ariel.D	Ronald	Hay
5-Hay	Peralta	Ernestico	Ernesto. E	Ariel. O	Ronald
6-Ernesto .E	José Luís	Peralta	Jesús	Ernestico	Ariel. O
7-Ariel.D	Ernesto. E	José Luis	Peralta	Jesús	Emmanuel
8-Jesús	Ernesto. E	Peralta	José Luís	Ariel. O	Hay
9-Ernesto	Peralta	Ronald	Miguel	Hay	Ariel.D
10-Reinier	Ernesto. E	Peralta	José Luis	Rubén	Luis. Manuel
11-Ruben	Peralta	Ernesto. E	Miguel	Ronald	Ariel. O
12-Luis.M	Jesús	Ariel. O	Emmanuel	Ronald	Peralta
13-Frank	Ernesto	José Luis	Peralta	Jesús	Ernesto. E
14-Ariel.O	Jesús	Ernesto .E	Peralta	Ronald	Hay
15-Miguel	Peralta	Emmanuel	Hay	Jesús	Ariel. O
16-Eduany	Ariel. O	Ernesto. E	Ronald	José. Luís	Reinier

### Matriz sociométrica

P.E	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	T.P.E
1	x	5		3		4		2	1								15
2	5	x		3	1	2		4									15
3	2	3	x	5		4								<u>1</u>			15
4		2		x	1	5	3		4								15
5	5	1			x	3			4					<u>2</u>			15
6	4			5		x		3	2					1			15
7	3		1	4		5	x	2									15
8	4			3	1	5		x						<u>2</u>			15
9	5	4			2		1		x						<u>3</u>		15
10	4			3		5				x	<u>2</u>	<u>1</u>					15
11	5	2				4					x			1	3		15
12	1	2	3					5				x		4			15
13	3			4		1		2	5				x				15
14	3	2			1	4		5						x			15
15	5		4		3			2						1	x		15
16		3		2		4				1				5		x	15
T.P.R	49	24	8	32	9	46	4	25	16	1	2	1	0	17	6	0	240

**Leyenda:**

P. E.= Personas que eligen

T. P. E.= Total de puntos en las elecciones emitidas por cada sujeto.(Exi)

T. P. R. = Total de puntos recibidos por cada sujeto.(xi)

Primera Elección = 5 puntos

Segunda Elección = 4puntos

Tercera Elección = 3 punto

Cuarta Elección = 2puntos

Quinta Elección = 1punto

Sobre la base de los datos de la matriz sociométrica se puede hallar la Media Aritmética, la cual se obtiene dividiendo la sumatoria del total de puntos recibidos por los miembros del grupo por la totalidad de los sujetos integrantes del grupo. Según los datos anteriores sería así.

$$\bar{X} = \frac{\sum x_i}{N} = \frac{240}{16} = 15$$

Suj.	$X_i$	$X_i - \bar{X}$	$(X_i - \bar{X})^2$
1.	49	34	1156
2.	24	9	81
3.	8	-7	49
4.	32	17	289
5.	9	-6	36
6.	46	31	961
7.	4	-11	121
8.	25	10	100
9.	16	1	1
10.	1	-14	196
11.	2	-13	169
12.	1	-14	196
13.	0	-15	225
14.	17	2	4
15.	6	-9	81
16.	0	-15	225

Después se halla la Desviación Estándar:

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X_i - \bar{X})^2}{N - 1}} = \sqrt{\frac{3899}{15}} \approx \sqrt{259,9} = 16,1$$

$\bar{X}$	S	$\bar{X} + S$	$\bar{X} - S$
15	16	31,1	-1,1

Criterios de evaluación		Sujetos
Sujetos Populares	$X_i > \bar{X} + S$	1,4,6
Sujetos Promedios	$\geq \bar{X} - S$ $X_i$ $\leq \bar{X} + S$	2,3,5,7,8,9,14,15
Sujetos Aislados	$X_i < \bar{X} - S$	10,11,12,13,16



## Evaluación del test sociométrico

Populares: 1, 4,6

Estrella socio métrica: 1

Aislados: 10,11, 12,13, 16

Eminencia gris: 2

## Indices grupales

-*Elecciones recíprocas*: Son las que se refieren a los miembros que se eligen mutuamente. Para algunos autores, este índice es considerado la base de la unidad existente en el grupo.

Las elecciones recíprocas que se observan en el sociograma, son las siguientes:

1 y 2            2 y 4        4 y 7        6 y 8  
1 y 6            2 y 5        5 y 9        6 y 14  
1 y 9            4 y 6        5 y 14       8 y 14

,

Para calcular *el índice de reciprocidad* existente en el grupo, se puede utilizar la siguiente fórmula:

$$I R = \frac{\text{Número de elecciones recíprocas}}{\text{Número de elecciones recíprocas posibles}}$$

La fórmula para el *índice de reciprocidad* con selecciones limitadas es:

$$I R = \frac{\# R_p}{\frac{dN}{2}} \qquad I R = \frac{12}{\frac{80}{2}} \qquad I R = 0,3$$

La amplitud de este índice varía entre 0 y 1. Cero es la inexistencia de elecciones recíprocas, y uno, la mayor existencia de elecciones recíprocas posibles.

Para este índice deben ser considerados los siguientes niveles:

Índice Bajo: de 0 – 0,3

Índice Medio: de 0,4 – 0,6

Índice Alto: de 0,7 – 1

-*Subgrupos*: Son conjuntos de miembros unidos entre sí mediante elecciones recíprocas. Cuando el subgrupo se encuentre separado del resto del grupo, sin ser elegido por ningún otro miembro fuera de su pequeño círculo, recibe la denominación de *isla*.

El subgrupo referido en el equipo es : 6,8,14

*Análisis del sociograma: Actividad formal*

Se puede determinar que el grupo se encuentra disgregado ya que presenta un índice bajo de elecciones recíprocas, cinco aislados y dos de ellos rechazados en cuanto a elecciones, está compuesto por un subgrupo centrado en dos miembros promedios y un popular, las relaciones preferenciales existentes entre los miembros más elegidos y el subgrupo son antagónicas. También existe falta de cadenas entre los miembros por lo cual se afecta el flujo de la información y la comunicación entre los miembros del equipo.

Se evidencia una pobre percepción afectiva entre ellos, que aparentan relaciones amistosas y sin embargo emocionalmente no vivencian simpatías profundas que regulen su actividad como grupo, esto indica pobre cohesión grupal y afecta su desempeño.

Contexto informal.

Persona que elige	Personas elegidas				
	1ra selección	2da selección	3ra selección	4ta selección	5ta selección
1-Peralta	Ronald	Miguel	Hay	Ernesto. E	Jesús
2-Ronald	Miguel	Hay	José Luis	Ernesto. E	Peralta
3-Emmanuel	José Luis	Ernesto. E	Ronald	Peralta	Ariel. O
4-José luís	Emmanuel	Ariel.D	Eduany	Ronald	Hay
5-Hay	Ariel.O	Ariel.D	Miguel	Jose luis	Lázaro
6-Ernesto .E	José Luís	Peralta	Jesús	Ernestico	Ariel. O
7-Ariel.D	Ronald	José Luis	Ernesto. E	Jesús	Lázaro
8-Jesús	Ernesto. E	Ernesto	Hay	Ariel. O	Lázaro
9-Ernesto	Peralta	Ronald	Miguel	Hay	Ariel.D
10-Reinier	Hay	Ronald	Lázaro	Ariel.D	Miguel
11-Ruben	Ronald	Miguel	Jesús	Eduany	Ariel. O
12-Lazaro	Frank	Emmanuel	Ronald	Eduany	Peralta
13-Frank	Ernesto	Eduany	Lázaro	Jose Luis	Miguel
14-Ariel.O	Jesús	Ernesto .E	Peralta	Ronald	Hay
15-Miguel	Peralta	Emmanuel	Hay	Jesús	Ariel. O
16-Eduany	Frank	Emmanuel	Lázaro	José. Luís	Ariel.O

**Planilla sociométrica del equipo juvenil de polo acuático (tiempo libre).**

P.E	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	T.P.E
1	x	5			3			1	2						<u>4</u>		15
2	1	x		3	4	2									5		15
3	2	3	x	5		4								<u>1</u>			15
4		2		x	1	5	4									3	15
5		1		2	x		4							<u>5</u>	<u>3</u>		15
6	3			5		x		4	2					1			15
7		5		4		3	x	2				<u>1</u>					15
8					3	5		x	4			<u>1</u>		<u>2</u>			15
9	5	4			2		1		x						<u>3</u>		15
10	4				5		2			x		<u>3</u>			<u>1</u>		15
11		5						3			x			1	4	2	15
12	1	3	4									x	5			2	15
13				2					5			3	x		1	4	15
14	3	2			1	4		5						x			15
15	5		4		3			2						1	x		15
16			4	2								3	5	1		x	15
T.P.R	24	30	12	23	22	23	11	17	13			11	10	12	21	11	240

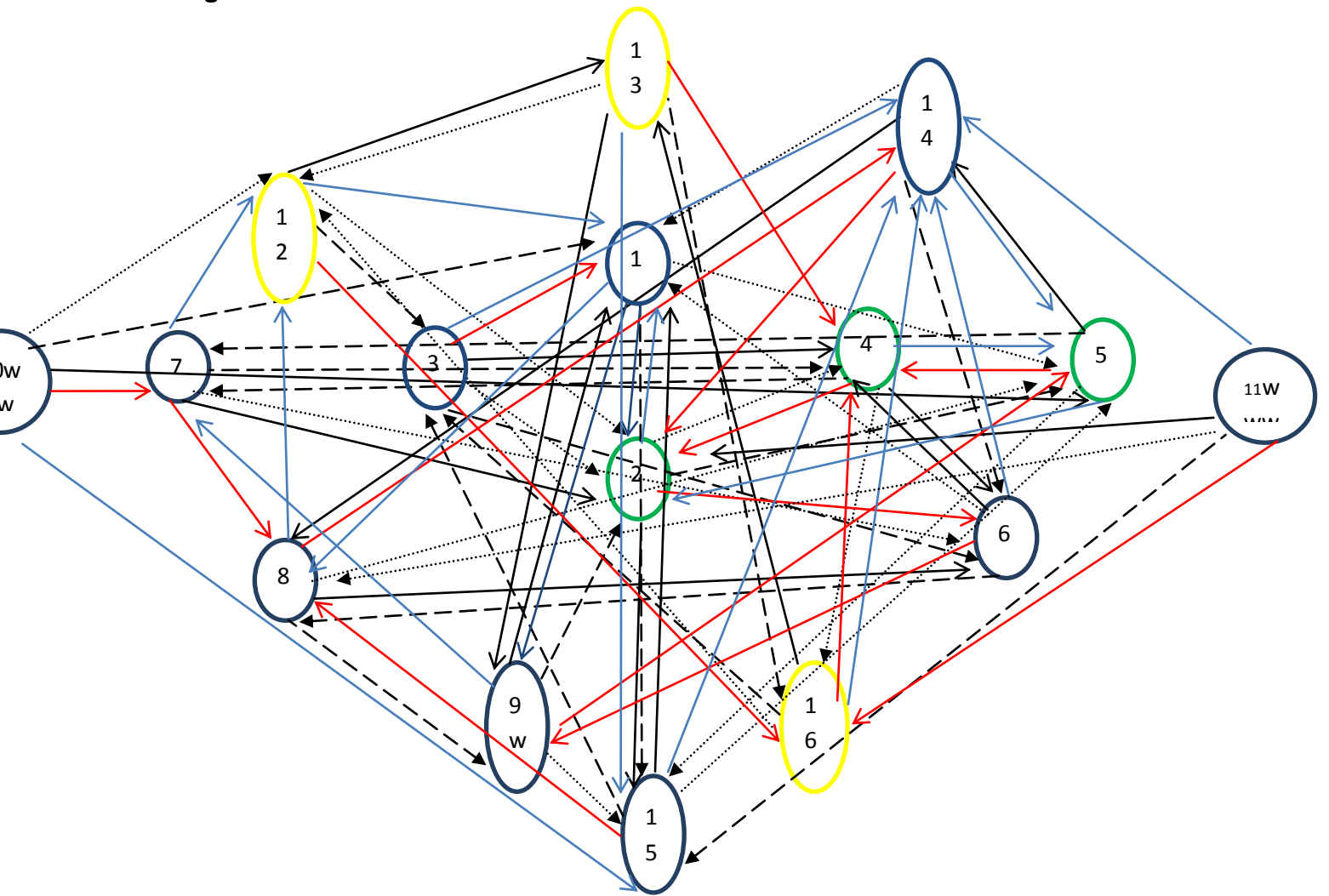
Suj.	$X_i$	$\overline{X_i - X}$	$(X_i - \overline{X})^2$
1	24	9	81
2	30	15	225
3	12	-3	9
4	23	8	64
5	22	7	49
6	23	8	64
7	11	-4	16
8	17	2	4
9	13	-2	4
10	0	-15	225
11	0	-15	225
12	11	-4	16
13	10	-5	25
14	12	-3	9
15	21	6	36
16	11	-4	16

$$S = \sqrt{\frac{(X_i - \bar{X})^2}{N - 1}} = \sqrt{\frac{1068}{15}} \approx \sqrt{71,2} = 8,4$$

$\bar{X}$	S	$\bar{X} + S$	$\bar{X} - S$
15	8,4	23,4	6,6

Criterios de evaluación		Sujetos
Sujetos Populares	$X_i > \bar{X} + S$	1,2
Sujetos Promedios	$\geq \bar{X} - S$ $X_i$ $\leq \bar{X} + S$	3,4,5,6,7,8,9,12,13,14,15,16
Sujetos Aislados	$X_i < \bar{X} - S$	10,11

# Sociograma



## Leyenda:

Primera elección: —————>

Segunda elección: - - - - ->

Tercera elección: .....>

Cuarta elección: ————>

Quinta elección: ————>

○ : Perteneciente a un subgrupo

○ : Perteneciente a otro subgrupo

### Indices individuales

Populares: 1 y 2

Estrella sociométrica: 2

Eminencia gris: 15

Aislados: 10,11

### Índices grupales:

Las elecciones recíprocas que se observan en el sociograma, son las siguientes:

2 y 4	4 y 5	4 y 16	6 y 8	12 y 13	16 y 1
2 y 1	4 y 6	5 y 14	8 y 14	12 y 16	
2 y 5	4 y 7	5 y 15	9 y 1	13 y 16	

Para calcular el índice de reciprocidad existente en el grupo, se puede utilizar la siguiente fórmula:

$$IR = \frac{\# Rp}{\frac{dN}{2}} \quad IR = \frac{16}{\frac{80}{2}} \quad IR = 0,4 \rightarrow \text{Medio}$$

Los subgrupos referidos son: 16,12 y 13      2,4 y 5

### *Análisis del sociograma:*

Se puede determinar que el grupo se encuentra ligeramente disgregado en cuanto a la actividad informal ya que su índice de reciprocidad es de 0,4 que responde a un nivel medio, se manifiestan 2 aislados que a la vez son rechazados en cuanto a elecciones, existen 2 subgrupos de 3 integrantes considerados miembros promedios con la excepción de la estrella sociométrica, se comprueba que estos están separados y que las relaciones preferenciales existentes entre los miembros más elegidos y los subgrupos son antagónicas. También se evidenció la ausencia de cadenas entre los miembros demostrando que la comunicación y el flujo de información son pobres.

## Anexo 5

### Test de comunicación.

Estilos de comunicación. Test de apreciación personal:

Por favor, seleccione en cada pareja de atributos aquel que le sea más característico a su personalidad. Haga una selección tan espontánea como le sea posible. No hay respuestas erróneas:

Recuerde sólo seleccionar una respuesta en cada situación y marcar el número de su selección en cada respuesta.

1. me gusta la acción
2. enfrento los problemas de forma sistemática
3. considero que los grupos son más efectivos que los individuos
4. disfruto mucho de la innovación
5. estoy más interesado en el pasado que en el futuro
6. disfruto trabajar con la gente
7. me gusta atender grupos bien organizados
8. las fechas e cumplimiento son importantes para mí
9. no puedo permanecer indeciso
10. creo que las nuevas ideas deben ser probadas antes de ser usadas
11. disfruto la estimulación de la interacción con otros
12. siempre busco nuevas posibilidades
13. quiero establecer mis propios objetivos
14. cuando empiezo algo no paro hasta concluirlo
15. trato de comprender las emociones de otros
16. yo reto a la gente a mi alrededor
17. miro adelante para recibir retroalimentación de mi proyección
18. ir paso a paso es más efectivo

19. creo saber lo que quiere la gente
20. me gusta la solución de problemas creativos
21. yo extrapolo y proyecto todo el tiempo
22. soy sensible a las necesidades de otros
23. planificación es la clave del éxito
24. yo me pongo impaciente con las deliberaciones largas
25. me mantengo ecuánime cuando estoy presionado
26. yo valoro mucho la experiencia
27. yo escucho a la gente
28. la gente dice que soy un tipo que piensa rápido
29. para mí la cooperación es la palabra clave
30. yo utilizo métodos lógicos para probar alternativas
31. me gusta manejar varios proyectos al mismo tiempo
32. yo siempre me cuestiono
33. yo aprendo con la práctica
34. yo creo tener control sobre mis emociones
35. yo puedo predecir como otros pueden reaccionar ante un estímulo
36. no me gustan los detalles
37. el análisis debe siempre preceder a la acción
38. yo soy capaz de apreciar el clima de un grupo
39. tengo la tendencia de empezar las cosas y no terminarlas
40. no me considero a mí mismo una persona resuelta
41. me gusta enfrentar tareas que constituyen un reto
42. yo confío en la observación y los datos
43. yo puedo expresar mis sentimientos ampliamente

44. me gusta idear nuevos proyectos
45. yo disfruto mucho de la lectura
46. yo me considero una persona asequible
47. me gusta enfrentar las cosas de una vez por todas
48. me gusta emprender nuevas cosas
49. yo disfruto aprendiendo de otros
50. me gusta la variedad
51. los hechos hablan por sí mismos
52. uso mi imaginación tanto como es posible
53. soy impaciente con las lecturas largas y lentas
54. mi mente nunca cesa de trabajar
55. las decisiones importantes deben tomarse con precaución
56. yo creo que la gente necesita entenderse para llevar a feliz término una tarea
57. yo a menudo tomo decisiones sin pensarlo mucho
58. las emociones crean problemas
59. me gusta caer bien
60. yo puedo tomar decisiones acertadas con rapidez
61. yo pongo a prueba mis nuevas ideas con la gente
62. yo creo en los avances científicos
63. me gusta obtener las cosas ya hechas
64. las buenas relaciones son esenciales
65. yo soy impulsivo
66. me gusta diferenciar a las personas
67. la comunicación con la gente es un fin en sí mismo
68. me gusta ser estimulado intelectualmente

69. me gusta organizar
70. yo usualmente salto de una tarea a otra
71. hablar y trabajar con las personas es un acto creativo
72. mi propia actualización es una palabra clave para mí
73. me complace jugar con las ideas
74. no me gusta malgastar mi tiempo
75. disfruto haciendo lo que considero útil
76. yo aprendo en la interrelación con otros
77. yo encuentro las abstracciones interesantes y las disfruto
78. soy paciente y minucioso
79. me gusta ser breve e ir al grano
80. me siento seguro de mí mismo

Hoja de respuesta:

Circule los números que usted haya seleccionado dándole el valor de 1 por cada selección, súmelo al final. El valor máximo para cada estilo es de veinte y el total para los cuatro estilos debe ser cuarenta

Descripción de sus principales características:

1– Centrados en la acción

Contenido (ellos hablan acerca de...)

Resultados, objetivos, funcionamiento, productividad, eficiencia, responsabilidad, retroalimentación, experiencia, retos, realización, cambios, decisiones.

Comportamiento:

Prácticos, directos, impacientes, decisivos, rápidos, enérgicos.

Comunicadores:

Estilos	Preguntas																			
Acción	1	8	9	13	17	24	26	31	33	40	41	48	50	53	57	63	65	70	74	79
Proceso	2	7	10	14	18	23	25	30	34	37	42	47	51	55	58	62	66	69	75	78
Personas	3	6	11	15	19	22	27	29	35	38	43	46	49	56	59	64	67	71	76	80
Ideas	4	5	12	16	20	21	28	32	36	39	44	45	52	54	60	61	68	72	73	77

Dinámicos, impacientes, operativos. Su impaciencia y operatividad pueden limitar su capacidad de escucha. Su relación comunicativa suele ser compulsiva. No tiende a favorecer una relación muy afectiva.

2– centrados en el proceso

Contenido (ellos hablan acerca de...)

Hechos, procedimientos, planes, organización, controles, exámenes, experimentos, análisis, observación, pruebas, detalles.

Comportamiento:

Sistemáticos, lógicos, objetivos, verbosos, pasivos, cautelosos, pacientes.

Comunicadores:

Prácticos y analíticos. Poseen una gran capacidad de escucha. Deben controlar sus expresiones verbales a fin de no bloquear a sus interlocutores con un lenguaje ampuloso, impersonal y técnico. Su relación comunicativa dependerá de dicha condición.

3– centrados en las personas

Contenido (ellos hablan acerca de...)

Gentes, necesidades, motivaciones, trabajo en equipo, comunicaciones, sentimientos, espíritu de equipo, comprensión, su propio desarrollo, sensibilidad, conciencia, cooperación, creencias, valores, expectativas, relaciones.

Comportamiento:

Espontáneos, enfáticos, calurosos, subjetivos, emocionales, perceptivos, sensitivos.

Comunicadores:

Sinceros e impetuosos. Para ellos lo más importante es expresar sus sentimientos. Deben poner especial cuidado en su relación comunicativa porque su franqueza e ímpetu pueden frenar el desenvolvimiento de sus interlocutores. No tienen gran capacidad de escucha, suelen ser subjetivos e impresionables. Tiende a atribuir un contenido imaginario al mensaje que expresan y reciben.

4- centrados en la idea

Contenido (ellos hablan acerca de...)

Conceptos, innovación, creatividad, oportunidades, posibilidades, grandes diseños, publicaciones, interdependencia, nuevas vías y métodos, inventivas, problemas, potencial y alternativas.

Comportamiento:

Imaginativos, carismáticos, difíciles de comprender, egocéntricos, no realistas, creativos, lleno de ideas, proveedores.

Comunicadores:

Evasivos, no comprometedores. Poca capacidad de escucha, su relación comunicativa suele ser imprecisa, deben tener sumo cuidado en que sus mensajes sean objetivos y precisos.

### Distribución de frecuencia

**Centrado en la acción**

	Frecuencia	Porcentaje acumulado
Válidos si	3	18,8
no	13	100,0
Total	16	

**Centrado en la Proceso**

	Frecuencia	Porcentaje acumulado
Válidos si	5	31,3
no	11	100,0
Total	16	

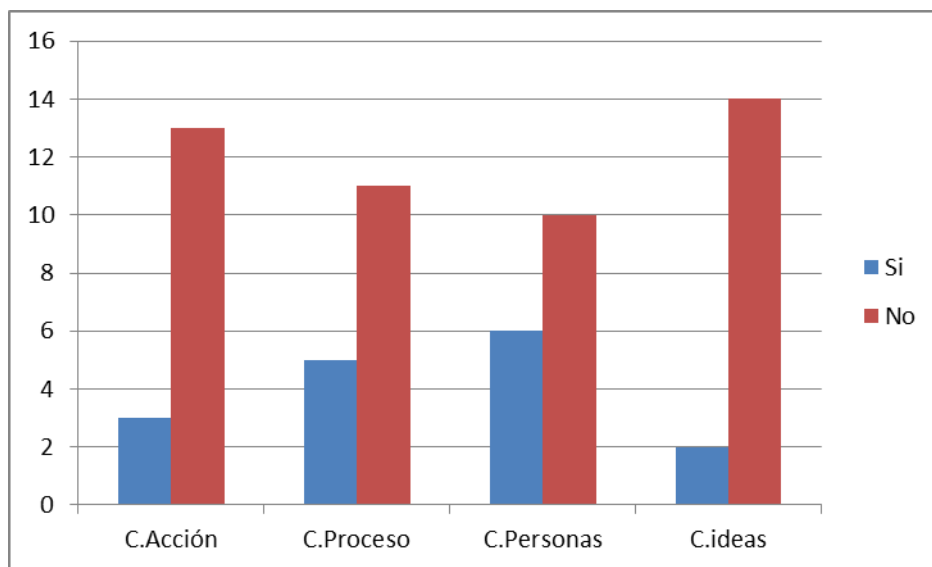
### Centrado en la Personas

		Frecuencia	Porcentaje acumulado
Válidos	si	6	37,5
	no	10	100,0
	Total	16	

### Centrado en la Ideas

		Frecuencia	Porcentaje acumulado
Válidos	si	2	12,5
	no	14	100,0
	Total	16	

### Estilos de comunicación que representan al equipo



## Anexo 6

### **Metódica del clima socio psicológico.**

Objetivo: Valorar las manifestaciones del clima socio psicológico en el equipo deportivo.

A continuación aparecerán una serie de indicadores. Seleccione la alternativa según sea cada caso

#### Las alternativas son:

0- Ni una proposición ni la otra aparecen lo suficiente para ser reconocidas. Aparecen de manera semejante.

1- Aparece lo suficiente como para que uno se percate de ello.

2- Se manifiesta en la mayoría de los casos.

3- Se manifiesta siempre.

-- En el equipo predomina un tono amistoso y de alegría.

-- Predominan estados de ánimo de pesimismo y enemistad.

-- Las relaciones son de buena voluntad y simpatía recíproca.

-- Las relaciones son conflictivas, hay antipatías.

-- En el equipo deportivo se observa una tendencia a comunicarse y colaborar entre los compañeros.

-- Se observa la tendencia a tener relaciones tirantes.

-- Las relaciones se caracterizan por el afecto y la comprensión mutua.

-- Las relaciones se caracterizan por la falta de afecto y la comprensión mutua.

-- A los atletas del equipo les gusta estar juntos, frecuentemente se planifican actividades conjuntas e iniciativas.

-- No abundan las iniciativas para que el equipo frecuentemente esté unido.

-- Durante las reuniones y demás actividades oficiales del equipo se aprecia satisfacción por los integrantes de encontrarse en ellas.

-- Se manifiesta disgusto y apatía durante estas actividades.

-- Los fracasos o los éxitos de los deportistas provocan en los demás una sincera satisfacción.

-- Los éxitos o fracasos de los miembros provocan indiferencia en los demás. A veces provoca goce maligno los fracasos y sentimientos de envidia.

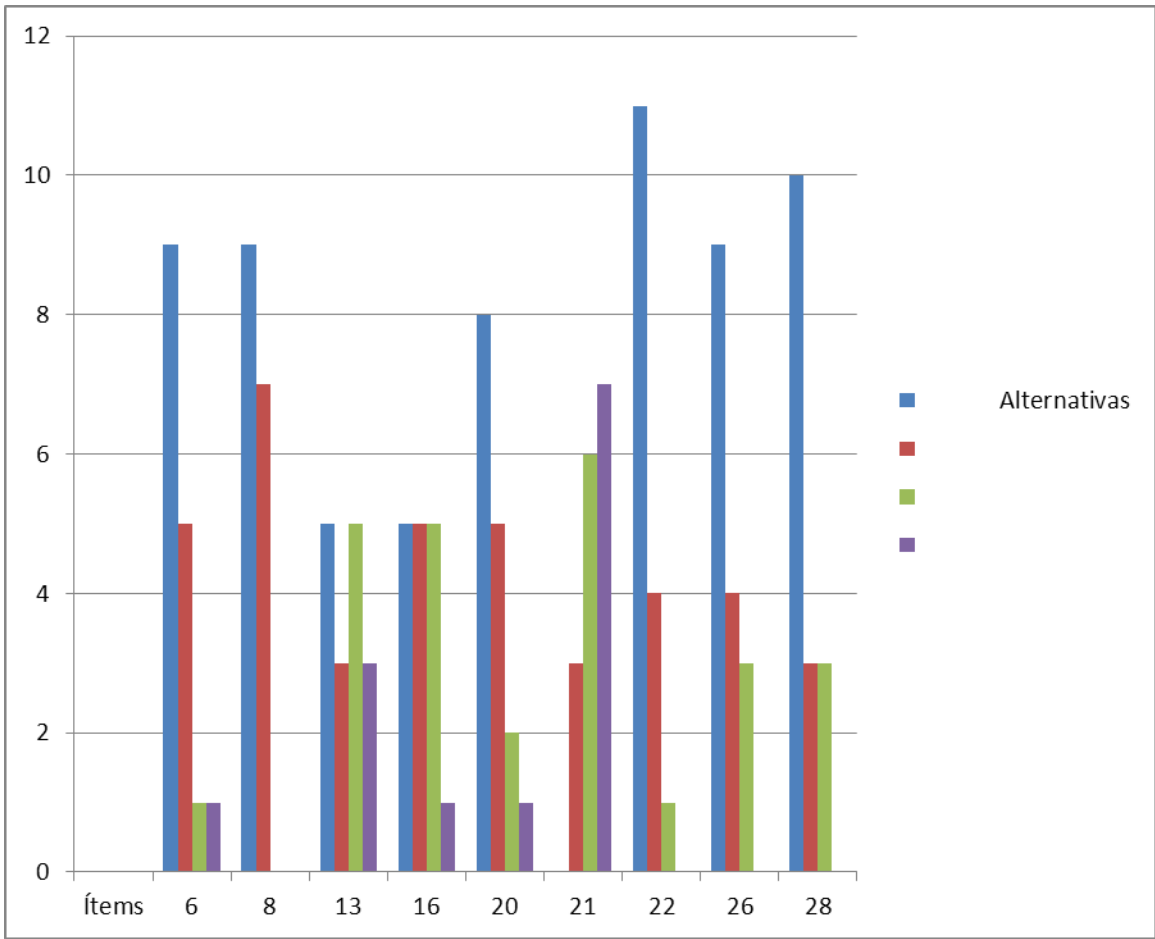
-- Predomina la aprobación y la ayuda. La crítica se realiza en buena forma.

-- Los señalamientos críticos se realizan de forma reprobadora e inherente a los demás.

- Los atletas del equipo respetan las opiniones y puntos de vista de sus compañeros.
- Cada miembro busca que su opinión sea la más importante y se interesa por la opinión de los demás.
- En los momentos difíciles para el equipo, ocurre una unidad emocional en el equipo, donde se pone de manifiesto aquello de: todos para uno y uno para todos.
- En las situaciones difíciles el equipo se amilana. Se observa una confusión, perplejidad, surgen alteraciones. Los miembros del equipo se culpan entre sí de las situaciones existentes.
- Los éxitos y fracasos del equipo son percibidos por todos los atletas como propios.
- Los éxitos y fracasos del equipo no encuentran repercusión entre los atletas.
- Cuando un atleta del equipo presenta dificultades o cuando un nuevo atleta integra el equipo, todos hacen lo posible por ayudarlo.
- Los nuevos atletas se sienten aislados, al igual que aquellos que tienen dificultades, conflictos, etc.
- El equipo responde rápidamente a cualquier tarea.
- Es difícil llevar al equipo a realizar una tarea conjunta. Cada uno piensa en base a sus intereses personales.
- Los atletas del equipo se sienten orgullosos de pertenecer a él.
- Los atletas del equipo elogian y estimulan muy poco a su equipo.

## Resultados del test de la metódica del clima sociopsicológico

Ítems	Alternativas			
	0	1	2	3
1			10	6
2	11	3	2	
3		1	6	9
4	14	2		
5		3	9	4
6	9	5	1	1
7		2	9	5
8	9	7		
9		2	6	8
10	16			
11		2	9	5
12	13	3		
13	5	3	5	3
14	11	4	1	
15		2	10	4
16	5	5	5	1
17	1		7	8
18	2	5	4	5
19		1	4	11
20	8	5	2	1
21		3	6	7
22	11	4	1	
23		2	3	11
24	11	3	1	1
25			10	6
26	9	4	3	
27			2	14
28	10	3	3	
<b>totales</b>	<b>145</b>	<b>74</b>	<b>119</b>	<b>110</b>



## Anexo.7

Encuesta para la evaluación de los especialistas .

Nombre de especialista : \_\_\_\_\_

Cargo: \_\_\_\_\_

Años de experiencia: \_\_\_\_\_

Compañero(a) usted ha sido seleccionado para valorar de actividades para desarrollar la cohesión grupal en el equipo de Polo Acuático juvenil de la EIDE Héctor Ruíz Pérez de Villa Clara, le agradecemos su colaboración

1-¿Contribuye a la cohesión grupal en estas edades? si...no... ¿Por qué?

2-¿Permiten una relación comunicativa entre el entrenador y los polistas en el entrenamiento? Si...no... ¿Por qué?

3-¿Responden a las demandas del Inder para este deporte? Si...no... ¿Por qué?

4-¿Contribuye estas actividades a la mejoría del clima socio psicológico del equipo?  
Si...no... ¿Por qué?

Si ha señalado No agradeceríamos que expresara a continuación las razones de estos criterios y sus sugerencias para mejorar el diseño y aplicación.